



①ポイントとポイントの間は25秒以内！

ポイントが終了した瞬間から次のポイントのサービスを打つまでの時間は**25秒以内**です！  
遠くにボールを拾いに行く場合は少し猶予されますが、速やかに拾いに行き作戦会議も相手を待たせることのないよう簡潔に！



②エンドの交代は90秒以内！

エンド交代をする時、ポイント終了した瞬間から次のゲームのサービスを打つまでの時間は**90秒以内**です！  
ただし、各セット第1ゲーム終了後とタイブレーク中は休憩なしです水分を取るくらいはできますが、速やかにエンド交代しましょう！



③各セット終了時のセットブレイクは120秒以内！

セット終了した瞬間から次のセットの最初のサービスを打つまでの時間は**120秒以内**です！  
(偶数ゲームでセット終了した場合は、次のセット第1ゲーム終了までエンド交代はしない)



④メディカルタイムアウト(MTO)は3分以内！

MTOはトレーナーやドクターが実際に手当てを開始した時に始まりますMTOは**3分**を超えてはいけません  
1部位の症状につき1回のMTOがとれます  
筋ケイレンの処置ではMTOはとれません。筋ケイレンの場合は、エンド交代時またはセットブレイク時間内に限り処置を受けることができます



⑤メディカルタイムアウト(MTO)終了後プレー再開までは30秒以内！

MTO終了後は**30秒以内**にプレーを再開しましょう！  
ただし、ソックスやシューズを履くための時間は許されます



⑥試合開始時刻から15分以内にプレーの用意ができないと失格！

**15分**の遅刻はレフェリーの最終判断で「ノーショウ」となり試合はできません  
試合開始は「時間厳守」を忘れずに！



⑦ベンチ到着からトスまで、ウォームアップ終了後から試合開始までは1分以内！

両選手はコート内ベンチに到着後、**1分以内**にトスを行う  
ウォームアップ終了後は1分以内に試合を開始する

**トイレットブレイク** トイレットブレイクはセットブレイク時に取ることができます  
時間は理にかなった時間以内！（トイレまでの距離もあるので）

トイレットブレイクの回数（女子ダブルスの場合）  
**3セットマッチ→1試合ペアで2回**  
\*ペア2人同時に行った場合は、1回とみなされます  
\*ウォームアップ中の場合も試合と同じ扱いとなり回数に数えます