

De wedstrijd

1. We spelen PAR (Point-a-Rally). Dit betekent dat elke rally een punt oplevert.
2. Een wedstrijd wordt ‘best of three games’ of ‘best of five games’ gespeeld.
3. Wie het eerst 11 punten heeft wint de game, tenzij het 10-10 wordt. Vanaf dan win je bij een verschil van 2 punten.
4. Zodra een speler nog 1 punt nodig heeft om een game of wedstrijd te winnen zal de scheidsrechter dit omroepen met GAME BALL of MATCH BALL.
5. Mocht er iets in de omstandigheden veranderen buiten de macht van de spelers of de scheidsrechter, dan mag de wedstrijd gestaakt of verplaatst worden. De score blijft gehandhaafd.
6. De spelers krijgen 90 seconden rust tussen het inslaan en de eerste game en tussen alle opvolgende games. De scheidsrechter zal 15 SECONDEN roepen om aan te geven dat het bijna tijd is. De spelers zijn zelf verantwoordelijk om binnen gehooraafstand te zijn en op tijd op de baan te zijn.
7. Raakt een speler geblesseerd, onwel of ziek dan zal de scheidsrechter beslissen volgens de tabel “Ziek, zwak & misselijk” (zie appendix A).
8. Als een speler het spel op onredelijke wijze vertraagt zal de scheidsrechter deze speler bestraffen (zie later voor de mogelijkheden).
9. Indien er een voorwerp op de baan valt geldt er dat:
 - a. Als de scheidsrechter het voorwerp opvalt, de game meteen gestopt wordt door STOP te roepen. Elk voorwerp op de baan is namelijk een gevaar voor de spelers.
 - b. Als een speler het voorwerp opvalt hij mag stoppen en appelleren (bezwaar maken).
 - c. Als het voorwerp niet van een van de spelers is wordt het voorwerp verwijderd en er een LET gespeeld (een LET is het opnieuw spelen van de rally).
 - d. Als het voorwerp van een van de spelers is, verliest deze de rally. Elke speler is verantwoordelijk voor zijn eigen spullen. Maar als het voorwerp valt door een botsing tussen de spelers zal er een LET gespeeld worden.
 - e. Als het voorwerp onopgemerkt blijft tijdens de rally of als een speler al een winnende slag heeft gemaakt om het moment dat het voorwerp op de vloer valt dan blijft het resultaat van de rally gewoon gelden.
 - f. Als een speler zijn racket laat vallen wordt er doorgespeeld. De speler is al in het nadeel. Maar als het racket hinder veroorzaakt (het ligt in de weg, de bal stuitert erop of het zorgt voor ernstige afleiding) dan krijgt de tegenstander alsnog het punt.
10. Als de bal kapot gaat tijdens een rally dan wordt er LET gespeeld (het opnieuw spelen van de rally). De bal mag op elk dood spelmoment gecontroleerd worden. Wordt de kapotte bal pas tijdens de service van de volgende rally opgemerkt dan is het aan de scheidsrechter om te beslissen of dit tijdens de service of in de vorige rally gebeurde en zal een LET toekennen voor dan wel de vorige rally of alleen de huidige rally. Als een speler appelleert en de bal niet kapot is dan verliest hij de rally.

Het inslaan

1. 5 minuten voor aanvang van de wedstrijd mogen beide spelers de bal warm slaan. Na 2 ½ minuut wordt er gewisseld van kant.
2. De scheidsrechter zal erop toezien dat er eerlijk wordt ingeslagen zodat beide spelers evenveel aan de bal zijn.
3. Tussen de games mogen de spelers de bal ook gewoon warm blijven slaan. Na elke onderbreking van de wedstrijd mogen de spelers de bal weer warm slaan tot speelconditie.

Het serveren

1. Door het draaien van een racket wordt beslist wie er als eerste mag serveren.
2. De speler die begint met serveren mag kiezen vanaf welke kant hij serveert. Vanaf dan zal hij, zolang hij de service behoudt, steeds van kant wisselen.
3. Wordt de service overgenomen door de tegenstander dan mag deze zelf kiezen vanaf welke kant hij serveert. Zo'n overname van de service wordt door de scheidsrechter aangegeven door de woorden HAND OUT.
4. De speler die serveert zal de bal vanuit 1 hand of vanaf het racket opgooien en vervolgens slaan. Wordt er na het opgooien geen poging gedaan om de bal te slaan dan mag er opnieuw geserveerd worden.
5. Staat de tegenstander nog niet klaar en doet hij geen poging om de bal terug te slaan dan wordt er LET gespeeld.
6. Je mag pas serveren nadat de scheidsrechter de score heeft afgeroepen.
7. De service is fout bij:
 - a. VOETFOUT (bij het slaan van de bal moet een deel van één van de voeten de grond raken in het servicevak zonder de rode lijnen te raken).
 - b. NOT UP (dit is een incorrecte slag, bijvoorbeeld als de bal 2x stuitert op het racket, door het racket wordt meegesleept of in een normale rally eerst 2 maal heeft gestuiterd op de vloer).
 - c. FOUT (als de bal niet eerst de voormuur raakt tussen de servicelijn en uitlijnen of als de bal niet binnen de baankwart van de tegenstander stuitert. Let op: de rode lijnen zijn FOUT + de service mag direct gevollerd worden door de tegenstander).
 - d. UIT (als de bal uit gaat, dit is op of boven de uitlijn rondom de baan. Let op: de glazen bovenrand van de achterwand geldt ook als UIT).

De rally

1. Na de service slaan de spelers om de beurt de bal totdat de bal niet meer correct wordt terug gespeeld of er een situatie ontstaat waardoor er niet verder wordt gespeeld.
2. Een bal is niet meer correct teruggespeeld bij:
 - a. NOT UP (een incorrecte slag waarbij de bal 2x het racket raakt, door het racket wordt meegesleept of de bal 2x op de vloer is gestuiterd).
 - b. DOWN (de bal raakt na de slag eerst de vloer, de tin (de houten plank) of de lat (de schuine houten lat boven de tin).
 - c. UIT (de bal wordt uitgeslagen of raakt de uitlijn).

Hinderen

1. De speler die aan de beurt is om de bal te slaan mag geen hinder ondervinden van zijn tegenstander. Om hinder te voorkomen moet de tegenstander alle moeite doen om:
 - a. De speler rechtstreekse toegang tot de bal te verlenen na het voltooiën van zijn eigen slag.
 - b. De speler voldoende zicht geven op de bal nadat deze terugkomt van de voormuur.
 - c. De speler de vrijheid geven om zijn slag redelijk te kunnen voorbereiden en de bal met redelijke uitzwaai van de slag te kunnen slaan.
 - d. De speler de mogelijkheid bieden om de bal rechtstreeks naar elk gedeelte van de voormuur te spelen.
2. De speler die aan slag is en vindt dat hij gehinderd wordt mag appelleren door te stoppen met spelen en de woorden LET PLEASE tot de scheidsrechter te spreken. De scheidsrechter zal dan beslissen met NO LET, YES LET of STROKE. Zie appendix B voor het stroomdiagram dat de denkwijze van de scheidsrechter in zo'n beslissing weergeeft.
3. De scheidsrechter zal beslissen tot NO LET als:
 - a. De speler doorging met spelen en dus een slagbeweging maakte.
 - b. Er geen hinder was of de hinder zo minimaal was dat afdoende zicht op de bal, de vrijheid om bij de bal te komen en deze correct te spelen, niet beïnvloed werden.
 - c. De speler niet alle moeite deed om bij de bal te komen of als hij niet in staat zou zijn geweest om de bal correct terug te spelen (de bal was te goed).
 - d. De speler eigenlijk zelf hinder veroorzaakte door een verkeerde looproute te kiezen of overdreven met zijn racket te zwaaien.
4. De scheidsrechter al beslissen tot STROKE voor de speler als:
 - a. De tegenstander niet alle moeite deed om hinder te voorkomen en de speler anders in staat was geweest om de bal correct terug te slaan.
 - b. De tegenstander zich in de zwaai van het racket naar de bal bevond (letterlijk stroke) en anders in staat was geweest om de bal correct terug te slaan. Dit is dus in de slagbeweging zelf en niet in de voorbereiding van de slag!
 - c. De tegenstander zich in een directe lijn tussen de bal en de voormuur bevond. Had de speler wel geslagen dan had de bal de tegenstander geraakt en zou de speler het punt toegekend worden. Stond de tegenstander tussen de zijmuur en de bal dan wordt er een STROKE gegeven als het zeker een winnende slag zou zijn geweest. Anders wordt er LET gespeeld.
 - d. Er inderdaad hinder was en de speler zeker een winnende bal zou hebben geslagen.
5. De scheidsrechter zal beslissen tot YES LET als:
 - a. Er sprake van hinder was, de tegenstander alle moeite deed de hinder te voorkomen en de speler een correcte bal had kunnen spelen maar dit geen winnende slag zou zijn.
 - b. De speler de bal niet speelt, via de zijmuur of direct op de voormuur, omdat hij reële angst heeft de tegenstander te blesseren. Het hangt van het niveau van de spelers of hoe reëel deze angst is.
 - c. De scheidsrechter niet in staat is om een beslissing te maken over het appelleren.

Speciale spelsituatie: “Turning” (draaien)

1. Als de speler zich heeft omgedraaid om de bal te volgen of indien de bal achter de speler is omgegaan (in beide gevallen slaat hij de bal rechts van zijn lichaam nadat de bal eerst links voorbij was gekomen, of andersom). Het kan voorkomen dat de speler ervoor kiest om de bal niet meteen aan te vallen maar te wachten tot deze via de zij/achtermuur weer terug komt, of omdat de speler gewoon nog niet klaar was voor de eerste poging. Het kan voorkomen dat de speler zijn lichaam meedraait met de bal (letterlijk turning/draaien) of dat hij blijft staan en de bal alsnog naar de andere kant van zijn lichaam komt. Omdat dit vaak voor een onoverzichtelijke situatie zorgt gelden er aparte regels.
2. Als de speler een turning maakt moet hij zeker zijn bij zijn slag de tegenstander niet te zullen raken met de bal. Gebeurt dit wel dan krijgt de tegenstander een STROKE (krijgt het punt). Let op: als de tegenstander expres naar de bal toegaat en zo geraakt wordt dan krijgt de speler een STROKE.
3. Als de speler een turning maakt en afziet van de bal te slaan omdat hij zich niet zeker is van de positie van zijn tegenstander dan wordt er een LET gespeeld. Let op: Tenzij hij geen correcte bal had kunnen slaan, dan krijgt de tegenstander een STROKE.
4. Een speler die een turning maakt mag ook appelleren voor hinder. De scheidsrechter zal:
 - a. Een LET toekennen als de speler een correcte bal had kunnen spelen maar dit niet deed vanwege de hinder.
 - b. Een STROKE toekennen aan de speler als de tegenstander niet alle mogelijke moeite deed om de hinder te voorkomen.
 - c. NO LET toekennen als de speler geen correcte terugslag had kunnen maken.
5. Een speler kan geen LET ontvangen als hij expres een turning maakt om te kunnen appelleren.

Speciale spelsituatie: “Verdere poging”

1. Een speler die de bal slaat en deze mist mag verdere pogingen doen om de bal alsnog te slaan. Let op: poging betekend hier ook een schuinbeweging naar de bal maken met het racket. Omdat de tegenstander hier moeilijk op kan reageren gelden er speciale regels.
2. Als de speler de bal in zijn eerste poging mist en de bal hierna de tegenstander raakt wordt er een LET gespeeld, tenzij de speler hierna geen correcte bal meer had kunnen spelen en de tegenstander een STROKE krijgt (wint het punt).
3. Als de speler de bal in zijn verdere poging slaat en de bal de tegenstander raakt wordt er een LET gespeeld als de bal correct zou zijn geweest (de voormuur zou hebben geraakt, via de zijmuur of zonder). Zou de bal niet correct zijn dan krijgt de tegenstander de STROKE.
4. De speler die een verdere poging wil maken mag appelleren voor hinder. De scheidsrechter zal:
 - a. Een LET toekennen als de speler een correcte bal had kunnen spelen maar dit niet deed vanwege de hinder.
 - b. Een STROKE toekennen aan de speler als de tegenstander niet alle mogelijke moeite deed om de hinder te voorkomen.
 - c. NO LET toekennen als de speler geen correcte terugslag had kunnen maken.

Appelleren

1. De speler die aan slag is of die de rally verloren heeft mag appelleren (bezwaar maken). Dit is een vraag aan de scheidsrechter om een beslissing te maken of te herzien over bijvoorbeeld VOETFOUT, FOUT, NOT UP, DOWN en UIT.
2. Als de scheidsrechter niet zeker is zal hij een LET laten spelen.
3. Als de scheidsrechter wel zeker is zal hij een STROKE toekennen aan de speler die het punt won (een STROKE is een direct punt voor één van de spelers).

Tot slot

1. De spelers mogen de baan niet verlaten zonder de toestemming van de scheidsrechter.
2. De spelers mogen niet vragen de scheidsrechter te vervangen.
3. De beslissing van de scheidsrechter is bindend.
4. De spelers mogen elkaar niet met opzet afleiden (schreeuwen, stampen met de voeten etc.)
5. De scheidsrechter kan de volgende straffen toekennen:
 - a. Waarschuwing (er zal hierna LET gespeeld worden)
 - b. Stroke (punt voor de tegenstander)
 - c. Game (de speler moet de game opgeven)
 - d. Match (de speler verliest de wedstrijd)
6. De scheidsrechter mag dezelfde straf voor een vergelijkbaar eerder vergrijp geven maar nooit een mindere straf voor een eerder zelfde vergrijp.
7. Als een speler 10 minuten te laat is mag de scheidsrechter de wedstrijd toekennen aan zijn tegenstander.
8. Spelers mogen van uitrusting (schoenen, racket, bril, lenzen) wisselen wanneer er duidelijk verslechtering is van de uitrusting. Ze krijgen hiervoor 90 seconden. Heeft de speler geen reserve uitrusting dan verliest hij de wedstrijd.
9. Lichamelijk contact om je positie kenbaar te maken tegenover je tegenstander mag, mits dit niet tot hinder leidt.
10. Coaching mag alleen in de rust periodes. Korte aanmoedigingen zonder tactische waarde mogen wel.

Appendix A

Ziek, Zwak & Misselijk

BLOEDEN

Voorval	Scheidsrechters actie	Hersteltijd	Beslissing	Regel
Bloeden	Stop het spel. Sta tijd toe om bloed te stelpen. Bedeck wond of vervang kleding. Sta verder spelen toe, zodra het bloeden is gestopt	Goeddunken van scheidsrechter	Wijs tijd toe	16.1
Opnieuw bloeden	Stop het spel. Wijs de game toe. 90 sec rust tussen games in	Geen	Wijs tegenstander game toe	16.1,1
↓				
Bloeden niet te stoppen	Als na 90 sec rust het bloeden doorgaat, wijs de wedstrijd aan tegenstander toe	Geen	Wijs tegenstander wedstrijd toe	16.1.1

ZIEKTE OF ONWEL WORDEN

Voorval	Scheidsrechters actie	Hersteltijd	Beslissing	Regel
Ziekte of onwel worden	Eis dat speler verder speelt of game opgeeft, de 90 sec rust neemt tussen games in of wed-strijd opgeeft	Niet meteen	Speler beslist	16.2

BLESSURE

Voorval	Scheidsrechters actie	Hersteltijd	Beslissing	Regel
Blessure veroorzaakt:	Bevestig dat blessure echt is; besluit tot a) , b) of c) en vertel dit aan spelers	Kies categorie	16.3	
↓				
a) zelf	Sta eerste hersteltijd toe	3 minuten	Sta tijd toe	16.3.3.1
↓				
Als extra hersteltijd nodig is, wijs game toe aan tegenstander en sta 90 sec rust toe	90 sec		Wijs game toe	16.3.3.1
b) door beide spelers	Sta hersteltijd toe	1 uur	Wijs tijd toe	16.3.3.2
↓				
Als extra tijd benodigd is, raadpleeg toernooischema	Geen		Wijs tijd toe	16.3.3.2
c) door tegenstander	Pas regel 17 toe. Als de speler niet verder kan spelen, wijs wedstrijd toe aan speler	Geen	Wijs wedstrijd toe	16.3.3.3

Appendix B

Was er hinder?	—————▶	NEE	NO LET
JA ↓			
Was de hinder minimaal?	—————▶	JA	NO LET
NEE ↓			
Deed de gehinderde speler alle moeite om de bal te bereiken en had hij een correcte terugslag kunnen maken?	—————▶	NEE	NO LET
JA ↓			
Speelde de gehinderde speler verder? (slagbeweging)	—————▶	JA	NO LET
NEE ↓			
Creëerde de speler zelf hinder door verkeerd lopen of een overdreven zwaai?	—————▶	JA	NO LET
NEE ↓			
Deed de tegenstander alle moeite om hinder te vermijden?	—————▶	NEE	STROKE
JA ↓			
Voorkwam de hinder redelijke zwaai naar de bal?	—————▶	JA	STROKE
NEE ↓			
Kon de speler een zekere winnende slag hebben gemaakt?	—————▶	JA	STROKE
NEE ↓			
Stond de tegenstander tussen de bal en de voormuur en kon de speler een correcte bal hebben geslagen?	—————▶	JA	STROKE
NEE ↓			
Stond de speler tussen de bal en de zijmuur en zou de speler een zekere winnende bal hebben geslagen?	—————▶	JA	STROKE
NEE ↓			
Was er reëel gevaar om de tegenstander met de bal of het racket te raken?	—————▶	JA	LET