

Squash

Teams

Squash wordt 1 tegen 1 gespeeld in een gesloten ruimte.

Duur

Een wedstrijd gaat om drie gewonnen games, waarbij iedere game gewonnen wordt door diegene die als eerste elf punten maakt. Wanneer de stand 10-10 bereikt is, wordt het spel verlengd totdat een van de twee spelers twee punten meer maakt dan de andere speler.

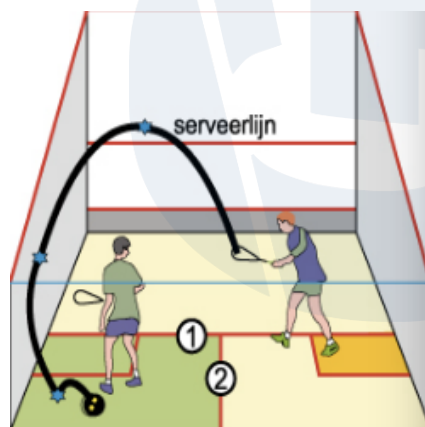
Basisregels

Het spel

- De bal moet om en om gespeeld worden.
- De bal is uit als de al op of boven de rode lijn komt.
- De bal is 'down' als de bal op of onder de tin komt.
- Als de bal 2x stuit voor je slaat of 2x op je racket komt, dan is de bal 'not up'.

Opslag

- Je mag kiezen of je van links of rechts begint met de opslag.
- Er moet minstens 1 voet in het serveer vak staan, zonder dat deze de lijn raakt. De andere voet mag overal staan.
- De bal moet boven de serveerlijn en onder de uitlijnen geserveerd worden.
- De bal moet vervolgens in het ontvangst vak landen en mag daarbij de rode lijnen op de vloer **niet** raken.
- De serveerder mag naar de 'T' in het midden van de zaal gaan na de opslag, mits hij de ontvanger niet hindert.
- Als je de opslag wint, moet je serveren vanuit het andere serveer vak.



Ontvangen

- De ontvanger mag overal staan, maar mag de serveerder niet hinderen.
- Je mag de bal meteen, zonder stuit, slaan of eerst een keer laten stuiten.

Puntentelling

- Als je een rally wint krijg je een punt en mag je serveren.
- Een game win je als je als eerste 11 punten haalt. Bij een 10-10 stand wordt er doorgespeeld tot er 2 punten verschil is.
- De wedstrijd win je door als eerste 3 games te winnen (best of five).

Stroke

- Als de tegenstander in de slag naar de voormuur staat (binnen de driehoek van de bal naar de voormuur), stopt het spel en krijg je een **stroke**. Je wint de rally.
- Als de tegenstander te dichtbij staat tijdens het slaan, stopt het spel en krijg je een **stroke**.

Let

- Als de tegenstander net buiten de driehoek staat stopt het spel (i.v.m. de veiligheid) en krijg je een **let**. De rally wordt opnieuw gespeeld.
- Als de tegenstander bang is om de ander te raken tijdens het slaan, stopt het spel en krijg je een **let**.

No let

- Als er geen hinder van de tegenstander was, dan krijg je een **no let**. Je verliest de rally.

Veld

