



Lagkamper i Bordtennis på Idrettsfestivalen – Info og Regler

Spille-antrekk og utstyr

Du spiller i det antrekket du foretrekker selv. Det eneste kravet er sko som ikke brukes ute.

Husk drikkeflaske! Man kan også ha med handduk til å tørke hender og ansikt om man ønsker. Handduk og drikkeflaske kan brukes mellom sett og kamper.

Ta med egen racket hvis du har! Hvis ikke har Trondheim Bordtennisklubb (TBTK) med racketer du kan låne. Har du egen racket anbefaler vi å merke den med navn og telefonnummer. Baller til kampene (og alt annet utstyr som brukes) lånes ut av TBTK.

Kampene i lagkampen: 5

Lagkampene består av **5 kamper**: først **2 single**-kamper, så **1 double-kamp**, og til slutt **2 single-kamper** (bytter motstander). Lagkamper kan altså vinnes 3-2, 4-1 eller 5-0.

Antall sett pr kamp i lagkampen: «best av 3»

Hver kamp spilles «best av 3 sett», dvs avsluttes når en av spillerne har vunnet 2 sett (2-0 eller 2-1).

Poeng, serve og spilleregler

Hvert sett spilles til en spiller/et double-lag har oppnådd 11 poeng, forutsatt at spilleren/laget har minst 2 poeng mer en motstander. Ved 11-10 fortsetter kampen til en av spillerne/lagene har vunnet med 2 poeng.

Spillerne bytter på å serve etter to server. Ved fortsatt spill fra 11 poeng byttes serve for hver ball. Ved serve skal ballen kastes minst 16 cm opp fra flat hånd og hånden skal være synlig over bordet.

Først-servende spiller/double-lag i første sett trekkes tilfeldig (ball holdes under bord H/V). Laget som vinner serveren kan velge å være førsteservende eller å gi førsteserven til det andre laget.

Ved touch (nettball) er det omserv. Det er ingen grense for antall omserver. Hvis ballen treffer motstanders racket bak bordet uten å ha vært i bordet er det motstanders poeng.

I single-spill er servern gyldig uansett hvor den lander. I double serves det diagonalt. Ball som treffer samme side av bordet som det serves fra gir poeng til motstander.

I double bytter deltakerne på å slå annethvert slag. Det vil si at den som ikke server skal slå neste slag, osv. Spillerne på hvert lag bytter side etter avsluttet egen serv.

Hvis en kamp (single eller double) går til 3 sett skal spillerne/lagene bytte side når et av lagene oppnår 5 poeng i avgjørende sett.

Trivsel og folkeskikk

Ukvemsord og unødig forstyrrelse av motspiller er ikke greit. Det er fint å vise begeistring, men helst ikke når motstanderen gjør «feil». Vis respekt for motstanderen, takk alltid motstander for kampen, og vis god sportsånd. Gjør ditt for at alle skal ha det gøy og trivelig!

Effektiv avvikling

For å gjennomføre turneringen innenfor tidsplanen må alle lag hjelpe til så det går greit og raskt unna med kampene!

Før hver kamp er det **max 2 min «innslåing»**. Det er lov med inntil **1 min coaching** (eller samsnacking) mellom sett. Det er også lov å bruke **håndduk** til å tørke svette for hver 6. ball (f.eks. 4-2, 5-7, 9-9). Det er lov å **drikke** mellom sett, men ikke i løpet av sett.

Vi er her for å ha det gøy!

Ta med det gode humøret, og husk at vi gjør dette for å ha det gøy!

Spørsmål?

Har du spørsmål: skriv til oss på bedrift@trondheimbtk.no. Der kan du også få informasjon om **Bedriftsserien i Bordtennis i Trondheim**, som alle som vil kan være med på!

VELKOMMEN TIL EN ARTIG OG SPENNENDE BORDTENNISTURNERING!

Beste hilsen

Trondheim Bordtennisklubb og Bedriftsbordtennis Trondheim
i samarbeid med Idrettsfestivalen-Bedriftsidretten