

SQUASH SPELREGELS

HET SPEL:

Squash is een indoor racketsport dat wordt gespeeld op een baan met standaard afmetingen. Anders dan bij andere racketsporten staan de twee spelers niet tegenover elkaar maar delen zij hetzelfde speelveld.

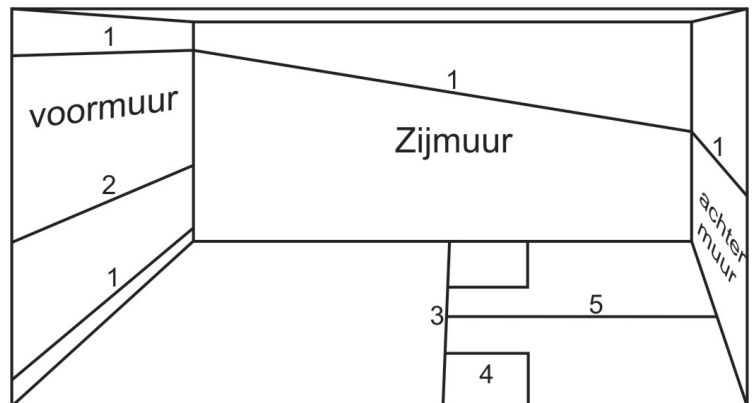
BENODIGDHEDEN:

Om te kunnen squashen heb je indoor sportkleding, een racket en een bal nodig.

- De kleding: het dragen van witte of lichtgekleurde kleding is aanbevolen omdat je dan altijd de zwarte bal kan blijven zien. Het is verplicht indoor sportschoenen te dragen met lichtgekleurde niet afgevede zolen.
- Rackets: rackets kunt u huren of kopen. Rackets zijn er in vele verschillende prijzen en gewichten, zorg ervoor dat u zich laat informeren over welk racket het beste bij u past. Bij Squash City bieden wij u de mogelijkheid de rackets te testen (maximaal 10 minuten en tegen inlevering van een geldig legitimatiebewijs). Zo kunt u het racket vinden dat het beste bij u past.
- Ballen: er zijn drie verschillende soorten ballen te koop in Squash City:
- Max: een blauwe bal, speciaal ontworpen voor de beginnende squashspeler. Deze bal is heel snel en helpt u bij het ontwikkelen van uw techniek.
- Max progress: deze bal is iets langzamer dan de Max, en is bedoeld voor de recreatie squasher.
- Dubble yellow dot: dit is de officiële wedstrijdbal en zeer geschikt voor gevorderde spelers, deze bal is de langzaamste van alle ballen.

DE REGELS:

De eerste service van het spel kan worden verkregen door met een racket of een munt te tossen. Aan het begin van elke game mag de serveerder kiezen vanuit welkserveervak (4) hij wil serveren. Na ieder gewonnen punt moet van serveervak gewisseld worden. Een speler behoudt de service tot hij een rally verliest, dan gaat de service over naar de tegenstander en mag die kiezen vanuit welk serveervak hij wil beginnen.



DE PUNTENTELLING

Men kan alleen punten verkrijgen als men serveert. Wanneer de serveerder de rally wint krijgt hij een punt; als degene die niet serveerde de rally wint mag hij gaan serveren.

Een wedstrijd gaat om 'the best of 3' of 'the best of 5'. Dit houdt in dat de eerste die 2 of 3 games heeft gewonnen de winnaar is. Iedere game gaat om 9 punten; tenzij de stand 8-8 is, in dat geval heeft degene die niet serveert de keuze om tot 9 of tot 10 te gaan.

DE SERVICE:

Voor een goede service moet men rekening houden met een aantal factoren:

- Er mogen geen voetfouten worden gemaakt. Men moet met minimaal één voet in het servicevak (4) staan, de voet mag de lijnen van het servicevak niet raken.
- De bal moet, zonder de vloer of de muur te raken, in een keer tegen de voormuur tussen de servicelijn (2) en de uitlijn (1) geslagen worden, naar het tegenover liggende vak (5).

FOUT SERVICE:

Een service is fout als:

- Er een voetfout wordt gemaakt.
 - De bal op of onder de servicelijn (2) of de uitlijn (1) op de voormuur komt, of na het raken van de voormuur de zijmuur op of boven de uitlijn (1) komt.
 - Wanneer de bal verkeerd in het tegenoverliggende vak of voor de shortline (3) komt.
 - De serveerder de bal mist.
- Wordt de service niet goed uitgevoerd gaat de service naar de tegenstander.

Na een correcte service speelt men tot een van de spelers niet in staat is de bal correct terug te slaan. Dit gebeurt als een bal op of boven de uitlijnen (1) of op of onder de tin (5) komt (de bal is uit), of als een van de spelers de bal mist. Dan gaat de service naar degene die de bal als laatste goed geraakt heeft. De bal mag na het raken van de voormuur maximaal 1 keer stuiteren voordat hij teruggeslagen moet worden. De 'T' is het middelpunt van het spel, en houdt je ogen altijd op de bal

LET EN STROKE:

Een let is een onbesliste rally, hierbij zal de service opnieuw van uit hetzelfde vak gedaan moeten worden, er wordt geen punt gegeven. Een stroke is een besliste rally waarbij een tegen punt wordt gegeven aan de hinderende speler.

WANNEER LET EN WANNEER STROKE:

