

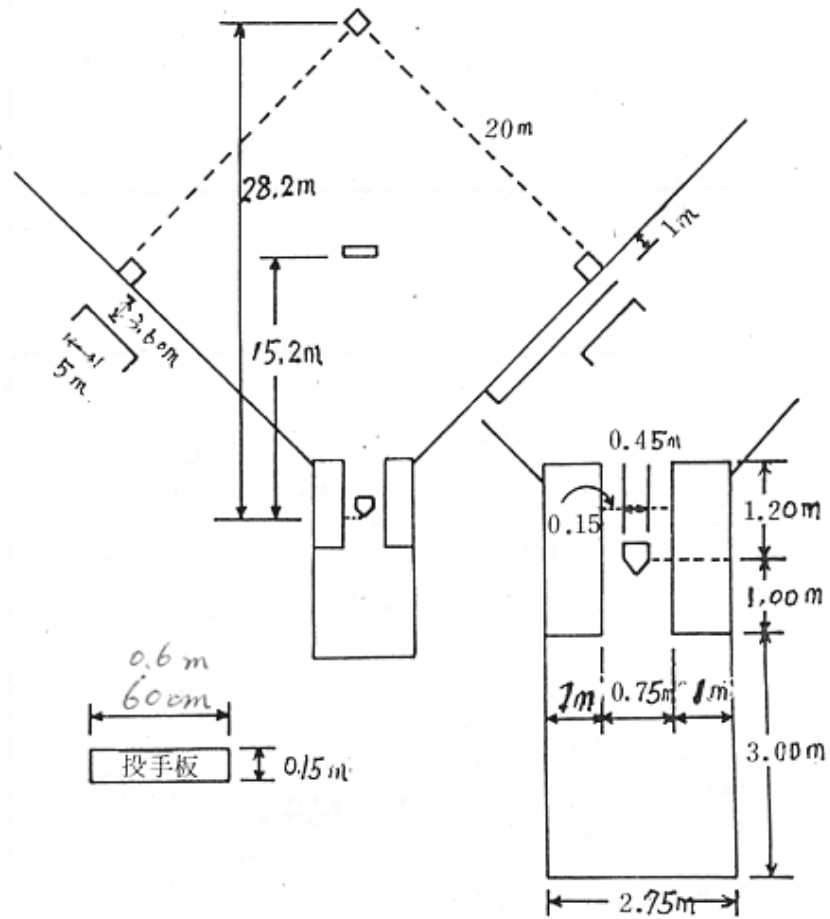
慢速壘球規則圖解

資料來源：中華民國慢速壘球協會

一、 比賽場地	P2
二、 比賽篇	P3
三、 投手篇	P5
四、 打擊篇	P13
五、 壘球的起源	P24
六、 跑壘篇	P25
七、 守備篇	P34
八、 慢速壘球的歷史與承傳	P36

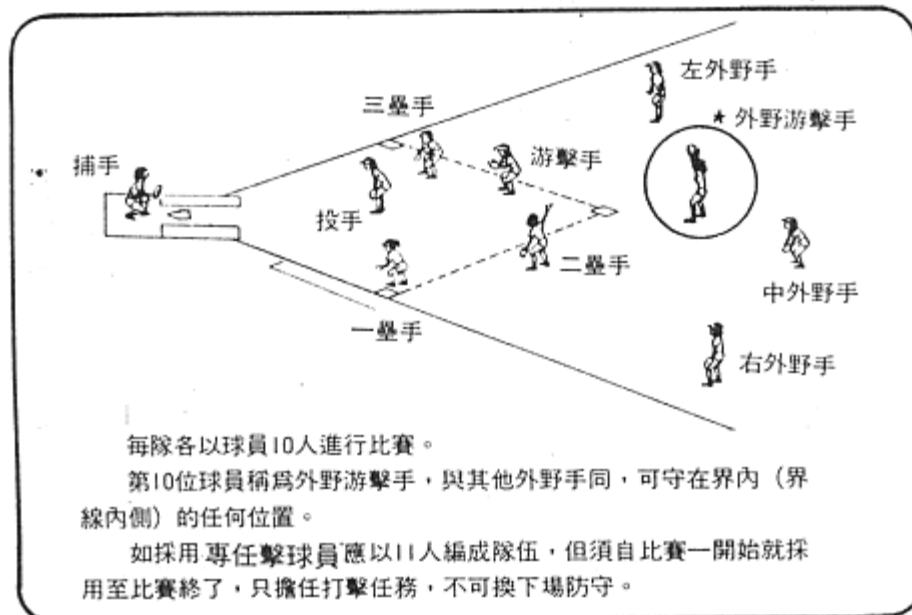
比賽場地

投手的投球距離男女皆同，均為 14 公尺。由本壘至柵欄或全壘打圍牆間的距離，男子為 85 公尺以上，女子為 75 公尺以上。壘間距離男子為 20 公尺，女子 20 公尺。

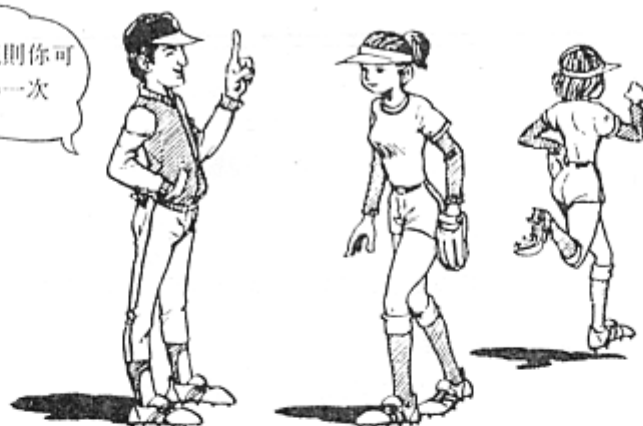


比賽編

比賽採七局制終了時，合計得分之多寡判定勝負。每局攻擊均分為上下半局，於攻方被判第三人出局時互換攻守



依照規則你可
再出場一次



先發隊員一旦退出比賽，亦可再出場一次，此時必須歸回自己原來的打擊順位。（專任擊球員除外，不可再上場）

是專任擊球員嗎？

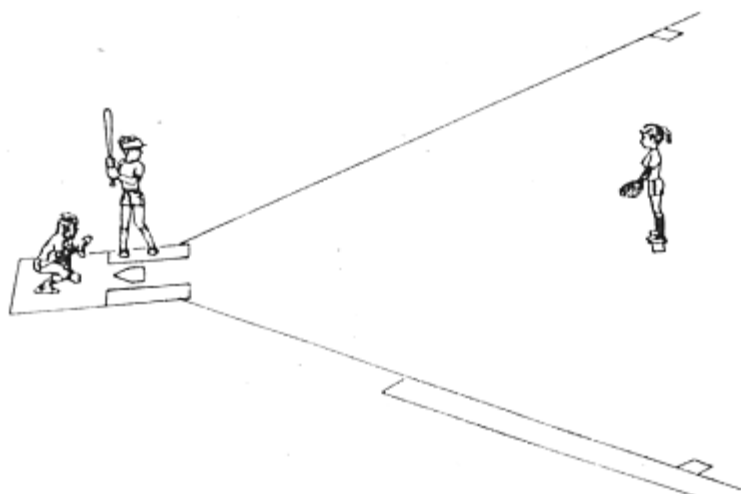
是的！



依規定可以有專任擊球員。該場比賽中負責打擊，可排在任何棒次，中途可以換人，但不得擔任防守工作。

投手編

投手投球應以迫使對方出局為目的。迫使對方三出局後此
一局之 攻擊即結束。



投球時，投手必須位於投球位置，而捕手亦必須位於捕手位置上。
其他球員只要在界內區即可。

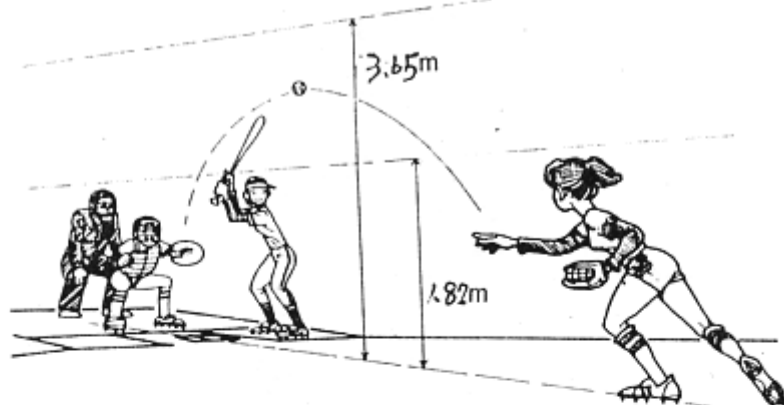


投手在投球之前，必須以單或雙手握持球在身體前完全靜止之下1秒~10秒。僅軸心腳踩踏板即可。

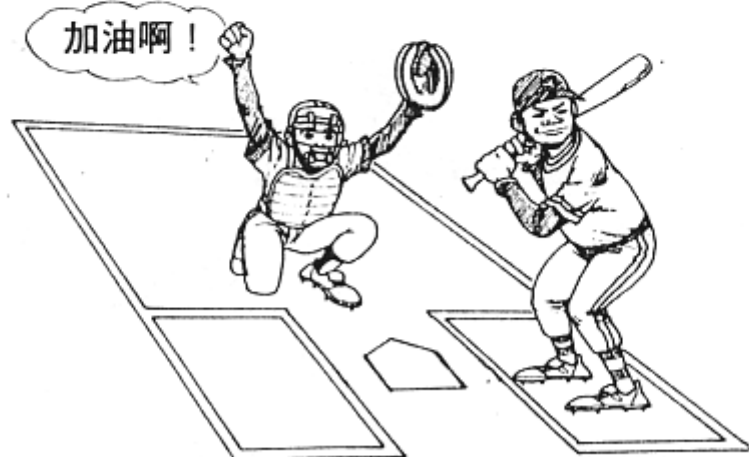


投球時，應採用下投法，並應使壘球離手的位置較腰部為低。（否則會被判為違規投球）。

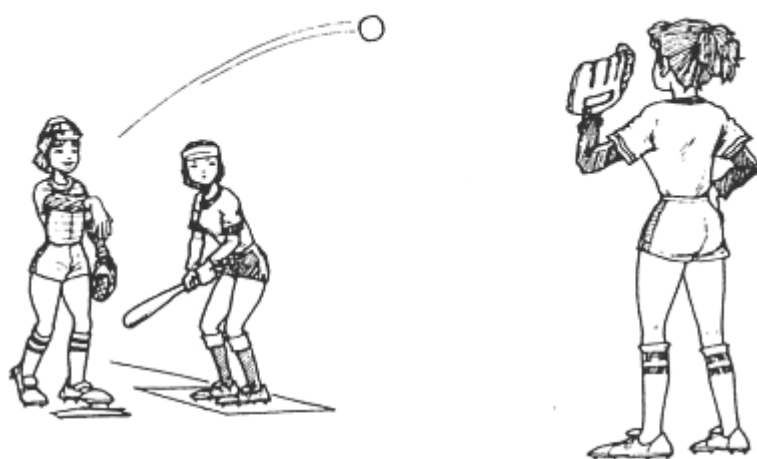
踏出去的自由腳，無論在投手板的前方或後方均可。



投手投球必須經過離地面1.82公尺以上3.65公尺以下之空間，如畫圓弧般投出。(否則判為違規投球)。



捕手自投手開始投球動作之後，至球被擊出或到達本壘板之間不可越出捕手區位置之外。

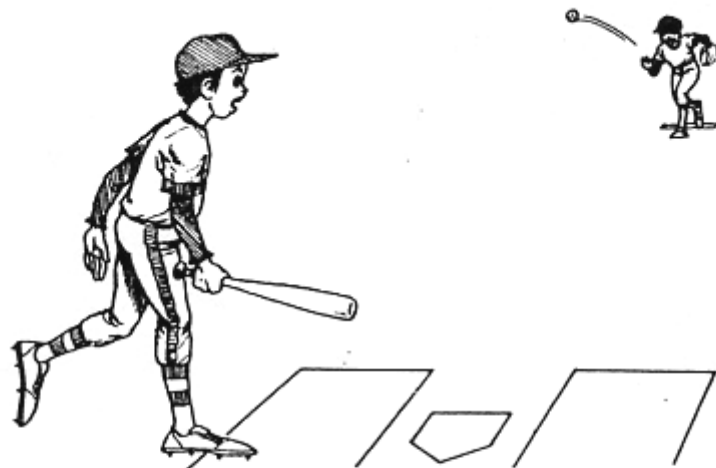


捕手接球後，即使壘上有跑者也必須直接將球投還給投手。



投手接到捕手或野手投回來的球之後，應在10秒以內完成次一投球。



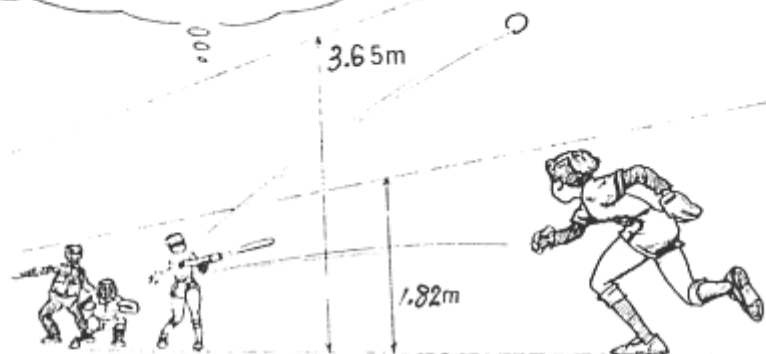


打者未擺好打擊姿勢投手不可以投球（否則判為無效球）



投手手中沒有握球，不可以進行投球準備動作。

正合我的口味，照打！



雖為「違規投球」，只要打者揮棒無論球被打中或落空，則違規投球之宣告取消。

怎麼掉了呢？



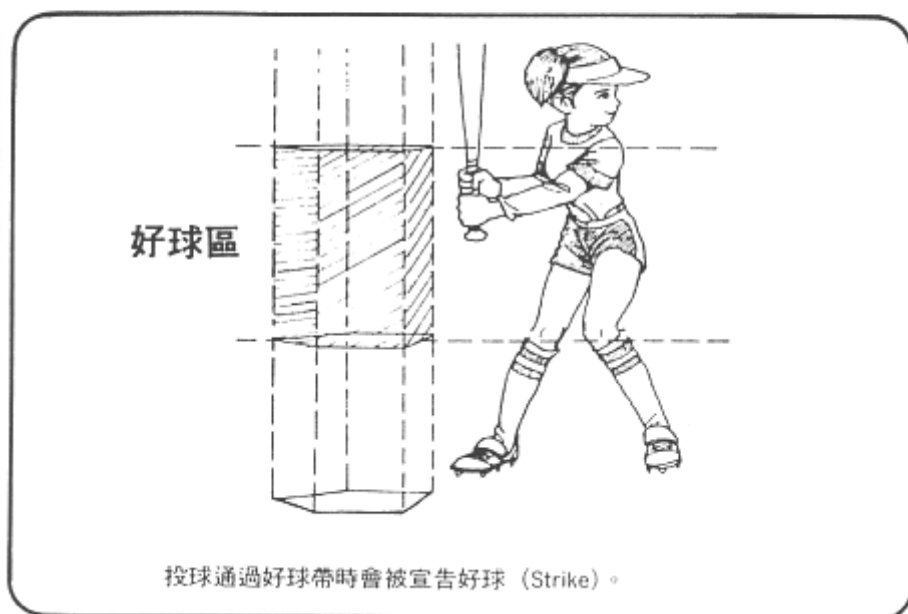
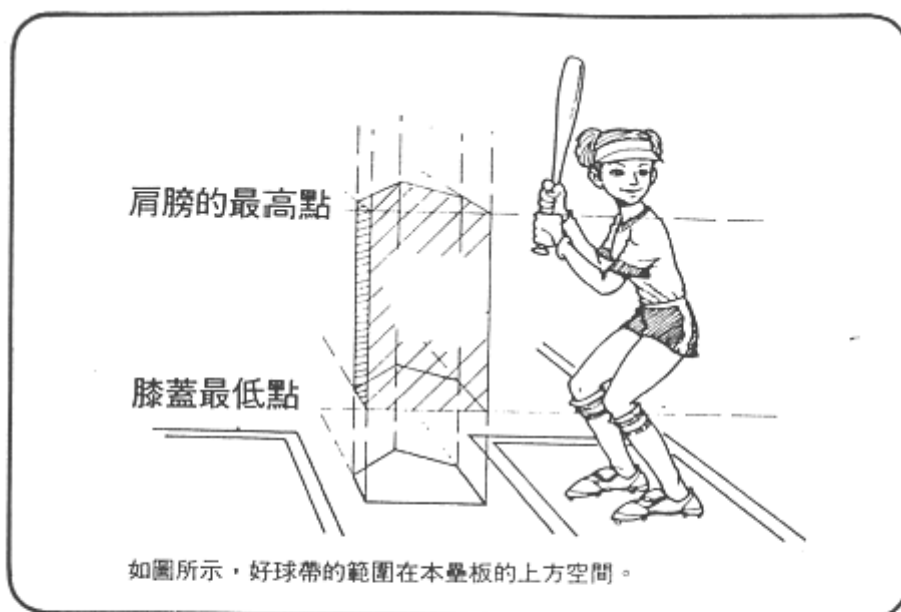
投球動作進行中，球自投手中滑落時，即為「無效投球」，應判「死球」。

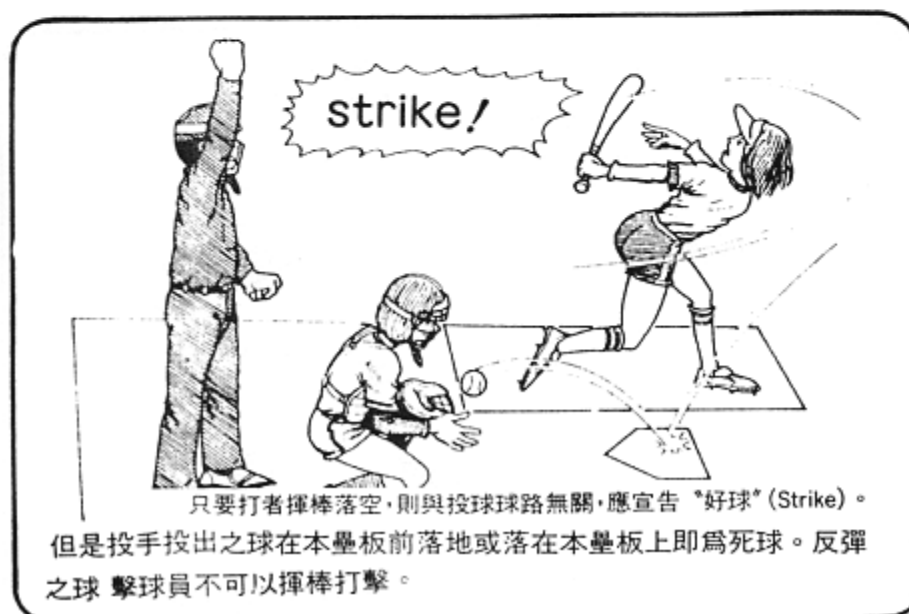


打擊編

打者必須瞄準對方投手投出之球，以利打擊進而得分，因而送回本壘的跑者比對方多，則獲勝。







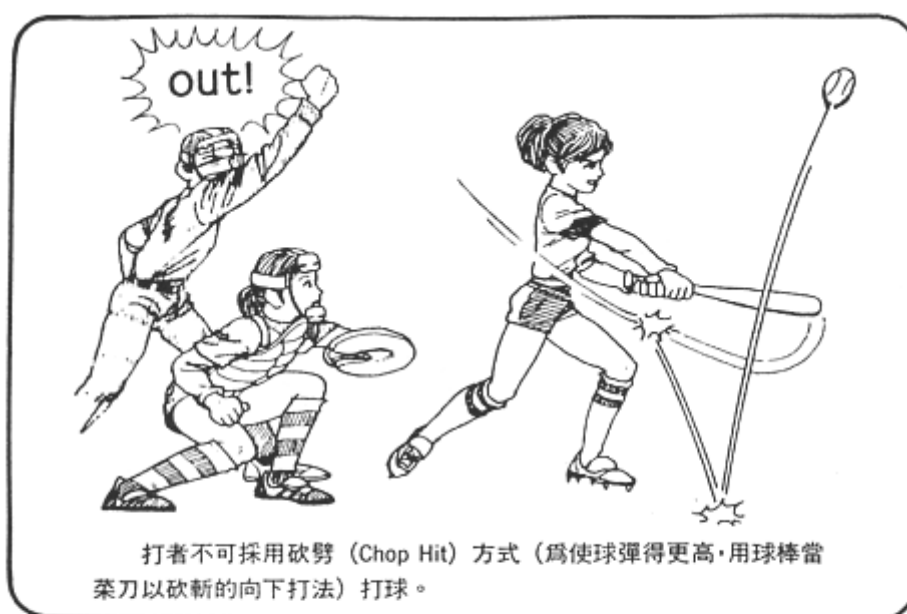
再遠也要打到你！

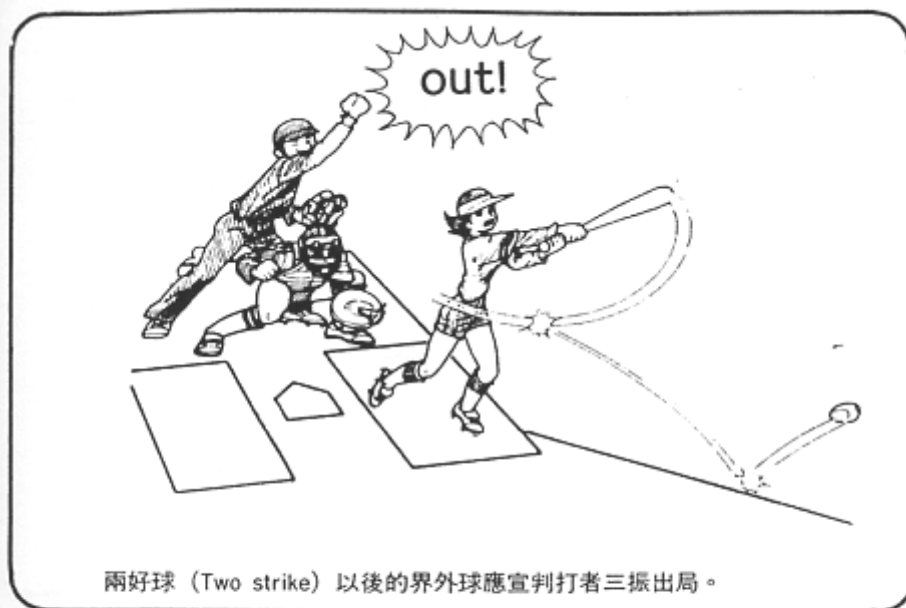


打者打擊時，若踏出打擊區外或踩到本壘板則應判出局。



打者應以普通的揮棒方式打擊，切勿用短打觸擊 否則會被宣判出局。



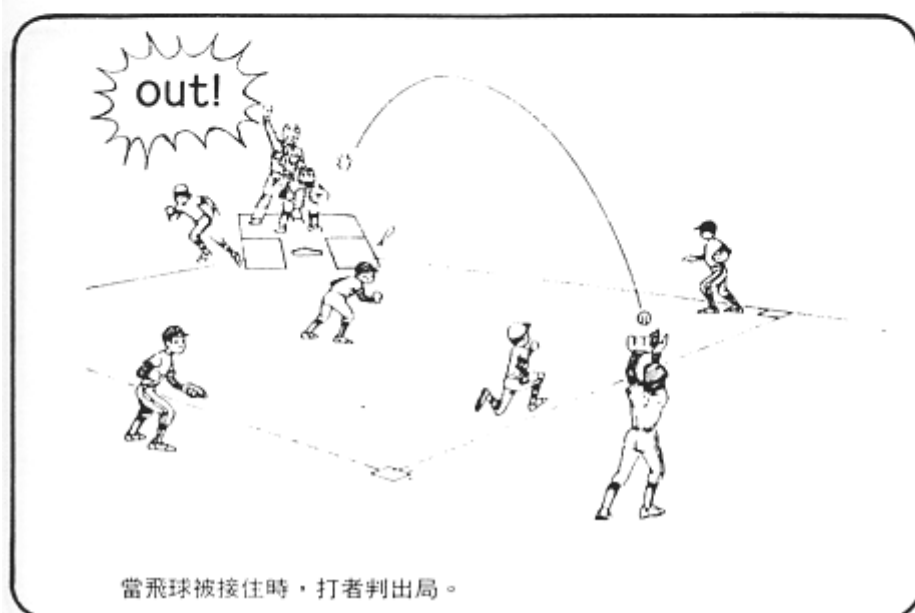


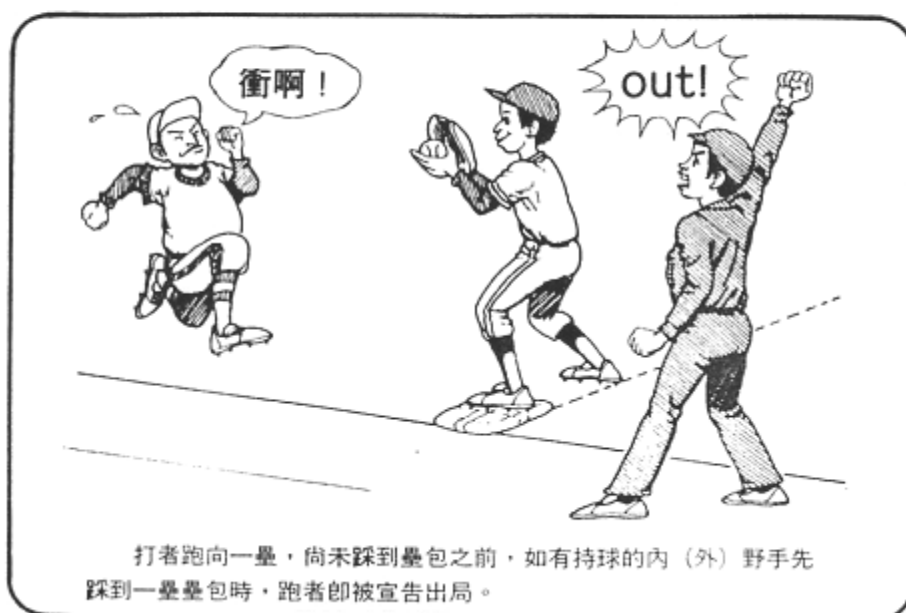
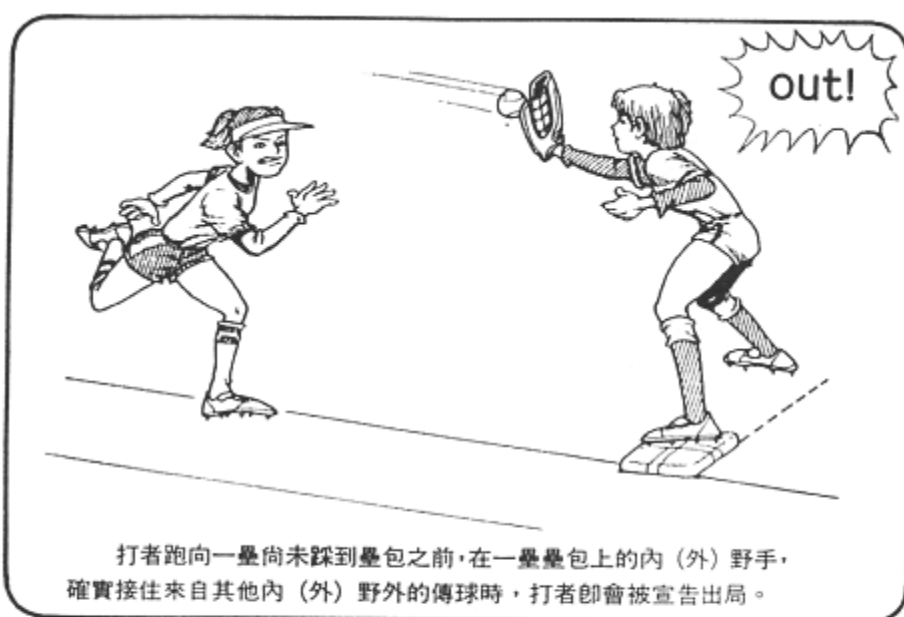
兩好球 (Two strike) 以後的界外球應宣判打者三振出局。

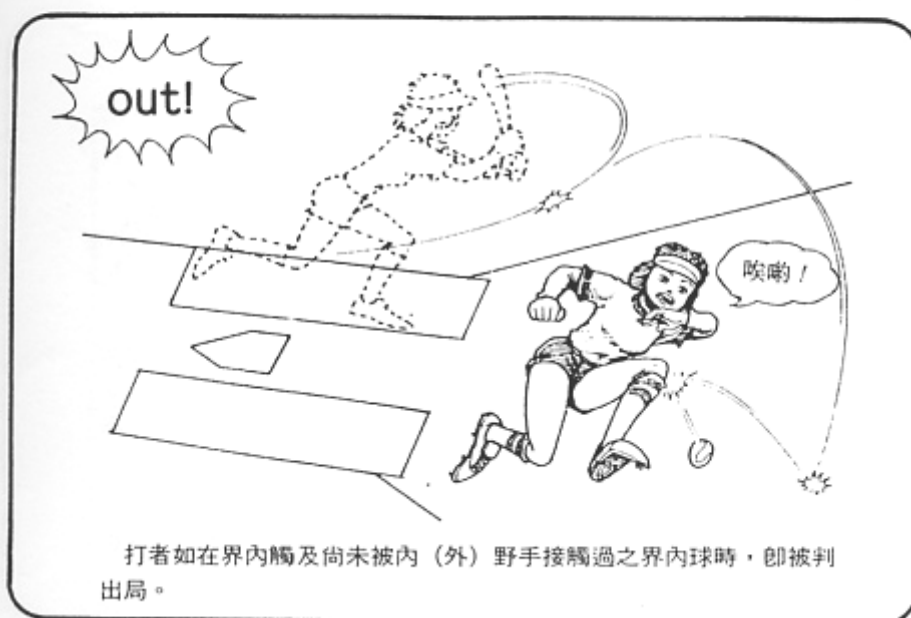


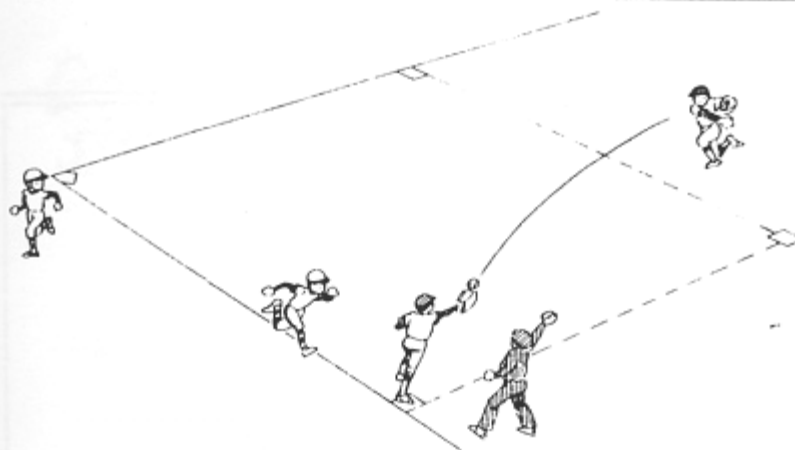
打者應在宣告比賽開始 (Play ball) 10秒以內，作好打擊姿勢。否則會被宣判一個好球。











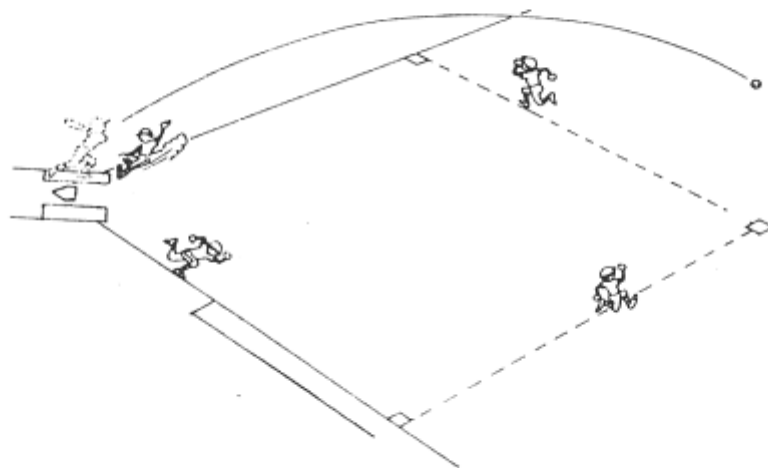
已二出局時，雖然跑者已回本壘踩到本壘板，若打者尚未到達一壘前被判出局，即為三出局得分不算。

壘球的起源

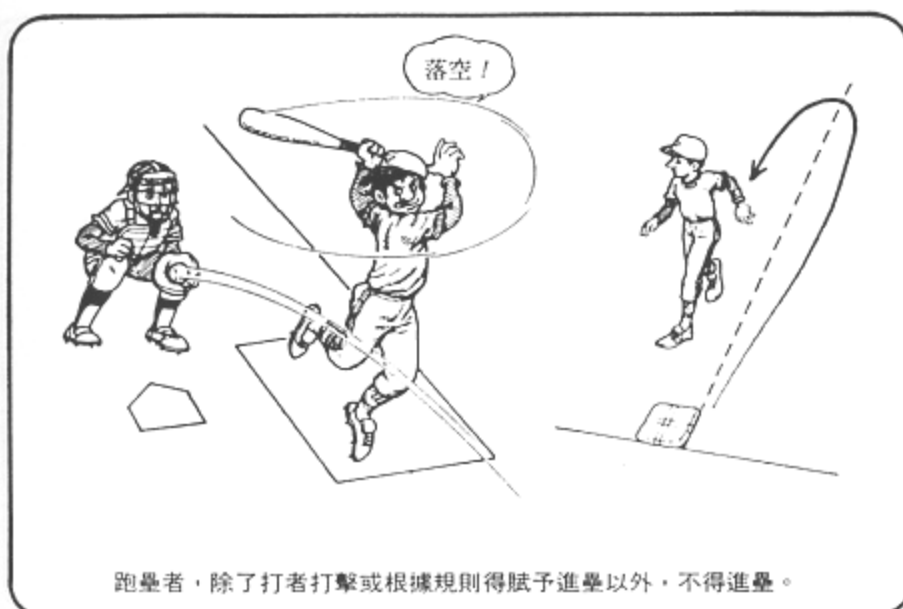
1887年，在芝加哥的嘉年華會（carnivel）狂歡節當天，聚集於體育館的一羣群眾中有一名叫喬治漢克（G.H.Hamcock）者，以半開玩笑也投出拳擊比賽用手套時，據說在附近的一婦人手持掃把將其打擊。因之，靈機一動，開始了壘球運動。

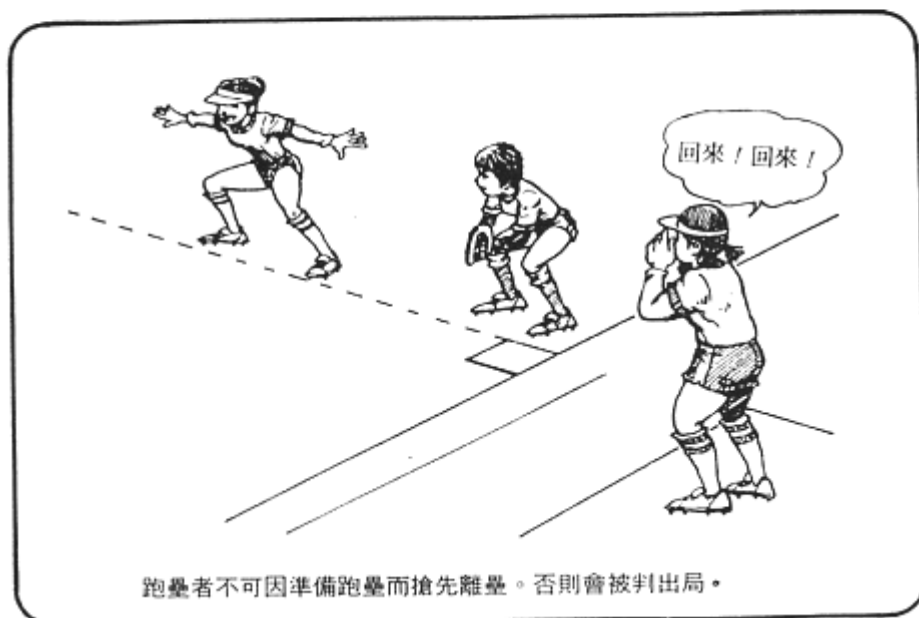
跑壘編

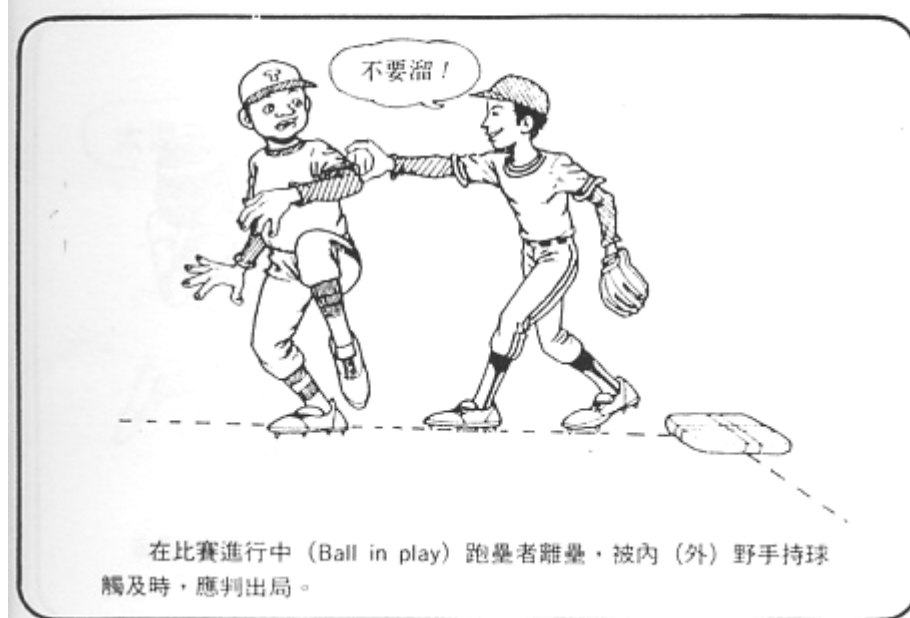
當打者轉變為跑壘者後，在被宣告第三出局之前，循一、二、三壘及本壘之順序踩壘後則獲一分。

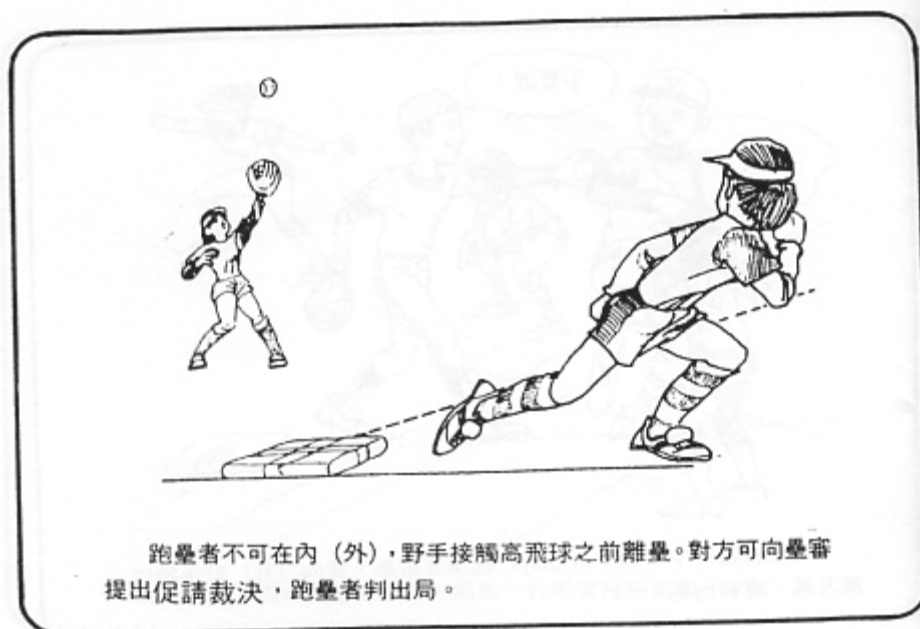
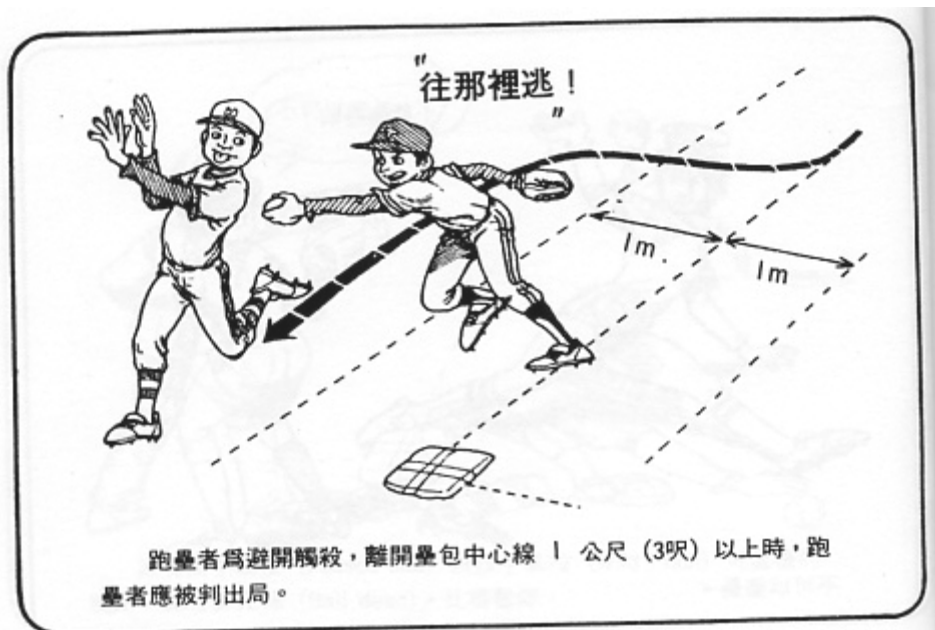


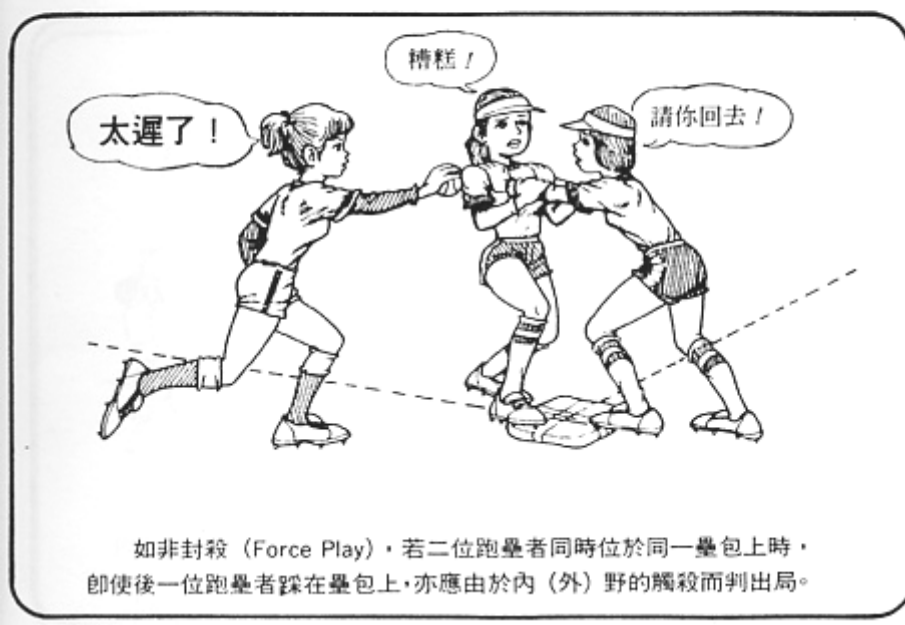
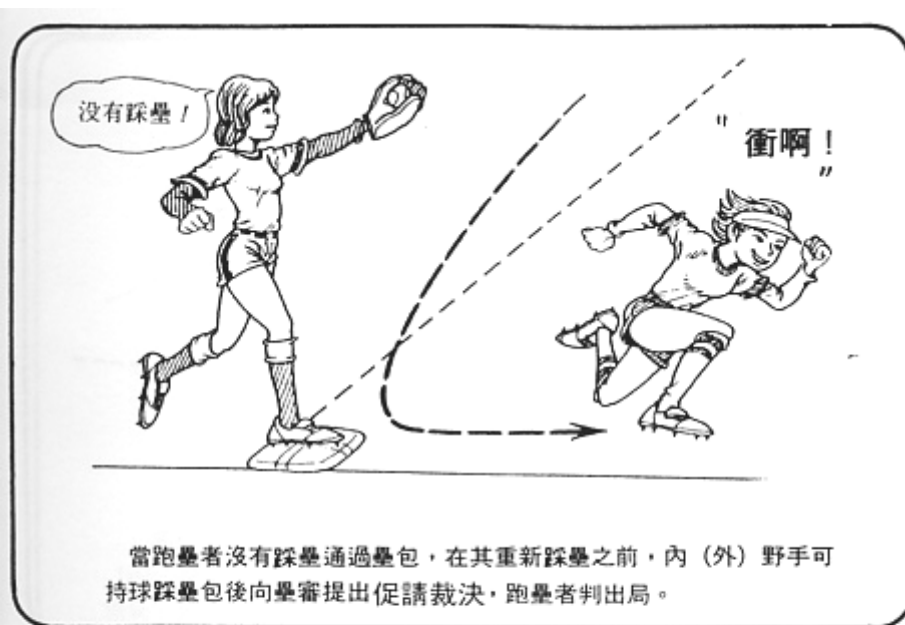
爲了得分，跑壘者必須依循一壘、二壘、三壘及本壘之順序踩壘。

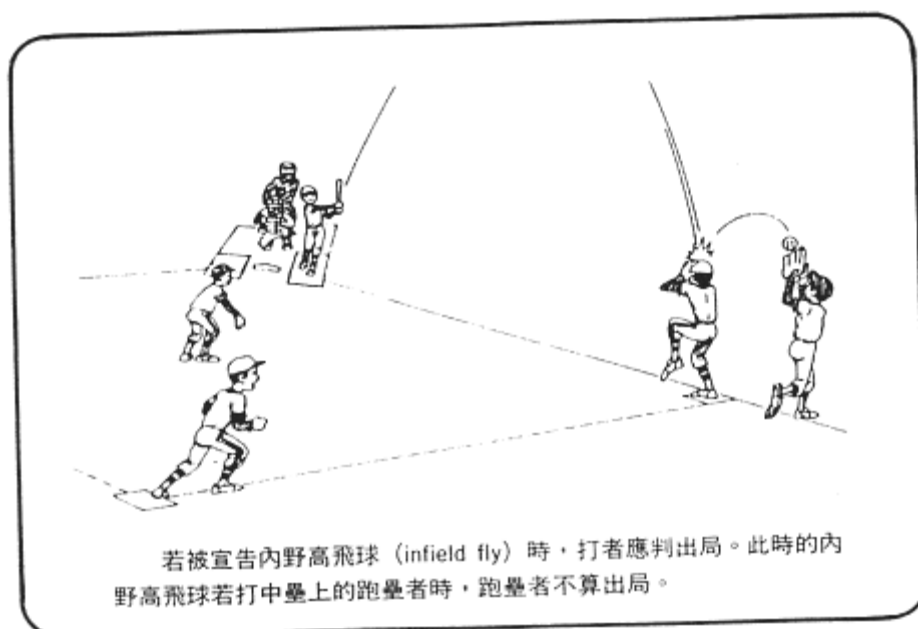
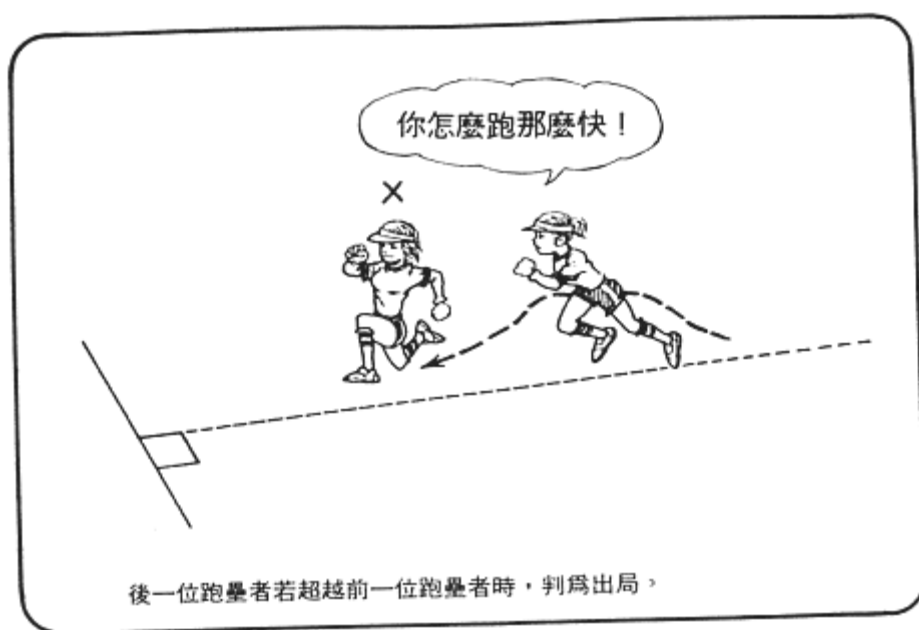


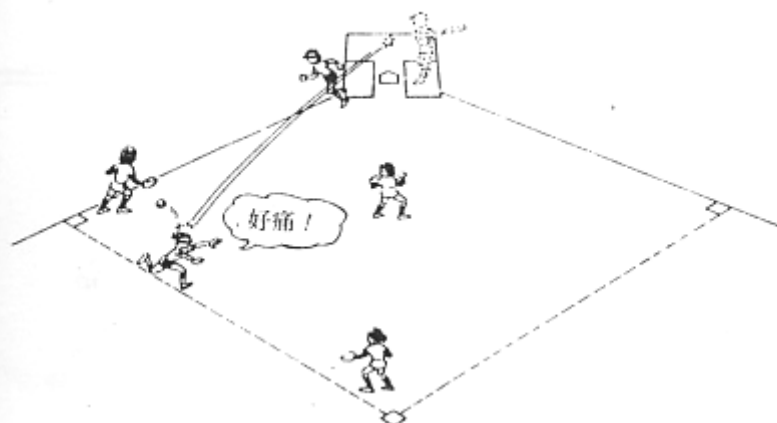




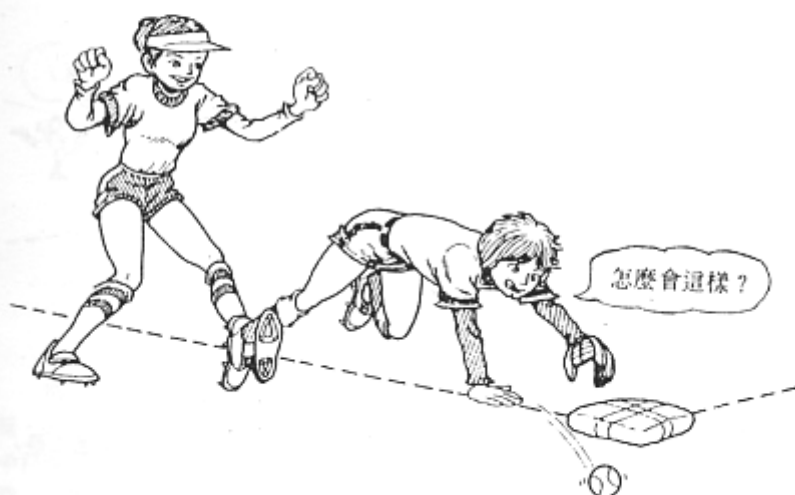




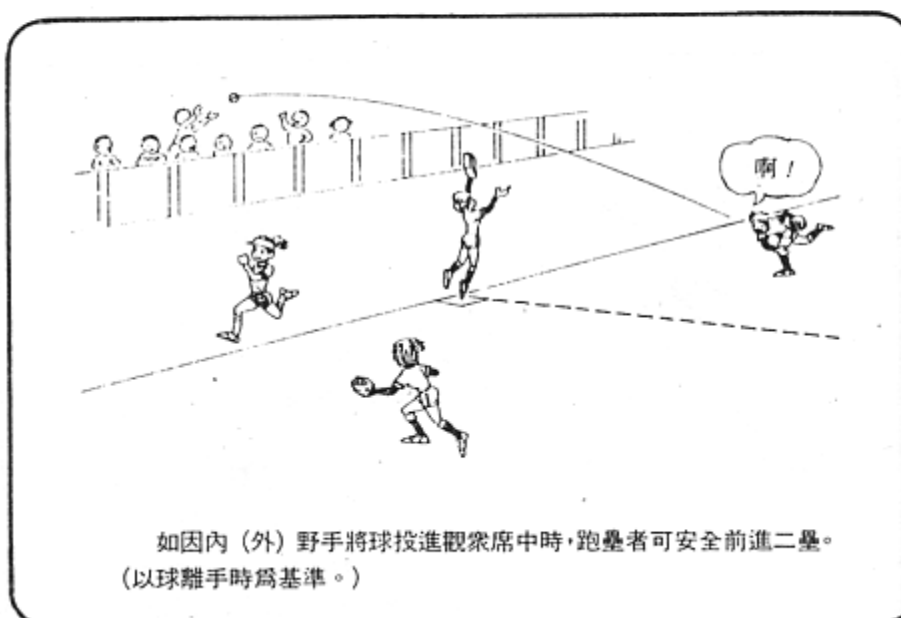
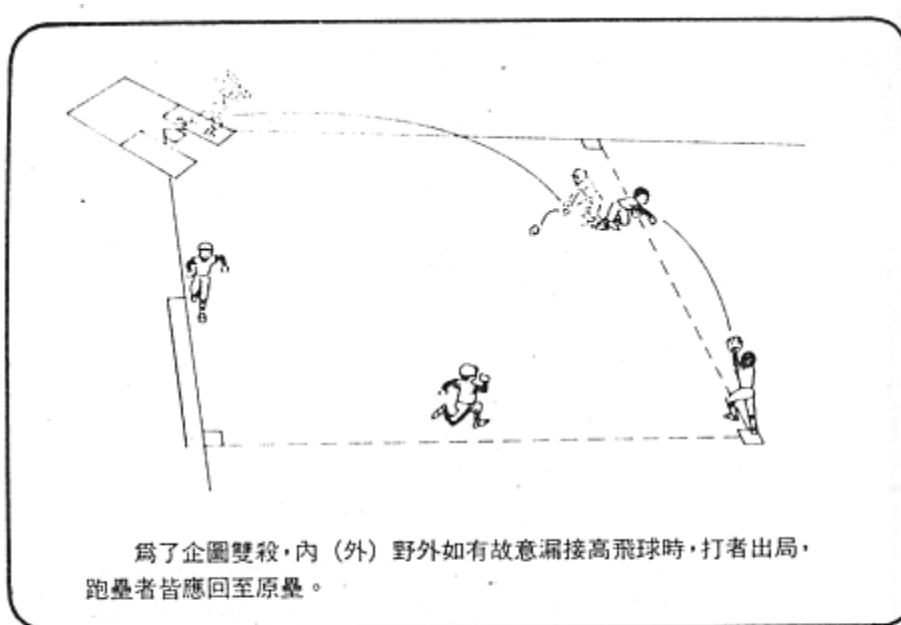




當打擊出去的球在通過內（外）野手之前觸及跑壘者時，為死球（Ball dead）。打擊者可獲准安全上一壘，但是被球打到的跑壘者應判出局，其它跑壘者應回原來的壘包。



跑壘者如有妨碍守備的行為時應被判出局。

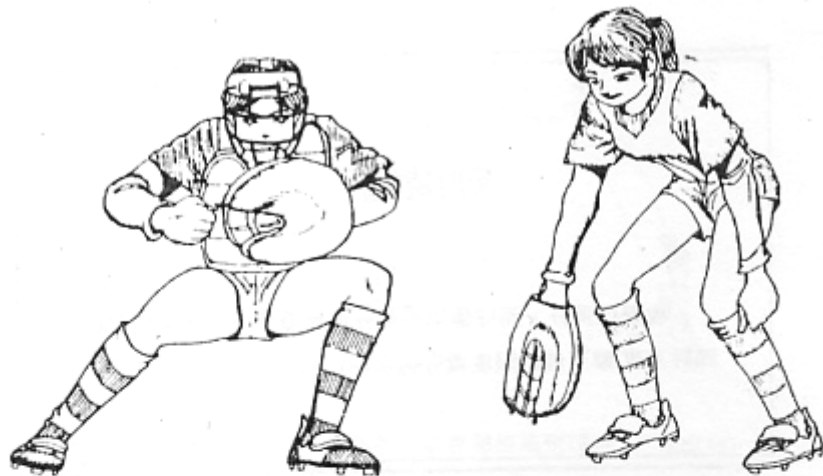


守備編

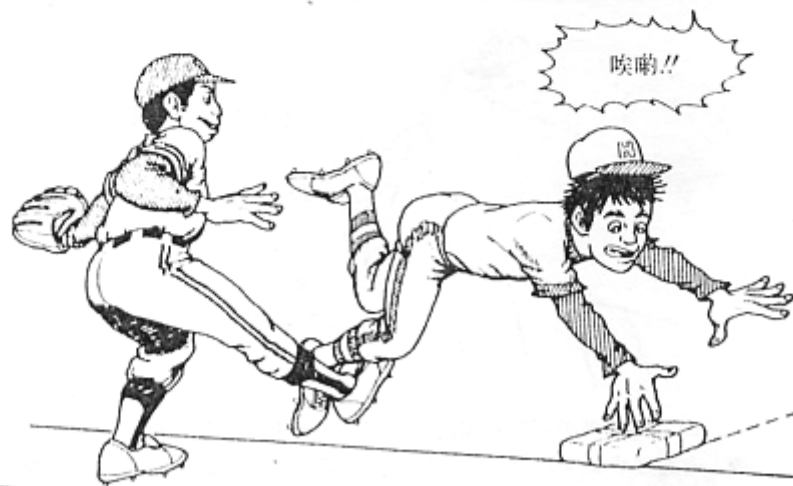
攻擊以得分，而守備以不失分為目標參與比賽。如何抑制對方攻擊至最低限度為守備者的任務。



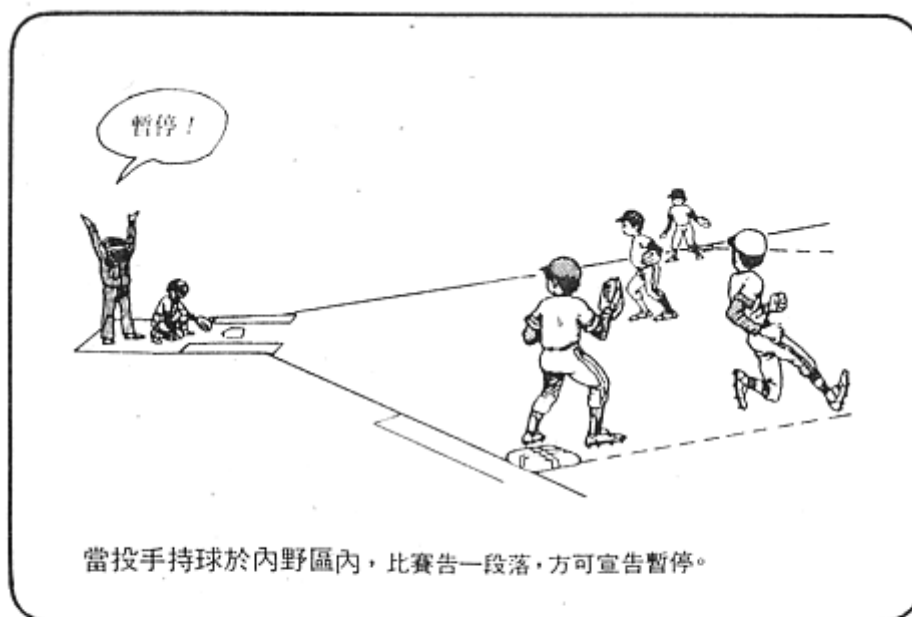
內（外）野手不可利用面罩、帽子或手套等離開身體上規定的位置，去迎接或觸摸界內有效的打擊球，或其他隊友傳送來的球。（若擊中打擊球可獲安全前進三個壘，由隊友傳送來的球可安全獲前進二個壘。打擊球以投手投球時為基準，傳球時則以球離內（外）野手時為基準）。



特殊手套只准捕手和一壘手使用。



野手不可站在壘包附近妨碍跑壘者的跑壘。如被判為妨碍跑壘時，則可獲得安全進壘。



慢速壘球的歷史與承傳

依據棒壘球歷史文獻之考證今日之慢速壘球、快速壘球與棒球是起源於英國發生之板球 (Cricket)，於 1700 年代由移民從英國帶進美國。隨著棒球技術之高度化與專業化，致使一般追求休閒意願者不得不依據棒球規則把需要高度技術及較為細膩而複雜之規定部份加以修定使之簡化易行，於 1933 年創立今日的快速壘球 (Fastpitch Softball)。致 1950 年代快速壘球的技術因部份棒球專業退休人員之參與下進入技術高度化而成為極須高度技術之競賽項目，因此已違背原先追求休閒者意願，不得不再度依據快速壘球規則加以簡化修定，於 1953 年創立今日的慢速壘球 (Slow Pitch Softball) 規則，這也就是慢速壘球的由來，至今也有 47 年的歷史。