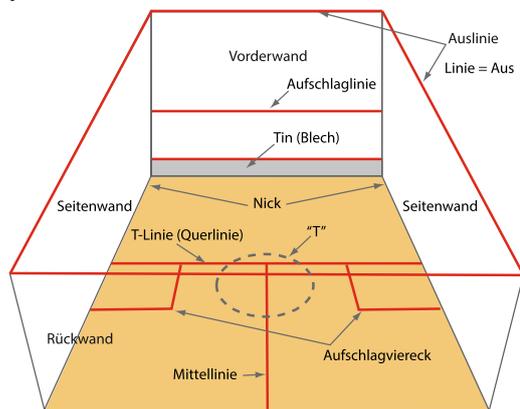


Spielregeln

Der Squashcourt



Der Ball...

- wird abwechselungsweise gespielt
- muss zwischen Tin und Auslinie an die Vorderwand
- darf via Seiten- und Rückwand an die Vorderwand gespielt werden
- darf nach der Vorderwand max. 1x auf den Boden, dann muss er gespielt werden

Ich gewinne den Punkt, wenn mein Gegner...

- den Ball nicht erreichen kann, zu tief oder aus spielt
- bei einer "Ball an" Situation

Der Aufschlag wird...

- zu Beginn der Begegnung durch das Los vergeben (Racket drehen)
- mit mindestens einem Fuss im Aufschlagviereck stehend ausgeführt
- vom Aufschlagviereck über die Aufschlaglinie an die Vorderwand zur anderen Seite ins hintere Viertel gespielt
- vom Sieger des vorherigen Ballwechsels ausgeführt
- abwechselungsweise von links und rechts ausgeführt, solange man den Punkt gewinnt (bei Wechsel des Aufschlägers kann dieser die Seite zu Beginn frei wählen)

Man hat nur 1 Aufschlagversuch. Die Linie im Squash ist "Aus".

Zählweise

PAR* 11 – auf 11 Punkte

bei "10 beide" wird im Tiebreak weitergespielt bis zu einem 2-Punkte-Unterschied (z.B. 14:12)

Wer zuerst drei Sätze gewinnt, siegt ("best of five")

* PAR = Point a rally (jeder Ballwechsel führt zum Punktgewinn)

Ausrüstung

Zum Squash spielen benötigst du:

- einen Schläger - für Kinder gibt es spezielle kleinere Schläger
- einen Ball - es gibt verschiedene Bälle für jedes Spielniveau
- Hallenschuhe - spiele nie mit Jogging- oder Freizeitschuhen
- Sportbekleidung - wir empfehlen Shorts und ein T-Shirt
- Schutzbrille - wir empfehlen das Tragen einer Schutzbrille

Bälle

- Softbälle: Optimaler Einstiegsball für Kinder und Anfänger
- Blauer Ball: Schneller Ball für Einsteiger, welcher gut springt
- Blaupunkt Ball: Mittelschneller Ball für Hobbyspieler
- Gelbpunkt Ball: Langsamer Ball für geübte Spieler
- Doppelgelbpunkt Ball: Langsamster Ball für gute Spieler, muss zuerst aufgewärmt werden



Swiss Squash

Der nationale Verband organisiert in der Schweiz Turniere für Kinder und Erwachsene sowie einen Ligabetrieb. Für Hobbyspieler werden in vielen Squashanlagen Plauschturniere angeboten. In gewissen Regionen existiert zudem eine Squash-Firmenmeisterschaft. Alle Informationen zum Spielbetrieb und wo du in der Schweiz spielen kannst, findest du auf unserer Homepage www.squash.ch.

Hast du gerade erst mit Squash angefangen? Dann empfehlen wir dir unbedingt ein paar Privatlektionen. In den meisten Squashanlagen gibt es Trainer, welche dich kompetent einführen können.



Wie spiele ich Squash?



SWISS SQUASH

www.squash.ch