

第28回 東京都インディアカ大会 (選抜大会)



【日時】 2026年 4月19日 (日) 9時~17時

【日時】 2026年 4月26日 (日) 9時~17時

【場所】 東海大学 品川キャンパス

【主催】 東京都インディアカ協会

【 式次第 】

本大会は2日間（2026/4/19、2026/4/26）ともに以下の時程にて開催する。

【受 付】 9：00～

【開会式】 9：30～ (司会) 長田 正美 総務委員

- 1) 開 式
- 2) 開会のことば 川崎 哲也 実行委員長
- 3) 主催者挨拶 石井 不士男 大会会長
- 4) 競技上の注意 森野 恭子 競技委員長
- 5) 準備体操 ※ラジオ体操とします。
- 6) 閉 式

【競技開始】 9：50～

コート毎の開始時間に合わせて開始する。

【閉会式】 16：30～

- 1) 開 式
- 2) 成績発表 森野 恭子 競技委員長
- 3) 表彰式 石井 不士男 大会会長
- 4) 大会講評 小池 さき子 大会副会長
- 5) 閉 式

【 役員名簿 】

大会会長	石井 不士男	会長
大会副会長	小池 さき子	副会長
実行委員長	川崎 哲也	理事長
競技委員長	森野 恭子	競技委員長
審判委員長	小川 奈緒子	指導普及委員長
総務・受付	長田 正美、浅見 京子、小池 さき子、角野 八重	
記録・写真	川崎 哲也、熊木 明彦、北濱 幹士	
司会・放送	長田 正美	
救護	高松 光子	

【 2026/04/19 参加チーム 】

【混合】

井の頭パンパース	インディアカ武蔵野コミュニティ	8名	
グリーンアイル	調布フレッシュ	7名	監
Junkie	八王子市インディアカ協会	6名	
ガイアV1	練馬区インディアカ協会	5名	
ガイアV2	練馬区インディアカ協会	5名	
POCKET	東京都インディアカ協会	5名	
ウエストウィング	大田区インディアカ連盟	5名	
ウエストウィングT	大田区インディアカ連盟	5名	

【シニア女子45+】

笑琉	八王子インディアカ協会	7名	
Grassy	八王子インディアカ協会	5名	
ひよっ子	清瀬市インディアカ協会	7名	
ファミコンクラブ☆☆☆	調布フレッシュ	5名	

【シニア女子60+】

CIAO !	青梅市インディアカ連盟	6名	
スマイル	清瀬市インディアカ協会	6名	監
アタッカーズ	練馬区インディアカ協会	5名	

【 2026/04/26 参加チーム 】

【男子】

Junkie	八王子インディアカ協会	5名	
ブルーウエーブ	東京都インディアカ協会	4名	
TRANS	東京都インディアカ協会	6名	
ウエストウィング	大田区インディアカ連盟	4名	

【女子】

笑琉	八王子インディアカ協会	7名	
ファミコンクラブ☆☆☆	調布フレッシュ	5名	

【シニア混合45+】

ブルーウエーブ	東京都インディアカ協会	7名	
ガイアSV	練馬区インディアカ協会	6名	
上中IC	練馬区インディアカ協会	5名	
MIC	杉並区インディアカ協会	4名	
CAS	調布フレッシュ	7名	

【シニア混合60+】

井の頭パンパース	インディアカ武蔵野コミュニティ	4名	
----------	-----------------	----	--

計：27チーム／151名／監督 2名

【 2025/04/27 大会会場 】

東海大学 品川キャンパス

〒108-8619 東京都港区高輪 2-3-23

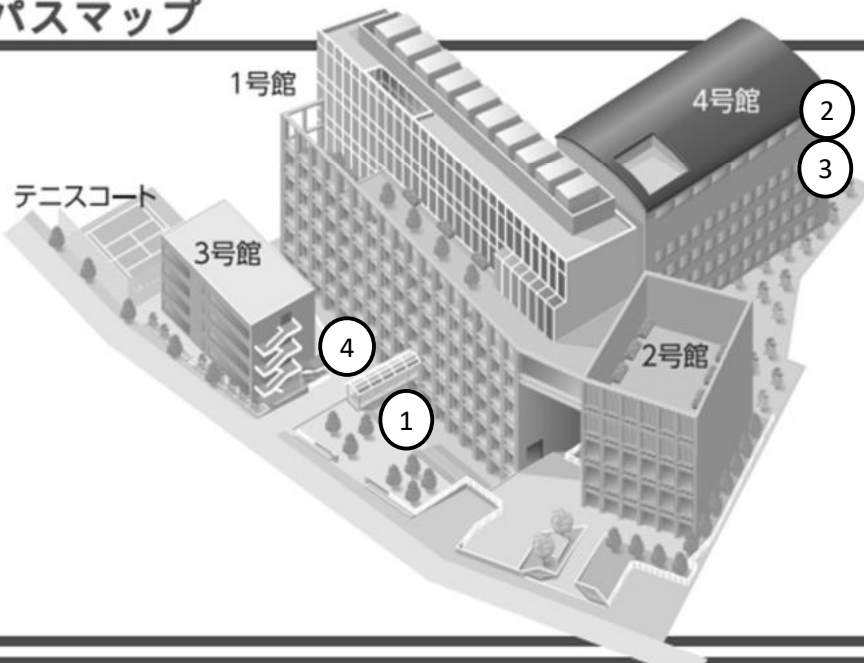
アクセス



品川キャンパス	徒歩18分	JR・京浜急行 品川駅	約8分 約18分	東京駅 横浜駅
	徒歩12分	JR山手線・京浜東北線 高輪ゲートウェイ駅	約11分 約30分	
	徒歩10分	都営地下鉄 浅草線 泉岳寺駅	約15分 約25分	
	徒歩8分	都営地下鉄 三田線 東京メトロ 南北線 白金高輪駅	約20分 約35分	

- JR・京浜急行「品川駅」下車、高輪口より徒歩約18分
- JR山手線・京浜東北線「高輪ゲートウェイ駅」下車、徒歩約12分
- 都営地下鉄浅草線「泉岳寺駅」下車、A2出口より徒歩約10分
- 東京メトロ南北線・都営地下鉄三田線「白金高輪駅」下車、出口1から徒歩約8分

キャンパスマップ



- ① 校舎入口
- ② 4号館4階(アリーナ)
- ③ 4号館3階(4305教室：男子更衣室・控室、4306教室：女子更衣室・控室)
- ④ 港区指定喫煙場所 ※外履きに履き替えてご利用ください。

【 会場施設利用について 】

本大会は北濱専門委員会のご支援により、東海大学品川キャンパス会場での開催を実現しております。施設利用についてのご案内と留意点を記載いたしますので、ご参加の皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

【ご案内】

1. 利用が可能な施設は、次のとおりです。

- 1) 4号館4階 アリーナ : 開・閉会式、競技会場
- 2) 4号館3階 4305教室 : 男性用更衣室 9:00~10:00 15:45~16:45
- 3) 4号館3階 4306教室 : 女性用更衣室 9:00~10:00 15:45~16:45

※所定時間外では、地下2階の更衣室をご利用ください。

- 4) 4305・4306教室 : 男女共用 休憩、昼食会場 10:30~15:30

2. 利用をご遠慮いただく施設は、次のとおりです。

- 1) アリーナ入口 ロッカー（専用コイン使用のために利用できません。）
- 2) 4階・3階ゴミ箱（ご自身でゴミ類は必ずお持ち帰りください。）
- 3) アリーナ、教室、地下2階更衣室および1階のエントランス以外のフロア・施設

3. その他

- 1) 大会用の手指消毒液を準備していますので、適宜ご利用ください。
※設置場所：アリーナ、4305・4306教室出入口、大会本部の4か所
- 2) 喫煙は、4号館に隣接した学外の「港区指定喫煙場所」をご利用ください。
- 3) シャワー室は使用できません。
- 4) 食堂は休日のため、営業していません。

【留意点】

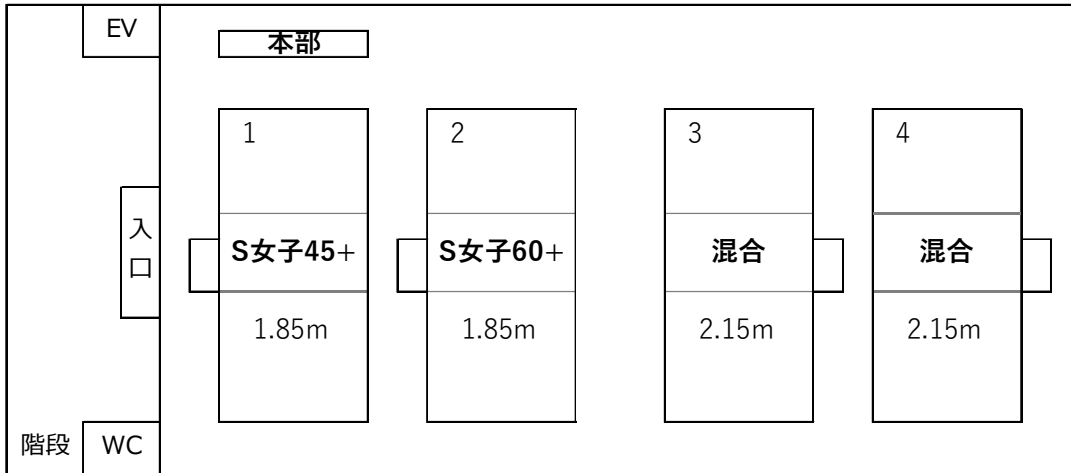
1. アリーナは、体育館シューズでご利用ください。
3階教室等への移動の際には、必ず屋外シューズに履き替えてください。
2. 3階⇔4階移動時は、できるだけ階段をご利用ください。
3. アリーナ内の壁面近くでは、キャップ付きボトルでの給水が可能です。
4. アリーナ内で手指消毒液を使用する場合、床面への滴下にご注意願います。
5. 専用ロッカーはありません。着替え等の荷物類は、教室内に保管できます。
教室の出入口に施錠はしませんので、貴重品は自己責任での管理をお願いします。

【 アリーナについて 】

【2026/4/19】

・実施種目：混合、シニア女子45+、シニア女子60+

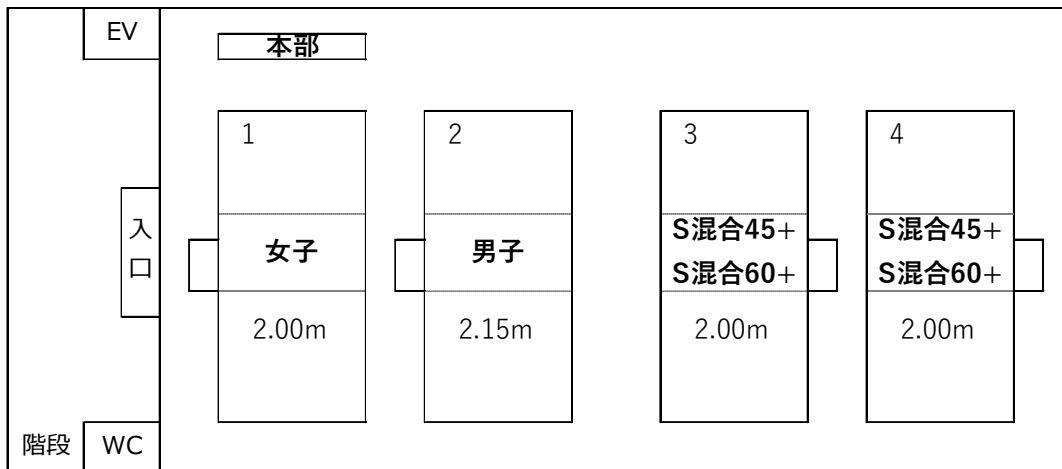
アリーナ（4階）



【2026/4/26】

・実施種目：男子、女子、シニア混合45+、シニア混合60+

アリーナ（4階）



【 競技要項 (1/2) 】

■ 2026/4/19

【混合】試合開始 9：50～（全20試合）

- ・コート責任者：○後藤 健一、高井 直樹、角野 八重、横山 浩道
- ・（午前）3コート、4コートで各4チームの総当たり戦を実施する。
- ・（午前）ラリーポイント制、21点2セットマッチとする。
※2-0（5pt）、①-1（3pt）、1-1（2pt）、1-①（1pt）、0-2（0pt）
- ・（午前）勝敗は、勝ち点、得失点差、同一対決、ジャンケンの順とする。
- ・（午後）順位トーナメント戦とする。
＜上位＞3コートで予選1位と2位のチームで順位トーナメント戦を実施する。
＜下位＞4コートで予選3位と4位のチームで順位トーナメント戦を実施する。
- ・（午前）ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取とする。
※3セット目は11点でコートチェンジ、ジュース無し

【シニア女子45+】試合開始 9：50～（全6試合）

- ・コート責任者：○小川 奈緒子、森野 恭子
- ・1コートで4チームの総当たり戦を実施する。
- ・ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取とする。
※3セット目は11点でコートチェンジ、ジュース無し
※勝ち点：2-0（5pt）、②-1（3pt）、1-②（1pt）、0-2（0pt）
- ・勝敗は、勝ち点、得失点差、同一対決、ジャンケンの順とする。

【シニア女子60+】試合開始 9：50～（全3試合）

- ・コート責任者：○奥野 典子、菊地 久美子
- ・2コートで3チームの総当たり戦を実施する。
- ・ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取とする。
※3セット目は11点でコートチェンジ、ジュース有り
※勝ち点：2-0（5pt）、②-1（3pt）、1-②（1pt）、0-2（0pt）
- ・勝敗は、勝ち点、得失点差、同一対決、ジャンケンの順とする。

■ 2026/4/26

【男子】試合開始 9：50～（全6試合）

- ・コート責任者：○後藤 健一、清水 経夫
- ・2コートで4チームの総当たり戦を実施する。
- ・ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取とする。
※3セット目は11点でコートチェンジ、ジュース無し
※勝ち点：2-0（5pt）、②-1（3pt）、1-②（1pt）、0-2（0pt）
- ・勝敗は、勝ち点、得失点差、同一対決、ジャンケンの順とする。

【女子】試合開始 9：50～（全1試合）

- ・コート責任者：○小川 奈緒子
- ・ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取とする。
※3セット目は11点でコートチェンジ、ジュース有り

【 競技要項 (2/2) 】

■ 2026/4/26

【シニア混合45+60+】 試合開始 9 : 50 ~ (全15試合)

- ・コート責任者：○角野 八重、町田 光
- ・3コート、4コートで各6チームの総当たり戦を実施する。
※シニア混合60+の1チームが参加するが最終順位からは除外する。
- ・ラリーポイント制、21点2セットマッチとする。
※2-0 (5pt)、①-1 (3pt)、1-1 (2pt)、1-① (1pt)、0-2 (0pt)
- ・勝敗は、勝ち点、得失点差、同一対決、ジャンケンの順とする。

■ 共通事項

- ・感染予防におけるマスクの着用は自己責任にてお願い致します。
- ・公式練習は、最初の1試合のみ、開始前合同1分とする。
- ・吹笛または電子フォイスルをご利用ください。
※弊協会にて準備している電子フォイスルは数に限りがございます。
- ・4名での参加は、審判が不足しますのでコート内で協力して実施してください。
それでも不足している場合、本部に申し出ていただき理事が審判の支援を行います。
選抜大会へ4名参加の場合は、主審、副審、線審×1、記録、を極力自チームで実施する。
不足している線審×1、点数は他チームの協力依頼をお願いします。
- ・記録用紙は、基本的に太枠だけが出来るだけ記入して関東甲信越向けの練習といただきたい。
なお、審判実施記録を保護するため審判団のサインは必ず姓で記載願います。
- ・登録用紙(目玉)は、線審で持たず記録にて確認判断する。
コートに袖机テーブルを用意いたしますのでご利用ください。
- ・大会当日または試合中の怪我により4名未満となり、試合参加が出来なくなった時点で
対戦相手を21点とし、試合を終了する。
- ・必ず『写真及び動画撮影について』をご一読ください。
- ・閉会式はコート毎に開催します。
最終試合が終了後、コートを開放いたしますので練習試合等にご利用ください。
- ・各種目別の勝利チームは、機関紙(SHAKE HANDS)やホームページにチーム写真の投稿
を予定しておりますので、ご協力をお願い申し上げます。

【 写真及び動画撮影について 】

【撮影許可について】

撮影を希望される方は、チーム代表者が本部にて「写真及び撮影申請一覧」に必要事項を記入のうえ『撮影許可証』を入手願います。※大会終了後、返却願います。

原則として『撮影許可証』が無い方の撮影を禁じます。

また、撮影許可はアリーナのみのため、その他施設の撮影を禁じます。

必要事項：申請者氏名、申請者住所、対象者数、撮影種別（写真・動画・両方）、連絡先

【撮影における注意事項について】

1. 写真撮影時は、必ず『撮影許可証』は身に着けること。
動画撮影時は、三脚等に必ず『撮影許可証』を置くこと。
2. 大会開催中は、フラッシュ撮影は厳禁とする。
3. 撮影する機材については、撮影者（個人）にて管理する。
転倒・接触などにより撮影機材が故障した場合、本会では責任を負いません。
4. 撮影された写真・動画におけるSNSへの投稿は、個人判断に委ねます。
SNSへの投稿により問題が生じた場合、本会では責任を負いません。

【その他】

お気づきの点がございましたら、大会本部までご連絡ください。

【 シニア女子45+ 1コート 】

2026/4/19：推薦3枠

・コート責任者：○小川 奈緒子、森野 恭子

	チーム名	試合1	試合2	試合3	試合4	試合5	試合6	勝点	得失	順位
①	笑琉	3 ② - 1	1 1 - ②	5 2 - 0				9	7	2
②	Grassy	1 1 - ②	3 ② - 1	3 ② - 1				7	3	3
③	ひよっ子	0 0 - 2	1 1 - ②	0 0 - 2				1	-31	4
④	ファミコンクラブ☆☆☆	5 2 - 0	3 ② - 1	1 1 - ②				9	21	1
⑤										

ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取

※3セット目11点コートチェンジ、ジュース無し

※勝ち点：2 - 0 (5pt)、② - 1 (3pt)、1 - ② (1pt)、0 - 2 (0pt)

※目安時間 1試合40分、試合間休憩5分、昼食は3試合目終了時に40分間を予定する。

★対戦表

1コート				
1	① 笑琉	16 - 21 21 - 18 21 - 13	② Grassy	審 ③
休憩				
2	③ ひよっ子	16 - 21 14 - 21 -	④ ファミコンクラブ☆☆☆	審 ①
休憩				
3	① 笑琉	21 - 19 15 - 21 15 - 21	④ ファミコンクラブ☆☆☆	審 ②
昼食				
4	② Grassy	19 - 21 21 - 12 21 - 20	③ ひよっ子	審 ①
休憩				
5	② Grassy	17 - 21 21 - 20 21 - 17	④ ファミコンクラブ☆☆☆	審 ③
休憩				
6	① 笑琉	21 - 16 21 - 15 -	③ ひよっ子	審 ④

試合開始目安						
1	2	3	4	5	6	終了
9:50	10:35	11:20	12:40	13:25	14:10	14:50

【 シニア女子60+ 2コート 】

2026/4/19：推薦1枠

・コート責任者：○奥野 典子、菊地 久美子

	チーム名	試合1	試合2	試合3	試合4	試合5	試合6	勝点	得失	順位
①	CIAO!	0 0 - 2	0 0 - 2					0	-20	3
②	スマイル	5 2 - 0	5 2 - 0					10	24	1
③	アタッカーズ	0 0 - 2	5 2 - 0					5	-4	2
④										
⑤										

ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取

※3セット目11点コートチェンジ、ジュース有り

※勝ち点：2 - 0 (5pt)、② - 1 (3pt)、1 - ② (1pt)、0 - 2 (0pt)

※目安時間 1試合45分、試合間休憩10分

★対戦表

1コート				
1	① CIAO!	18 - 21 15 - 21 —	② スマイル	審 ③
	休憩			
2	③ アタッカーズ	15 - 21 12 - 21 —	② スマイル	審 ①
	休憩			
3	③ アタッカーズ	21 - 16 21 - 15 —	① CIAO!	審 ②

試合開始目安						
1	2	3				終了
9:50	10:45	11:40				12:25

【 混合 3コート (午前) 】

2026/4/19 : 推薦2枠

・コート責任者 : ○後藤 健一、高井 直樹、角野 八重、横山 浩道

	チーム名	試合1	試合2	試合3	試合4	試合5	試合6	勝点	得失	順位
①	ガイアV1	0 0 - 2	1 1 - ①	1 1 - ①				2	-14	4
②	グリーンアイル	5 2 - 0	5 2 - 0	5 2 - 0				15	39	1
③	井の頭パンパース	5 2 - 0	0 0 - 2	3 ① - 1				8	-6	2
④	ウエストウィングT	0 0 - 2	3 ① - 1	0 0 - 2				3	-19	3

ラリーポイント制、21点2セットマッチ

※勝ち点 : 2 - 0 (5pt) 、 ① - 1 (3pt) 、 1 - 1 (2pt) 、 1 - ① (1pt) 、 0 - 2 (0pt)

※目安時間 1試合25分、試合間休息5分、昼食は4試合目終了時に30分間を予定する。

★対戦表

3コート (午前)				
1	① ガイアV1	16 - 21 15 - 21	② グリーンアイル	審 ③
	休 憩			
2	③ 井の頭パンパース	21 - 15 21 - 17	④ ウエストウィングT	審 ①
	休 憩			
3	① ガイアV1	16 - 21 21 - 18	④ ウエストウィングT	審 ②
	休 憩			
4	② グリーンアイル	21 - 15 21 - 10	③ 井の頭パンパース	審 ①
	休 憩			
5	② グリーンアイル	21 - 16 21 - 15	④ ウエストウィングT	審 ③
	休 憩			
6	① ガイアV1	21 - 20 19 - 21	③ 井の頭パンパース	審 ④
	昼 食			

試合開始目安 (午前)						
1	2	3	4	5	6	予定
9:50	10:20	10:50	11:20	11:50	12:20	12:45

【 混合 4コート (午前) 】

2026/4/19 : 推薦2枠

・コート責任者 : ○後藤 健一、高井 直樹、角野 八重、横山 浩道

	チーム名	試合1	試合2	試合3	試合4	試合5	試合6	勝点	得失	順位
①	Junkie	5 2 - 0	0 0 - 2	1 1 - ①				6	0	3
②	ウエストウィング	0 0 - 2	0 0 - 2	0 0 - 2				0	-31	4
③	ガイアV2	1 1 - ①	5 2 - 0	3 ① - 1				9	16	2
④	POCKET	3 ① - 1	5 2 - 0	5 2 - 0				13	15	1

ラリーポイント制、21点2セットマッチ

※勝ち点 : 2 - 0 (5pt) 、 ① - 1 (3pt) 、 1 - 1 (2pt) 、 1 - ① (1pt) 、 0 - 2 (0pt)

※目安時間 1試合25分、試合間休息5分、昼食は4試合目終了時に30分間を予定する。

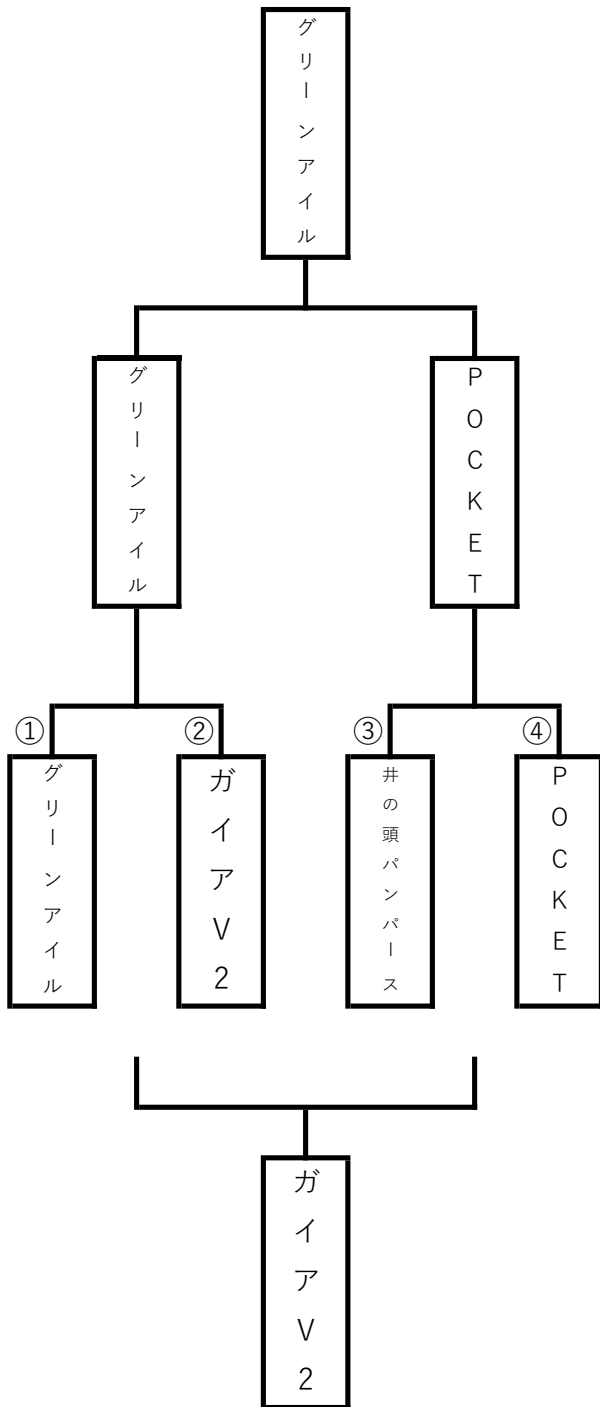
★対戦表

4コート (午前)				
1	① Junkie	21 - 18 21 - 15	② ウエストウィング	審 ③
休 憩				
2	③ ガイアV2	21 - 20 19 - 21	④ POCKET	審 ①
休 憩				
3	① Junkie	17 - 21 19 - 21	④ POCKET	審 ②
休 憩				
4	② ウエストウィング	13 - 21 15 - 21	③ ガイアV2	審 ①
休 憩				
5	② ウエストウィング	17 - 21 17 - 21	④ POCKET	審 ③
休 憩				
6	① Junkie	17 - 21 21 - 20	③ ガイアV2	審 ④
昼 食				

試合開始目安 (午前)						
1	2	3	4	5	6	予定
9:50	10:20	10:50	11:20	11:50	12:20	12:45

【 混合 3コート (午後：上位順位選) 】

・コート責任者：○後藤 健一、高井 直樹、角野 八重、横山 浩道



- ① 3コート予選1位
- ② 4コート予選2位
- ③ 3コート予選2位
- ④ 4コート予選1位

★対戦表

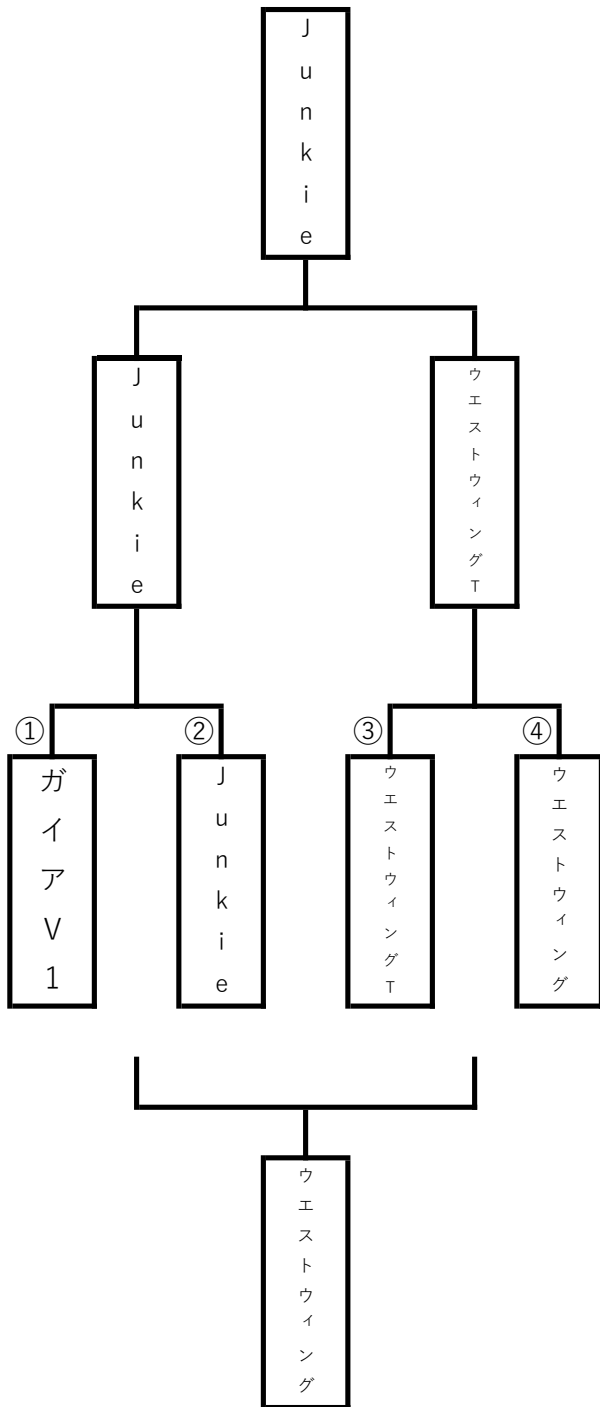
3コート (午後)			
1	① グリーンアイル	21 - 16 21 - 20 -	② ガイアV2 審 ③ ④
2	③ 井の頭パンパース	17 - 21 14 - 21 -	④ P O C K E T 審 ① ②
3	ガイアV2	21 - 19 21 - 15 -	井の頭パンパース 試合1 & 2 勝者
4	グリーンアイル	21 - 19 19 - 21 21 - 18	P O C K E T 試合1 & 2 敗者

- ※目安時間 1試合40分、試合間休息5分
- ※2 1点3セットマッチ2セット先取とする。
- ※3セット目は1 1点でコートチェンジ、
ジュース無し

試合開始目安						
1	2	3	4			終了
13:15	14:00	14:45	15:30			16:10

【 混合 4コート (午後：下位順位選) 】

・コート責任者：○後藤 健一、高井 直樹、角野 八重、横山 浩道



- ① 3コート予選4位
- ② 4コート予選3位
- ③ 3コート予選3位
- ④ 4コート予選4位

★対戦表

3コート (午後)			
1	① ガイアV1	18 - 21 21 - 20 17 - 21	② Junkie 審 ③ ④
2	③ ウエストウイングT	21 - 19 14 - 21 21 - 20	④ ウエストウイング 審 ① ②
3	ガイアV1	16 - 21 20 - 21 -	ウエストウイング 試合1 & 2 勝者
4	Junkie	21 - 15 21 - 18 -	ウエストウイングT 試合1 & 2 敗者

- ※目安時間 1試合40分、試合間休息5分
- ※2 1点3セットマッチ2セット先取とする。
- ※3セット目は1 1点でコートチェンジ、
ジュース無し

試合開始目安						
1	2	3	4			終了
13:15	14:00	14:45	15:30			16:10

【 女子 1コート 】

2026/4/26 : 推薦1枠

・コート責任者 : ○小川 奈緒子

チーム名	試合1	試合2	試合3	試合4	試合5	試合6	勝敗	得失	順位
① 笑琉	○ 2 - 0						1	12	1
② ファミコンクラブ☆☆☆	× 0 - 2						0	-12	2

ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取

※3セット目11点コートチェンジ、ジュース有り

※目安時間 40~50分

★対戦表

1コート			
①	21 - 18	②	協会
1 笑琉	21 - 12	ファミコンクラブ☆☆☆	
	—		

★「協会」は、都イ協理事にて審判団を行います。

【 男子 2コート 】

2026/4/26 : 推薦2枠

・コート責任者 : ○後藤 健一、清水 経夫

チーム名	試合1	試合2	試合3	試合4	試合5	試合6	勝点	得失	順位
① Junkie	3 ② - 1	0 0 - 2	1 1 - ②				4	-8	4
② ブルーウエーブ	1 1 - ②	5 2 - 0	1 1 - ②				7	-1	2
③ TRANS	1 1 - ②	0 0 - 2	3 ② - 1				4	-1	3
④ ウエストウィング	3 ② - 1	5 2 - 0	3 ② - 1				11	10	1
⑤									

ラリーポイント制、21点3セットマッチ2セット先取

※3セット目11点コートチェンジ、ジュース無し

※勝ち点 : 2 - 0 (5pt) 、 ② - 1 (3pt) 、 1 - ② (1pt) 、 0 - 2 (0pt)

※目安時間 1試合40分、試合間休憩5分、昼食は3試合目終了時に40分間を予定する。

★対戦表

1コート				
1	① Junkie	21 - 19 17 - 21 21 - 17	② ブルーウエーブ	審 ③
	休憩			
	③ TRANS	21 - 13 20 - 21 18 - 21	④ ウエストウィング	審 ①
休憩				
3	① Junkie	19 - 21 15 - 21 -	④ ウエストウィング	審 ②
	昼食			
	② ブルーウエーブ	21 - 19 21 - 16 -	③ TRANS	審 ①
休憩				
5	② ブルーウエーブ	21 - 20 16 - 21 19 - 21	④ ウエストウィング	審 ③
	休憩			
	① Junkie	21 - 19 19 - 21 19 - 21	③ TRANS	審 ④

試合開始目安						
1	2	3	4	5	6	終了
9:50	10:35	11:20	12:40	13:25	14:10	14:50

【 シニア混合45+60+ 3コート・4コート 】

2026/4/26 : 45+推薦3枠、60+推薦1枠

・コート責任者：○角野 八重、町田 光

チーム名	試合1	試合2	試合3	試合4	試合5	試合6	勝点	得失	順位
① ブルーウエーブ	5 2 - 0	5 2 - 0	5 2 - 0	5 2 - 0	5 2 - 0		25	72	1
② ガイアSV	0 0 - 2	1 1 - ①	5 2 - 0	5 2 - 0	5 2 - 0		16	19	3
③ 上中IC	0 0 - 2	0 0 - 2	0 0 - 2	0 0 - 2	0 0 - 2		0	-90	5
④ MIC	5 2 - 0	3 ① - 1	3 ① - 1	0 0 - 2	5 2 - 0		16	21	2
⑤ CAS	1 1 - ①	0 0 - 2	5 2 - 0	0 0 - 2	0 0 - 2		6	-13	4
⑥ 井の頭パンパース	3 ① - 1	0 0 - 2	1 1 - ①	0 0 - 2	5 2 - 0		9	-46	1

ラリーポイント制、21点2セットマッチ

※勝ち点：2 - 0 (5pt)、① - 1 (3pt)、1 - 1 (2pt)、1 - ① (1pt)、0 - 2 (0pt)

※目安時間 1試合30分、試合間休息5分、昼食は4試合目終了時に40分間を予定する。

★対戦表

3コート			
1	① ブルーウエーブ	21 - 16 21 - 17	② ガイアSV 審③
休憩			
2	③ 上中IC	18 - 21 11 - 21	④ MIC 審①
休憩			
3	① ブルーウエーブ	21 - 10 21 - 12	③ 上中IC 審⑤
休憩			
4	① ブルーウエーブ	21 - 17 21 - 13	⑤ CAS 審③
昼食			
5	③ 上中IC	15 - 21 5 - 21	⑤ CAS 審①
休憩			
6	① ブルーウエーブ	21 - 18 21 - 14	④ MIC 審⑤
休憩			
7	① ブルーウエーブ	21 - 9 21 - 12	⑥ 井の頭パンパース 審③
休憩			
8	③ 上中IC	10 - 21 12 - 21	⑥ 井の頭パンパース 審①

4コート			
1		-	
休憩			
2	⑤ CAS	21 - 17 16 - 21	⑥ 井の頭パンパース 審②
休憩			
3	② ガイアSV	21 - 19 15 - 21	④ MIC 審⑥
休憩			
4	② ガイアSV	21 - 16 21 - 20	⑥ 井の頭パンパース 審④
昼食			
5	④ MIC	21 - 14 17 - 21	⑥ 井の頭パンパース 審②
休憩			
6	② ガイアSV	21 - 13 21 - 14	③ 上中IC 審⑥
休憩			
7	② ガイアSV	21 - 11 21 - 20	⑤ CAS 審④
休憩			
8	④ MIC	21 - 16 21 - 15	⑤ CAS 審②

試合開始目安 (午前)					
1	2	3	4		終了
9:50	10:25	11:00	11:35		12:05

試合開始目安 (午後)					
5	6	7	8		終了
12:45	13:20	13:55	14:30		15:00