

Forkortede SquashRegler

(Tatt fra 2001 regler, effektivt fra 30. apr. 2001, godtjent av World Squash Federation)

Med denne forkortede versjon av World Singles Squash Regler er meningen å hjelpe spiller med å forstå nok av reglene for å komme i gang med Squash. Reglene som gjelder kamper under dommerens kontroll er ikke med. Det anbefales å se på komplette squashreglene som finnes på www.squash.no/index.pl/reglene.

KAMPEN (Regel 1)

- Singlekamper i squash spilles mellom 2 spillere - som begge har en racket hver - med en ball og en bane. Racket, ball og bane skal oppfylle de respektive WSF-spesifikasjoner

POENGTELLING (Regel 2)

- En kamp spilles som best av 3 eller 5 game (sett)
- Hvert game spilles til 9 poeng, slik at den spilleren som først oppnår 9 poeng, vinner gamet. Unntaket er første gang stillingen blir 8-8. Da avgjør servemottakeren, før den neste serveren, om gamet skal spilles til 9 poeng ("ett poeng") eller 10 poeng ("to poeng"). (Det er ikke nødvendig for at 1 spiller leder med 2 poeng for å vinne gamet)
- Det er bare serveren som kan få poeng. Hvis serveren vinner ballvekslingen, får spilleren 1 poeng og fortsetter å serve. Hvis servemottakeren vinner ballvekslingen, får spilleren retten til å serve.

OPPVARMING (Regel 3)

- Umiddelbart før kampen starter, har de to spillerne rett til inntil 5 minutter oppvarming av seg selv samt ballen på banen. Etter 2½ minutt av denne oppvarmingen, skal spillerne bytte side.
- Hvis ballen er byttet under kampen, eller kampen er gjenopptatt etter opphold eller pauser i spillet, skal spillerne varme opp ballen til spilleforhold.
- En spiller har lov til å holde ballen varm under opphold og pauser i spillet.

SERVEN (Regel 4)

- Spillet starter med en gyldig serve. Man avgjør hvem som skal begynne å serve, ved å snurre racketen. Så fortsetter serveren å serve helt til spilleren taper en ballveksling. Deretter er det servemottakeren som blir server, og den forrige serveren som blir servemottaker ("hand out"). Denne fremgangsmåten følges i hele kampen.
- Spilleren som vant foregående game, begynner å serve i neste game.
- På begynnelsen av hvert game og når serveren går over til den andre spilleren, kan serveren velge hvilken serverute det skal serves fra. Deretter byttes det serverute ved hver serve så lenge serveren fortsetter å serve. Hvis en ballveksling ender med "let", skal det serves fra samme serverute igjen.
- Serveren skal, på det tidspunktet da ballen treffes, ha minst én fot som berører gulvet innenfor de linjene som avgrenser serveruten som det serves fra. Serveren skal slå ballen direkte på frontveggen, over servelinjen og under ytterlinjen. Ballen skal, med mindre den tas på hel volley av servemottakeren, treffe gulvet første gang innenfor de linjene som avgrenser den bakre firedelen på motsatt side av serverens serverute, uten at den treffer kortlinjen eller halvlinjen.



GODKJENT RETUR (Regel 6)

- En retur er godkjent hvis spilleren slår ballen korrekt, og før den har berørt gulvet to ganger, ballen treffer frontveggen over platen og under ytterlinjen, enten direkte eller via sideveggene og/eller bakveggen, uten at den først har truffet gulvet eller spilleren eller spillerens klær, eller motstanderens racket, kropp eller klær.
- En retur er ikke godkjent hvis den er "IKKE OPP" - ballen har berørt gulvet flere enn en gang, eller er ikke slått korrekt, eller er "dobbel slått"; "NED" - ballen, etter å ha blitt slått, berører gulvet før frontveggen eller treffer platen; "UT" - ballen berører en vegg på eller over banebegrensningslinjene.

BALLVEKSLING (Regel 7)

- Etter en gyldig serve slår spillene etter hverandre framtil motstanderen ikke klarer å returnere på riktig måte (regel 6).
- En ballveksling består av serveren og flere godtjent retur. En spiller vinner ballvekslingen hvis motstanderen ikke klarer en gyldig serve eller retur, eller hvis spilleren før har forsøkt å slå ballen så ballen berører motstanderen, racketten eller klær når det ikke er motstanderens slag.

OBS! UNDER EN BALLVEKSLING BØR SPILLENE IKKE SLÅ BALLEN DERSOM DET ER FARE FOR AT MOTSTANDEREN SKAL TREFFES ENTEN MED BALLEN ELLER RACKETTEN. SKULLE SLIK OPPSTÅ SÅ STOPPER SPILLET OG BALLVEKSLINGEN SPILLES PÅ NYTT ("LET") ELLER MOTSTANDEREN BLIR STRAFFET.

TREFFE MOTSTANDEREN MED BALLEN (Regel 9)

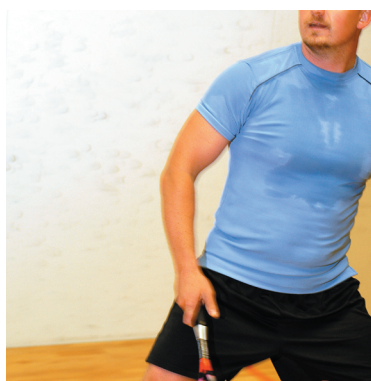
- Hvis spilleren spiller ballen slik at den treffer motstanderen (også klær eller gjenstander) før den treffer frontveggen, skal spillet stoppes.
- Spilleren vinner ballvekslingen med "stroke" hvis spillerens retur ville vært godkjent og ballen hadde gått direkte i frontveggen uten at den først hadde berørt andre vegger, unntatt hvis spilleren utførte en vending før slaget.
- Hvis ballen ville ha truffet en annen vegg før frontveggen og returen ville ha vært godkjent så spilles det "let".
- Motstanderen vinner ballvekslingen med "stroke"

VENDING (Regel 9)

- Hvis slageren enten ha fulgt etter ballen, eller har latt ballen gå forbi seg også deretter slår ballen enten til høyre av kroppen etter ballen ha gått forbi på venstre siden eller vice-versa, da ha slageren utført en "vending".
- Hvis ballen treffer motstanderen etter at spilleren har utført en vending så vinner motstanderen ballvekslingen.
- Hvis spilleren, under vending, stopper spillet for frykt for å treffe motstanderen med ballen og returen ellers ville vært godkjent så spilles det "let".

FLERE FORSØK PÅ Å SLÅ BALLEN (Regel 10)

- Hvis spilleren slår etter ballen, men ikke treffer den, kan spilleren forsøke å slå ballen på nytt.
- Hvis et nytt forsøk utføres korrekt, men ballen forhindres i å treffe frontveggen fordi den treffer motstanderen (også klær eller gjenstander) så spilles det "let".
- Hvis det nye forsøket ikke ville ha resultert i en korrekt retur så vinner motstanderen ballvekslingen.



FORSTYRRELSE (Regel 12)

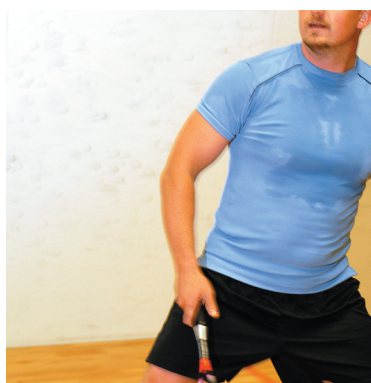
- En spiller som skal slå ballen, skal ikke bli forstyrret av sin motstander.
- For å forhindre forstyrrelse skal motstanderen gjøre alle anstrengelser for å gi spilleren uhindret, direkte adgang til ballen etter avslutningen av en rimelig racketsving, fritt utsyn til ballen på dens retur fra frontveggen, og frihet til å slå ballen direkte mot hele frontveggen.
- En spiller som møter mulig forstyrrelse har valget mellom å spille ballen eller stanse spillet. Det anbefales at spillet stoppes hvis det er mulig med enten kollidering mellom spillene eller at spillene kan bli truffet med racket eller ball.
- Spilleren får en "let" hvis det er forekommet en forstyrrelse som motstanderen gjorde alle anstrengelser for å unngå, og spilleren kunne ha utført en korrekt retur.
- Spilleren får "ingen let" og spilleren skal tape ballvekslingen hvis han eller hun enten ikke kunne ha utført en korrekt retur, eller spilleren tydelig har akseptert denne, beveget seg forbi forstyrrelsespunktet og fortsatt spillet, eller at forstyrrelsen var så minimal at spillerens frie utsyn til og mulighet til å spille ballen ikke ble påvirket.
- Spilleren får "stroke" (vinner ballvekslingen) hvis det forekom forstyrrelse som motstanderen ikke har gjort alle anstrengelser for å unngå, og spilleren kunne ha utført en korrekt retur, eller spilleren har avstått fra å slå til ballen, og at den, hvis den hadde blitt slått, tydelig ville ha truffet motstanderen på vei direkte mot frontveggen.

LETS (Regel 13)

- En "let" er en uferdig ballveksling. Ballvekslingen er ugyldig og serveren server på nytt fra samme serveruten.
- I tillegg til "let"-avgjørelser i henhold til andre regler (som over), kan "let" tillates i visse andre situasjoner f.eks. en ball i spill treffer en gjenstand som ligger på banen, eller en spiller, på grunn av en reell frykt for å skade sin motstander, avstår fra å slå ballen mot veggene, også bakveggen.
- En "let" spilles hvis motstanderen ikke er klar og ikke gjør noe forsøk på å returnere serveren, eller ballen går i stykker under spillet.

UAVBRUTT SPILL (Regel 7)

- Etter at serveren har servet første gang, fortsetter spillet uavbrutt i den grad det er mulig. Det skulle ikke oppstå unødige tidsintervall mellom ballvekslinger.
- Et tidsintervall på 90 sekunder skal gis fra avslutningen av oppvarmingen til starten av første game og mellom alle gamene.
- En spiller kan forlate banen for å skifte utstyr, klær eller sko. Spilleren skal foreta skiftet uten forsinkelse og innen 90 sekunder.



BLØDNING, SYKDOM, KAMPUDYKTIGHET OG SKADER (Regel 16)

- Spillet skal stanses øyeblikkelig hvis en spiller begynner å blø, har et åpent sår eller har blod på tøyet. Det skal tillates den nødvendige tiden som kreves for at blødningen stanses, at det åpne såret tildekkes, og at spilletøy med blod skiftes.
- Hvis blødningen er forårsaket utelukkende av motstanderen, skal spilleren erklæres umiddelbart som vinner av kampen.
- Hvis et sår som det allerede er gitt tid til å behandle, begynner å blø igjen, skal det ikke tillates ytterligere behandlingstid, utover at spilleren kan avgjøre pågående game og bruke de 90 sekundene mellom gamene til behandling. Hvis blødningen fortsatt ikke er stanset skal spilleren gi opp kampen.

Hvis skaden ikke omfatter blødning, gjelder disse reglene:

- Ved en skade forvoldt av motstanderen, og hvis skaden krever behandlingstid, den skadde spilleren umiddelbart vinner kampen.
- Ved en selvforskyldt skade skal det gis den skadde spilleren inntil 3 minutters behandlingstid. Deretter gjenopptar spilleren spillet, eller avgjør spilleren pågående game, tar pausen på 90 sekunder mellom gamene og deretter gjenopptar spillet, eller gir opp kampen.
- Ved et hendelig uhell skal det gis den skadde spilleren inntil 1 times behandlingstid.
- En spiller som blir syk eller kampudyktig uten blødning kan umiddelbart gjenoppta kampen, avgjøre det pågående gamet og ta pausen, eller gi opp kampen. Dette omfatter også kramper og både normal og astmatisk kvalme og utmattethet. Hvis en spiller kaster opp på banen så vinner motstanderen kampen.

SPILLERNES PLIKTER (Regel 15)

- Regel 15 inneholder spillernes retningslinjer f.eks. at spillerne må ikke bevisst forsøke å distrahere hverandre. Regel 15 bør leses av alle spillere.

OPPFØRSEL PÅ BANEN (Regel 17)

- Oppførsel på banen som er nedbrytende, skremmende eller støtende for motstanderen og/eller tilskuere, eller bringer spillet i vanry, ikke er akseptabelt. Dette omfatter hørbare eller synlige uanstendigheter, verbale eller fysiske grovheter, misbruk av racket eller ball, betydelig og bevisst fysisk kontakt, overdreven racketsving, ufin oppførsel under oppvarmingen, sen retur etter pause eller spillavbrytelse, bevisst farlig spill eller bevegelse og unødvendig sløsing med tid.

Kilde: WORLD SQUASH <http://www.squash.org/>

