

Padel spelregels

Algemeen

Padel wordt bijna altijd in dubbels gespeeld. Voor padel gebruik je een ander racket dan voor tennis.

Het padelracket heeft geen snaren, maar is in zijn geheel van kunststof (carbon, fiber of grafiet).

In het racketblad, meestal rond, is een groot aantal gaten geboord. Het racket meet maximaal 45,5 x 24 centimeter en wordt met een koordje om de pols bevestigd zodat het niet kan wegschieten. De bal die je gebruikt bij padel lijkt sterk op een tennisbal, maar is wat harder. De bal moet goed kunnen stuiten, officieel 135 tot 145 centimeter hoog als je hem van ver boven je hoofd (exact 254 centimeter staat in de regels) laat vallen.

Scoreverloop

Het scoreverloop bij padel is hetzelfde als bij tennis, namelijk 15, 30, 40 en game, met deuce bij 40-40.

Dan moeten twee opeenvolgende punten worden gescoord om de game te winnen. Padelwedstrijden zijn meestal "best-of-three", oftewel tot twee gewonnen sets, waarbij een set gewonnen wordt door het team dat als eerste zes games wint met twee games verschil.

Bij 6-6 wordt een tie-break gespeeld, die gaat tot zeven gewonnen punten met twee punten verschil.

Opslag

De opslag moet onderhands. De eerste opslag wordt vanaf de rechterkant geslagen en wordt daarna afwisselend van links en rechts geslagen. Men laat de bal eenmaal stuiten achter de servicelijn (die het servicevak van 7x5m begrensd), tussen de middellijn en de zijwand. Bij de opslag geldt dat men de bal onder of ter hoogte van zijn of haar middel moet raken. De opslag moet zonder het net te raken direct in het diagonaal gelegen servicevak van de tegenstander stuiten. De bal mag daarna de wand raken, maar niet het hekwerk (foutservice). De ontvanger kan kiezen om de bal terug te spelen voordat of nadat de bal de wand heeft geraakt. Zodra de bal correct in het servicevak heeft gestuiterd en correct is geretourneerd, komen beide speelhelften van 10x10m in het spel. Als de bal bij een eerste of tweede service het net aanraakt en daarna in het correcte servicevak landt, wordt de opslag overgespeeld net zoals bij tennis.

Spelverloop

Tijdens rallies mag de bal slechts eenmaal het speelveld raken. Een speler mag kiezen om de bal te laten stuiten of hem te volleren. Als de bal stuitert moet dat gebeuren zonder eerst een wand of het hekwerk te raken, anders is het een fout. Nadat de bal heeft gestuiterd mag hij de wand of het hekwerk een of meerdere keren raken voordat hij teruggespeeld wordt. De ontvanger mag de bal direct in het speelveld van de tegenstander terugslaan, of hij kan de bal via de achter- of zijwanden terugspelen. Als de bal het hekwerk raakt voordat hij over het net komt is het een fout. Als de bal via het speelveld over de wand (4 meter) of hekwerk (3 meter) wordt geslagen is het normaliter een punt; soms is er een regel die het spelers toelaat de bal van buiten de baan terug te spelen. Het spel gaat door met deze regels, totdat de bal tweemaal op het speelveld stuitert of een speler op een andere manier de regels overtreedt.

Veel speelplezier!

