



PADEL

WAT IS PADEL?

Padel is de snelstgroeiende sport in Nederland en enorm leuk voor spelers van alle leeftijden.. Padel is een racketsport met veel kenmerken van tennis en squash. Deze combinatie staat garant voor snelle en spannende rallies en raakt daardoor steeds mee in trek bij tennissers, squashers en racketsportliefhebbers in het algemeen.

Padel is in Spanje en Zuid-Amerika razend populair en begint zich langzamerhand ook in Nederland te ontwikkelen tot een serieuze sport met een groeiend aanbod aan competities en toernooien. Het spel wordt gespeeld als dubbelteam op een veld dat is omgeven door een glazen wand en een hekwerk. Het spel wordt gekenmerkt door snelle actie waarbij reactievermogen en inzicht van essentieel belang zijn.

SCOREVERLOOP

Het scoreverloop bij padel is hetzelfde als bij tennis, namelijk 15, 30, 40 en game, met deuce bij 40-40. Bij deuce moeten twee opeenvolgende punten worden gescoord om de game te winnen.

Padelwedstrijden zijn meestal 'best-of-three', oftewel tot twee gewonnen sets. Een set wordt gewonnen 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 (SERVICE)

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 toucheert en daarna in het correcte servicevak landt, wordt de opslag overgespeeld.

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.