

Pickleball regler

Banen/start

Det er de **yderste streger** der er gældende. Det gælder både i double og single.

Banen består af 3 felter. **Højre og venstre banehalvdel samt køkkenet.**

Vi spiller på badmintonbaner, hvor forskellen er, at køkkenet er 198 cm langt mod 213 cm på en original pickleball bane.

Der trækkes lod om hvem der skal serve først. Vinderen vælger hvem der skal serve – de andre vælger banehalvdel.

Serven

Underhånds serv – under talje. **Begge fødder bag baglinje.**

Første serv fra højre banehalvdel til modstanders venstre – indenfor "rammen".

En bold der rører en linje betragtes som inde. Dog må den ikke ramme linjen til køkkenet.

Kun et servforsøg – hvis nettet rammes og bolden rammer modsatte banehalvdel korrekt er serveren godkendt.

Når der er scoret et point, skifter første serveren side og server fra venstre side.

Første serveren fortsætter med at skifte indtil der laves fejl.

Hvorefter medspiller (anden server) server fra sin nuværende placering.

Anden server skifter side indtil fejl.

Serveretten går over til modstanderholdet som kan begynde at score point på samme måde.

I begyndelsen af hvert nyt sæt har man kun en serv på det første servende hold.

Score

Der kan **kun scores** point af det **servende hold.**

Et sæt spilles til **11 point**. Dog skal man vinde med 2 point. **Samlet vinder er bedst af 3 spil.**

Ved **lige score** vil første server stå i **højre side** af banen.

Ved **ulige score** vil første server stå i **venstre side** af banen.

Serveren styrer point. Man siger sin egen point først og om man er første eller anden server på holdet. Nul, nul, første og evt. et, nul, første. Nul, nul, anden og evt. to, nul, anden.

Spillet

Når **bolden serves**, skal det modtagende hold lade bolden **hoppe en gang** før den returneres. Ligeledes skal den **hoppe på den anden side**. Derefter er det tilladt – for begge hold – at ramme bolden uden den har rørt banen. **(Dobbelt-Bounce reglen)**

En bold der rører en linje betragtes som inde.

Køkkenet (Non-volley zone)

Det lille felt og strengen der grænser op til nettet, er **ikke tilladt at betræde** når man slår en **volley/flugtning**. Det 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 flugtning. Ellers kan man lovligt træde ind i feltet eller på linjen til køkkenet når som helst. Undtagen når man slår en flugtning.

Spillertips:

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 serveren eller ved et returslag.

Bolden bliver slået før den har hoppet én 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.

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.

Tips til spillet

- Prøv at spille serveren lang, dyb og varier retning.
- Serv fra nær midterlinien, så er det lettere at komme på plads efter serveren.
- 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.