

# Hvad er pickleball?

Pickleball er en af de hurtigst voksende sportsgrene i verden. Det er en ketsjersport, der spilles med en let bold og et paddle (som et hårdt bat), som blev opfundet i USA for over 50 år siden.

Pickleball spilles på en bane i badmintonstørrelse og et tennis-lignende net og bruger elementer fra andre ketsjer/bat spil som tennis, squash, badminton og bordtennis. Det spilles både som single og double.

Det er et sjovt og socialt spil for alle niveauer og aldre. Og så er det utrolig let at komme i gang med at spille pickleball, da man hurtigt får styr på det basale.

## Reglerne

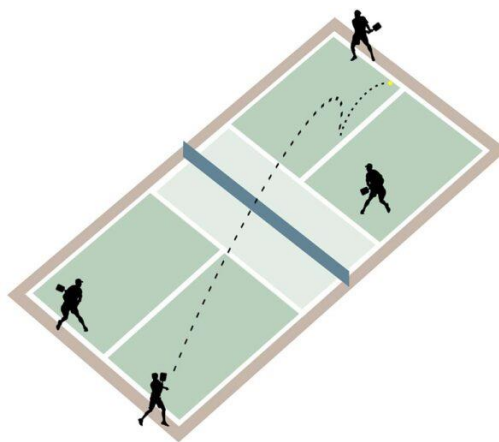
- Pickleball spilles enten som double eller single. Double er det mest almindelige
- Der bruges samme banestørrelse til single og double

## Scoring

- Det er kun serveren, der kan vinde point.
- Sæt spilles normalt til 11 point, hvor man skal vinde med to overskydende point.
- Der kan også spilles til 15 eller 21, hvor man skal vinde med to overskydende point.

## Serveren

- Serverens arm skal bevæge sig i en opadgående bue, når bolden rammes.
- Paddlens kontakt med bolden må ikke foregå over taljehøjde.
- Hovedet på paddlen må ikke være over det højeste punkt på håndledet ved boldkontakt.
- Ved boldkontakt må serverens fødder ikke berøre banen, og mindst en fod skal være i jorden bag baglinjen.
- Serven skal sendes diagonalt over på modsatte banehalvdel og lande i det diagonalt modstående felt på den anden side af nettet.
- Man har kun et forsøg til at lave en korrekt serv.



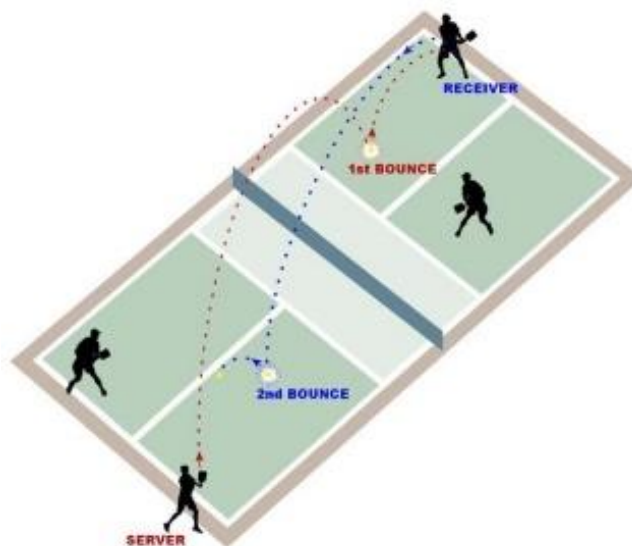
## Serverækkefølge

- Begge spillere på det servende doublepar har mulighed for at serve og score point, indtil de har tabt serven. Dog starter hvert sæt med, at kun én af spillerne i et doublepar har mulighed for at serve, inden serven går over til modstanderne.

- Når det servende hold har et lige antal point (0, 2, 4, 6, 8, 10), skal den spiller, der servede først i sættet for det par, stå i højre/lige side af banen ved serv og retur. Når pointtallet er ulige (1, 3, 5, 7, 9), skal den spiller stå i venstre/ulige side ved serv og retur.
- Den første serv laves fra højre/lige side af banen.
- Hvis det servende hold scorer et point, bytter serveren side og server næste gang fra venstre/ulige side af banen.
- Sådan fortsætter serveren med at bytte side, indtil de taber bolden, så den første server taber serveren.
- Når den første server taber serveren, er det makkerens tur til at serve
- Den anden server fortsætter med at serve, indtil dennes par taber en bold, hvorefter serveren skifter over til det andet par.
- Når serveren går over til modstanderne, serves den første serv fra højre/lige side af banen. Begge spillere har mulighed for at serve og score point, indtil parret har begået to fejl.
- I single server serveren fra højre/lige side af banen, når hans eller hendes pointsum er lige, og fra venstre/ulige side, når pointsummen er ulige.

### “Two-Bounce”-reglen

- Når bolden serves, skal modtageren lade den hoppe, inden den returneres, og det servende par skal også lade bolden hoppe, inden den sendes tilbage igen. Altså to hop (two bounces).
- Når bolden har hoppet en gang på begge sider af nettet, må man enten flugte til bolden (ramme bolden inden den hopper) eller slå til den, efter den har hoppet (et grundslag).



### Non-Volley Zone

- Non-volley zonen (også kaldet køkkenet) er den del af banen, som er tættest på nettet og 2,13 meter (syv fod) ud på begge sider
- Det er forbudt at flugte, når man står i non-volley zonen.
- En spiller, der flugter, må ikke efterfølgende træde ind i non-volley zonen inklusiv linjen, heller ikke hvis spillerens momentum får dem eller noget de bærer til at berøre non-volley zonen og dens linjer. En spiller må gerne være i non-volley zonen på alle tidspunkter, hvor de ikke flugter til bolden.

#### Linjerne

En bold er inde, hvis den rammer linjen

- Dog er en serv fejl, hvis den rammer linjen til non-volley zonen