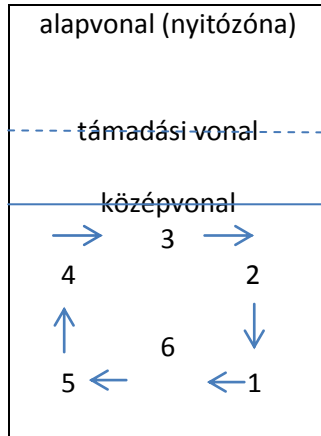




Zsinórlabda legfontosabb szabályok



6 méter

támadási vonal

3 méter

középvonal

→ 3 →

4 2

↑ 6 ↓

5 ← 1 ←

9 méter

A pálya: 9 x 18 méter

A háló: 224 cm (női) magasságú

Csapatösszetétel: **A játékban levő 6 versenyző közül, kettőnek lány diáksportolónak kell lennie.**

Csere: Játszmánként korlátlan cserére van lehetőség, de csak az edző előzetes jelzése alapján, a játék menetének zavarása nélkül.

Játékidő: maximum 3 játszma 15 pont eléréséig

- A játszmák közötti szünet ideje: 3 perc

A játékmező (térfél): a csapatkapitányok, sorshúzással döntenek el a játékmező vagy a nyitás jogát. A csapatok játszmák után térfelet cserélnek.

Hivatalos személyek: játékvezető (1 vagy 2); jegyzőkönyvvezető, vonalbíró

Öltözék: sportcipő, számozott mez

A játékosok állásrendje: Nyitáskor a játékosoknak az ábrán látható alakzatot kell felvenniük, nyitás után azonban a saját térfelükön tetszés szerint elmozdulhatnak. Nyitáskor, illetve előtte a nyitó csapat tagjai az óramutató járásának irányába egy forgást végeznek.

Pontozás: Minden hiba pontnak számít – ha a csapat hibázik nyitáskor, labdatovábbításakor illetve bármilyen hibát követ el, a labdamenetet az ellenfél nyeri.

- ha az ellenfél nyitott, pontot nyer, folytatja a nyitást
- ha a nyitást fogadó csapat nyeri a labdamenetet, elnyeri a nyitásjogot és pontot is kap
Tehát, pontot nem csak a nyitó érhet el!
- Az a csapat nyeri a játszmát, amely előbb ér el 15 pontot legalább 2 pont előnnyel.

Nyitás: a játékvezető sípjele után a labdát a jobb hátsó játékos (1-es számú helyen álló) hozza játékba (átadni egy v. két kézzel, átütni egy kézzel) az alapvonal mögül, a nyitózónából ill. az alapvonallal párhuzamosan húzott vonal mögül, ami a hálótól kb. 6 méterre van (**Vonalra lépni nem szabad!**). Nyitási kísérlet nincs, azaz egyből nyitni kell.

Nyitáshiba:

- ha nem a nyitásra jogosult nyit,
- ha a labda nem megy át a nyitó csapat térfelén,
- érinti a nyitó csapat valamelyik játékosát,
- vagy az ellenfél térfelén a határokon kívül érinti a talajt.

Ha a labda hálót ért és átment fölötte, akkor az nem hiba – a játék mehet folyamatosan tovább.

A nyitó csapat mindaddig folytatja a nyitást, ameddig csapata hibát nem követ el. Ekkor a nyitásjogot a másik csapat kapja meg, a nyitást a nyitásra jogosult játékosnak kell végeznie.

A labda játékban:

A nyitójátékos az „alapvonal” mögül hozza játékba a labdát – próbálja átdobni (egy v. két kézzel), átütni (egy kézzel) a háló fölött az ellentérfele. A továbbiakban a játékosoknak el kell kapniuk az érkező labdát – ez lehet a vonalon és azon kívül is – *(labdával a kézben nem lehet futni!)*, majd legfeljebb 2 átadás után *(minél rövidebb ideig tartsa egy játékos a labdát magánál)* juttassák a háló fölött úgy, hogy lehetőleg az ellenfél ne tudja azt megfogni és a labda a határvonalakon belül érintse a talajt.

A labda továbbítása történhet kézzel, fejjel ill. lábbal is – mindegyik egy-egy érintésnek számít. De, egy ember csak egyszer érintheti (kivéve sáncolásnál), utána másnak is hozzá kell érni, mielőtt újból hozzá kerül a labda, az érvényes érintési számon belül.

Hálóhoz ért labdával is lehet folytatnia játékot, érvényes érintési számokon belül! Sáncoláson kívül legfeljebb háromszor érinthető a labda. Sáncolás után bárki beleérhet, másodszor is! **Labdával („leütés”; „átütés”; „ejtés”) és labda nélkül („sáncolás”) is fel lehet ugrani a hálónál, de csak az első sor kötelező játékosok valamelyikének (2-es, 3-as, 4-es helyen állóknak, azaz a hátsó sorban álló játékos csak a 3 m-s vonal mögül dobhat/üthet).**

A hálóhoz érni és átnyúlni fölötte semmilyen körülmények között nem szabad – hibának minősül.

Ha a két ellenfél együtt követ el hibát = kettőshiba → újból kell játszani a labdamenetet.

A háló alatt átlépni (a középvonalon) teljes talppal tilos, ellenben a vonalra lépni lehet.