



壘球簡易規則

球員

- 1.正式比賽須有**十名球員**，人數不足即棄權。先發球員一但退出比賽，可再上場一次，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）。
- 2.第十名守備員稱「外游擊」，位置在界內任何處均可，但不得在投捕手之間。

投手投球

- 1.投手在投球之前，必須以單手或雙手握持球在身體前完全靜止 1 秒~10 秒。僅軸心腳踩板即可，投出後向前或向後離開投手板均可。
- 2.投手投球必須經過離地面 2 公尺以上 3.5 公尺以下之空間。（否則判為違規投球）。
- 3.投手如欲保送打者時，可直接告知主審直接上一壘，不必四壞球。
- 4.投手揮擺動作必須連續，若中斷或逆轉，則判一壞球，壘上人員不保送。
- 5.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。
- 6.球路弧度超過 2 公尺，低於 3.5 公尺，經打擊者肩下至膝上的高度，且在本壘板上空，即為好球，其他即壞球。



打擊

- 1.打者不可採用砍劈(Chop Hit)方式(為使球彈得更高，用球棒當菜刀以砍斬的向下打法)。
- 2.被宣告第三次的好球(Strike)打者即三振出局，不可因捕手漏接而跑向一壘企圖復活。
- 3.二好球以後，若再擊出界外球、擦棒球或揮棒落空，應宣判打擊者三振出局。
- 4.「觸身球」不保送，僅以一壞球計。
- 5.擊球時，雙腳可前後移動及踩線，但若有一腳或雙腳完全踏出打擊區或踏觸本壘板，則判出局。
- 6.擊球員不得「短打」(一般人稱觸擊)，否則會被判出局。
- 7.可十人或十一人打擊(EH，專任擊球員)，可排在任何棒次，中途可以結束，專任擊球員在該場中負責打擊，可排在任何棒次，中途可以換人，但不得擔任防守工作。

跑壘

- 1.不得盜壘，盜壘者宣判出局。
- 2.跑壘者不得在投手投球未達本壘板之前，或打者未揮棒之前離壘，提前離壘者判出局。
- 3.打擊者未揮棒或揮棒落空，球經本壘板即為死球，跑壘員不得進壘；捕手亦不得傳殺壘之跑者，傳殺無效，跑壘員須返回原壘包。



守備

- 1.特殊手套只准捕手和一壘手使用。
- 2.外野手不可站在壘包附近妨礙跑壘者的跑壘。如被判為妨礙跑壘時，則可獲得安全進壘。

死球

慢速壘死球：投手球投出球經過本壘板上空則成為死球，如果球被擊出則比賽繼續，所以慢壘比賽的節奏非常快，投手將球投出後，捕手立刻會將球投還給投手，壘上若有跑壘員也不能盜壘，球員容易擊中球，第三好球如果是界外球也會被判定是三振，不會浪費很多的時間在執行戰術。

場地

	壘間距離	全壘打 圍網距離	投手板至 本壘距離
男子壘球 (慢式)	19.81 公尺 (65 呎)	83.82 公尺 (275 呎)	15.20 公尺 (50 呎)
女子壘球 (慢式)	19.81 公尺 (65 呎)	80.77 公尺 (265 呎)	14.02 公尺 (46 呎)
〈場地配置一覽表〉			



球

慢速壘球所用的球，是採用 PU 心外包馬皮、牛皮、或合成材料，外徑為 12 吋，圓周 30~31 公分(11 1/8~12 1/8 吋)，重量 180~200 公克(6 1/4~7 盎司)，縫線必須是紅色，縫痕規律、隱沒。比賽球都會經過國際壘球總會(I.S.F)檢定通過，或由中華民國壘球協會(C.T.A.S.A)及中華民國慢速壘球協會檢定通過之合格球。

球棒

球棒部份，棒球所用的球棒在最粗的部分為 2 吋（7 公分），長度不得超過 42 吋（106.7 公分），慢速壘球與快速壘球所使用的球棒規定相同，最粗部分為 2 吋（5.7 公分），長度不得超過 34 吋（86.4 公分），差別在快速壘球會使用酒瓶棒；至於材質部分，最近棒球回歸到原始時代使用木棒，而壘球部分還沒有規定要回歸木棒，最近還發展出鈦金屬、飛機用金屬材質的球棒，至於可不可以使用，尚待國際壘總確認。

鞋子

在球場上禁止穿著帶有金屬釘的球鞋，為避免危險及一些技術不是很好的選手造成傷害，所以還是限制球員只能穿著塑膠材質的釘鞋或一般球鞋。

手套



手套是和快速壘球比賽時相同，慢速壘球的捕手不需裝備，因慢速壘球的球速比較慢，而且捕手在投手將球投出落地後再接補即可。

服裝

比賽時的服裝必須全隊樣式及顏色一致，球褲長、短均可，但必須全隊一致。在服裝的材質及式樣上並無特別的規定，基本上各球隊會自行設計顏色鮮艷、舒適透氣的隊服，在比賽時可使士氣高昂。