



# PICKLEBALL REGLER



# PICKLEBALL REGLER

## Grundlæggende regler

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

## Serven

- Alle serv skal være underhånds serv.
- Battet 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 på modsatte banelhalvdel og skal lande inden for rammerne af det modsatte banelhalvdel.
- Kun ét serv-forsøg er tilladt, undtagen i tilfælde af bolden rører nettet og lander på den modsatte banelhalvdel (Så må serven tages om).
- 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 spil).
- Den første serv på begge sider skal udføres fra højre banelhalvdel.
- 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 serveretten går videre til den anden spiller.



- Når den første server laver en fejl, fortsætter parteneren med at serve fra den position han/hun står på (bortset fra den første bold der bliver spillet i starten af hvert nyt spil).
- Anden serveren forstætter med at serve og skifte fra side til side indtil hans hold laver en fejl og serveretten går over på den anden side.
- Når serveren går over på den anden side skal den første serv laves fra højre hjørne, og begge servere har mulighed for at serve og lave point indtil deres hold har lavet 2 fejl.
- I single server serveren fra det højre hjørne når hans eller hendes score er lige og fra venstre, når scoren er ulige.

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

## Scoring

- Der kan kun scores point af det servende hold.
- Et spil spilles normalt til 11 point, dog skal man vinde med 2 point.
- Tourneringer kan spilles til 15 eller 21 point, 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 det første serv i spillet, stå i højre side af banen når der saves og modtages. Når det er ulige point (1, 3, 5, 7, 9), vil spilleren være i venster side når de server og modtager.

## Dobbelt-Bounce reglen

- Når bolden serves, skal det modtagende hold lade bolden hoppe én gang før han/hun returnerer den. Ligeledes på den anden side.



- Efter bolden har bouncet én gang på begge banelhalvdele er det tilladt for begge hold at ramme bolden uden den har rørt banen.
- Den dobbelte bounce regel eliminerer serve- og smash fordele og forlænger derfor spillet.

### **Køkkenet**

- "Non-volley zone" kaldes også i daglig tale for "køkkenet". Det er betegnelsen for området der grænser op til nettet. (Se evt. tegning)
- Det er ikke tilladt at træde ind i køkkenet eller på linjen til køkkenet. Det vil begetnes som en fejl.
- Det betegnes som en fejl hvis en spiller lander i eller på linjen til køkkenet efter der er slået et slag. Selv hvis bolden er deklæret ude før dette sker.
- En spiller kan lovligt træde i eller på linjen til køkkenet når bolden ikke er på deres banelhalvdel.

### **Linjerne**

- En bold der rører en linje betragtes som inde. (Med undtagelse af køkkenet, så er den ude.)
- En serv der rammer linjen til køkkenet er en fejl.

### **Fejl**

- En fejl af det modtagende hold resulterer i et point for servende hold.
- En fejl af det servende hold resulterer i at serverens taber sin serveret.
- *En fejl opstår når:*
  - En serv ikke lander indenfor rammerne af den modtagende banelhalvdel.
  - Hvis der serves ukorrekt.



- Bolden lander i nettet på serven eller ved et returslag.
- Bolden bliver slået før den har hoppet én gang på hver side (ved serv).
- Bolden slås ud af banen.
- En bold slås inde fra køkkenet.
- En bold hopper to gange før at blive ramt af modtageren.
- En spiller, spillers tøj, eller en del af en spillers bat 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?**

- Spillerne bruger en mønt for at afgøre hvem der skal serve først. Vinderen vælger hvem der skal serve først og på hvilken banehalvdel.

### **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.
- Prøv at slå returboldene dybe og ud til hjørnerne.
- 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 passerende slag,



lave et faldende slag, der rammer jorden ved din modstanders fødder eller  
lave et loop.

- Dit valg af slag afhænger af dit niveau. De bedste spillere laver sjældent loop, fordi det er et vanskeligt slag at ramme dybt nok til at holde en god spiller fra at smashe.

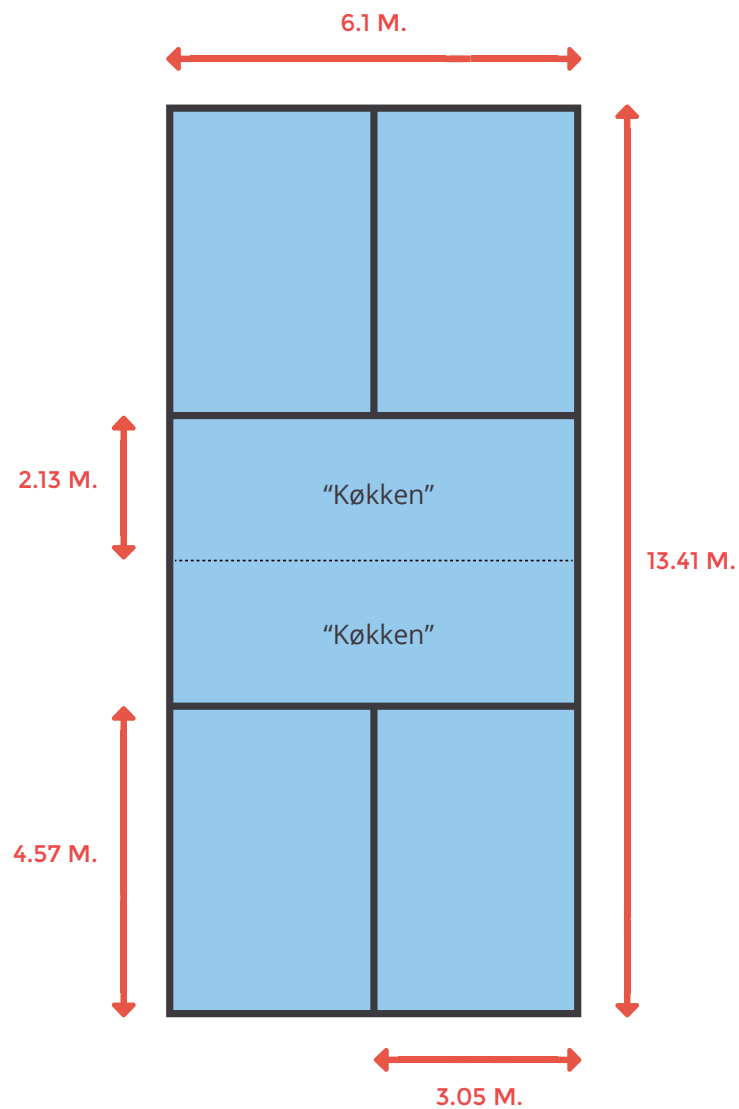
### **Fuldt regelsæt**

Dette er en forkortet udgave af reglerne for at give et hurtigt overblik over hvordan spillet spilles. En komplet kopi af de officielle regler kan findes på USAPA hjemmeside [usapa.org](http://usapa.org). Hvis der er en konflikt mellem dette resumé og de officielle regler, skal de officielle regler bruges.



# OFFICIEL PICKLEBALL BANE

*Selvom en badmintonbane ikke hare de helt præcise mål er det ikke noget problem at spille Pickleball der.*





# NETTET

*Nettet skal have en højde på 91.5 cm i siderne og 86.3 cm i midten. Net-pælene skal placeres 30,48 uden for sidelinjen.*

