

Spelregels Squash

Spelregels

Squash is een zeer dynamische sport die wordt gespeeld door meerdere spelers met een racket en een bal op een afgesloten baan. Het enkelspel wordt gespeeld door twee spelers en het dubbelspel door vier spelers. Om dit spel veilig, eerlijk en sportief te laten verlopen heeft de World Squash Federation regels voorgeschreven.

Alle toernooien en wedstrijden die door Squash Bond Nederland (SBN) worden georganiseerd hanteren deze regels. Ook adviseert SBN alle andere organisatoren van squash wedstrijden deze regels ook te hanteren. Zo blijft de sport veilig, eerlijke en sportief.

De spelregels in een notendop

1. Puntentelling

Over het algemeen wordt squashwedstrijden in een 'best-of-five' gespeeld. Degene die dus het eerste drie games wint, is de winnaar van de partij. Een game wordt gewonnen bij minimaal 11 punten en met minimaal 2 punten verschil. In squash geldt 'point-a-rally' telling. Dat betekent dat ieder gewonnen punt wordt geteld op het scorebord. Ook als je niet aan service bent. Bij puntwinst op eigen service moet er gewisseld worden van kant. Aan het begin van een game, mag de speler die de toss wint, de kant van serveren kiezen. Dit mag ook wanneer jij het punt maakt, nadat je tegenstander geserveerd heeft.

2. In of uit

Bij squash geldt de regel. Op de lijn is uit. Ook wanneer de bal op het onderste gedeelte van de voormuur komt, is de bal uit. Dit gedeelte heet de tin en is meestal van een ander materiaal gemaakt zodat het duidelijk hoorbaar is wanneer de bal hier op terecht komt. Tijdens het serveren moet er met minimaal één voet in het servicevak worden gestaan. De service moet ook altijd boven de middelste lijn uitkomen, anders is de service fout. Wanneer je de bal terugslaat mag de bal mag zo vaak de achterwand of zijwand raken als mogelijk, zolang de bal maar niet op de grond stuitert voordat de voormuur is geraakt. Anders is het een punt voor de tegenstander.

3. Let, stroke, turning & no let

Om de veiligheid van de spelers te waarborgen zijn de Let, stroke, turning & no let in het leven geroepen.

Let

Er wordt een let gespeeld wanneer de tegenstander net buiten de driehoek tussen de speler en de voormuur staat. De tegenstander belemmert de slag niet, maar er zou een kans kunnen zijn dat hij geraakt wordt. Bij een let speel je het punt over.

Stroke

Bij een stroke staat de tegenstander in de slag van het racket of in de directe driehoek tussen de speler en de voormuur. Het is dan niet mogelijk én gevaarlijk om de bal te slaan. De tegenstander ontnemt daarmee de kans om het spel voort te zetten en verliest het punt.

Turning

Soms komt het voor dat de bal op een bijzondere manier via de muur en/of achterwand stuitert, dat de speler om de eigen as moet draaien om de bal te slaan. Doordat een speler de oriëntatie en de positie van de tegenstander kwijt kan zijn, is het risicovol om de bal te slaan. Daarom moet er met een turning altijd een let worden gespeeld.

Tijdens een wedstrijd zal de scheidsrechter beslissen of het let, stroke of no let is. Speel je zonder scheidsrechter en kom je er met de tegenstander niet uit? Wees dan sportief en speel een let!

Updates en wijzigingen

Vanaf 1 januari 2019 zijn de enkelspelregels gewijzigd. Het betreft de volgende wijzigingen:

- *Het inslaan*, regel 4.1

De duur van het warm slaan van de bal voordat een wedstrijd begint is gewijzigd naar 4 minuten en na 2 minuten dienen de spelers van baanheft te wisselen.

- *Hinder*, regel 8.1.4

De tekst is gewijzigd in:

“Na het voltooien van een redelijke uitzwaai, moet een speler er alles aan doen om ruimte te maken, zodat wanneer de bal van de voormuur terug stuitert, de tegenstander: 8.1.4. de vrijheid heeft om de bal te slaan op elk deel van de voormuur.

Het woord ‘hele’ (voormuur) is weglaten.

- *Hinder*, regel 8.11

De tekst is gewijzigd in: “Vrijheid om de bal te slaan op elk deel van de voormuur.”

Het woord ‘gehele’ (voormuur) is weglaten.

- *Hinder*, regel 8.9.3 is toegevoegd:

“Wanneer er geen echt contact is geweest en de zwaai werd ingehouden uit angst om de tegenstander te raken, gelden de bepalingen van 8.6.”

Bron: <https://www.squash.nl/page/23815/Spelregels>