

# PICKLEBALL

*Spilleregler & Udstyr*



# REGLERNE

## Grundlæggende



### Serven

- Alle server skal være underhånds-serv. Paddlens kontakt med bolden skal være under serverens talje (navle niveau).
- Serven skal udføres med begge fødder bag baglinjen. Ingen af fødderne må røre hverken linje eller bane før bolden er slået.
- Serven skal slås diagonalt til modsatte banehalvdel og skal lande inden for rammerne af den modsatte banehalvdel. Kun et serve-forsøg er tilladt, undtagen i tilfælde hvor bolden rører nettet og lander på den modsatte banehalvdel (omserv).
- Begge spillere på det servende hold har mulighed for at serve og score point, indtil de begår en fejl\* (bortset fra den første bold der bliver spillet i starten af hvert nyt sæt). Den første serv på begge sider skal udføres fra højre banehalvdel.
- Når der er scoret et point, skifter serveren side og server fra venstre side af banen. Når et point er scoret, fortsætter man med at skifte frem og tilbage fra venstre til højre, indtil man laver en fejl og serve-retten går videre til den anden spiller.
- Når den første server laver en fejl, fortsætter partneren med at serve fra den position han/hun står på\*. Anden serveren fortsætter med at serve og skifte fra side til side indtil hans hold laver en fejl og serve-retten går over på den anden side.
- Når serven går over på den anden side, skal den første serv laves fra højre side, og begge servere har mulighed for at serve og lave point indtil deres hold har lavet 2 fejl.
- I single server serveren fra højre side, når hans score er lige og fra venstre når scoren er ulige. Inden hver serv spilles, siges stilling og servenummer (hvis det er double) højt af serveren.
- Man siger først sin egen score, så modstanderens score og derefter om man er server #1 eller #2. I den første serv der bliver spillet (hvor der kun er en serv), siger man: "Nul, Nul, Start". Det indikerer, at man er det startende hold og derfor kun har en serv. Eksempel: Du er på det hold der starter og siger derfor: "Nul, Nul, Start". Laves der så en fejl, går serven over på det modsatte hold. De vil så sige: "Nul, Nul, Et".

\* I begyndelsen af hvert nyt sæt har man kun en serv på det servende hold, hvorefter serven overgår til det modtagende hold når der er begået fejl. Herefter fortætter spillet normalt.

# Scoring

## Scoring

- Der kan kun scores point af det servende hold. Et sæt spilles normalt til 11 point, dog skal man vinde med 2 point.
- Turneringskampe kan spilles med et sæt til 15 eller 21 point eller bedst af 3 sæt til 11, der skal stadig vindes med 2 point.
- Når det servende holds score er lige (0, 2, 4, 6, 8, 10), så vil den spiller der lavede den første serv i spillet stå i højre side af banen, når der serves og modtages.
- Når det er ulige point (1, 3, 5, 7, 9), vil spilleren være i venstre side, når de server og modtager.

## Dobbelt-bounce reglen

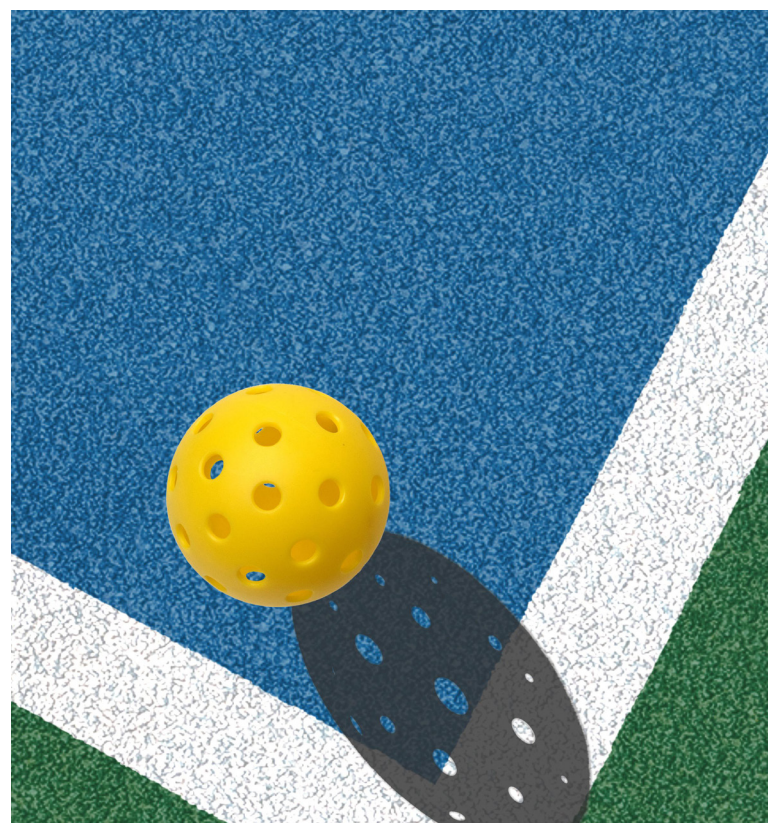
- Når bolden serves, skal det modtagende hold lade bolden hoppe en gang før den returneres. Ligeledes på den anden side.
- Efter bolden har bouncet en gang på begge banehalvdele er det tilladt for begge hold at ramme bolden uden den har rørt banen.
- Dobbelt-bounce reglen eliminerer serve- og smash fordele og forlænger derfor spillet.

## Køkkenet

- "Non-volley zone" kaldes også i daglig tale for "kitchen" eller "køkkenet". Det er betegnelsen for det lille felt, der grænser op til nettet (se evt. tegning).
- Det er ikke tilladt at træde ind i køkkenet eller på linjen til køkkenet når man slår en volley/flugtning. Det vil betegnes som en fejl. Det betegnes også som en fejl, hvis en spiller lander i eller på linjen til køkkenet efter der er slået en volley (flugtning). Selv hvis bolden er erklæret ude for dette sker.

## Linjerne

- En bold der rører en linje betragtes som inde. En serv der rammer linjen til køkkenet, er dog ude.



# FEJL



## Fejl

En fejl af det modtagende hold resulterer i et point til det servende hold. En fejl af det servende hold resulterer i at serveren taber sin serveret.

### En fejl opstår når:

- En serv ikke lander indenfor rammerne af den modtagende banehalvdel.
- Hvis der serves ukorrekt.
- Bolden lander i nettet på serven eller ved et returslag.
- Bolden bliver slået før den har hoppet en gang på hver side (efter serv). Bolden slås ud af banen.
- En volley/flugtning slås inde fra køkkenet.
- En bold hopper to gange før den bliver ramt af modtageren.
- En spiller, spillers tøj, eller en del af en spillers paddle rører nettet eller nettets pæle, når bolden er i spil.
- En bold i spil rammer en spiller eller noget spilleren er iført eller bærer.

**Pickleball spilles enten som double (to spillere på hvert hold) eller single. Double er mest almindelig. Der bruges samme størrelse spilleområde og regler til både single og double.**

# TIPS



## *Tips til spillet*

- Prøv at spille serven lang, dyb og varier retning.
- Serv fra nær midterlinien, så er det lettere at komme på plads efter serven.
- Kom frem til nettet (til kanten af køkkenet) så hurtigt som muligt (dvs. efter bolden har bouncet to gange)
- Prøv at slå returboldene dybe og holde modstanderne tilbage på banen.
- Prøv at tvinge modstanderne til at bruge deres baghånd, de fleste spillere er svagere der.
- Prøv at holde ansigtet mod din modstander. På den måde er du i en bedre position til at returnere et slag til begge sider.
- Varier dine slag så modstanderne ikke kan forudse dig.
- Hvis din modstander har formået at komme til nettet og du stadig er langt tilbage på banen, så har du 3 valgmuligheder: lave et hårdt passerslag, lave et "drop shot", dvs. et kort slag der lander i køkkenet eller lave et lob.
- Dit valg af slag afhænger af dit niveau. De bedste spillere laver sjældent lob, fordi det er et vanskeligt slag at ramme dybt nok til at holde en god spiller fra at smashe.

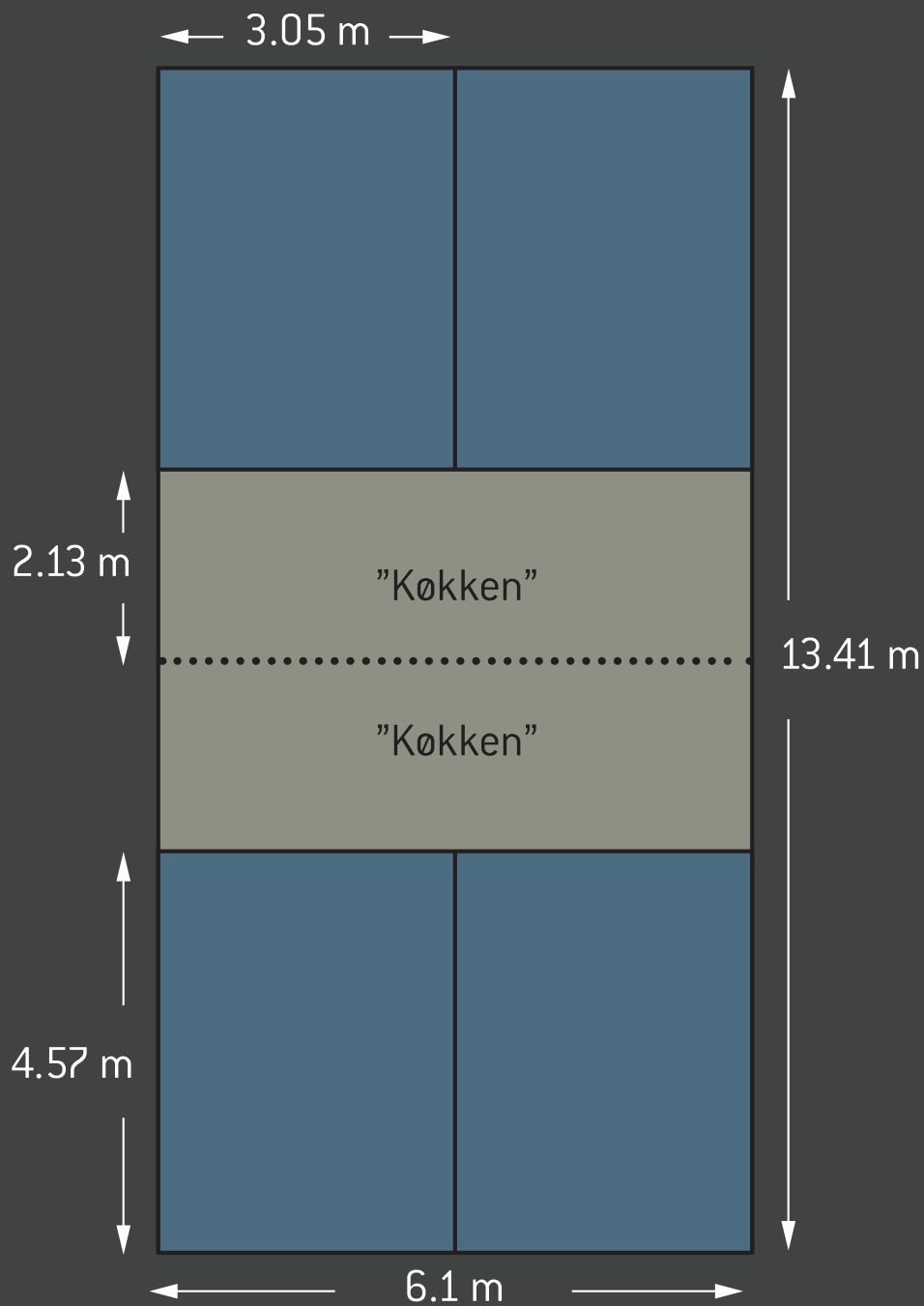
### **Hvem skal starte?**

Til turneringer trækkes der lod om hvem der skal serve først. Vinderen vælger hvem der skal serve først, de andre vælger banehalvdel.



# BANE

## *Officiel Pickleball bane*





[WWW.A-SPORT.DK](http://WWW.A-SPORT.DK)