



**R E G O L A M E N T O**  
**Edizione corta**

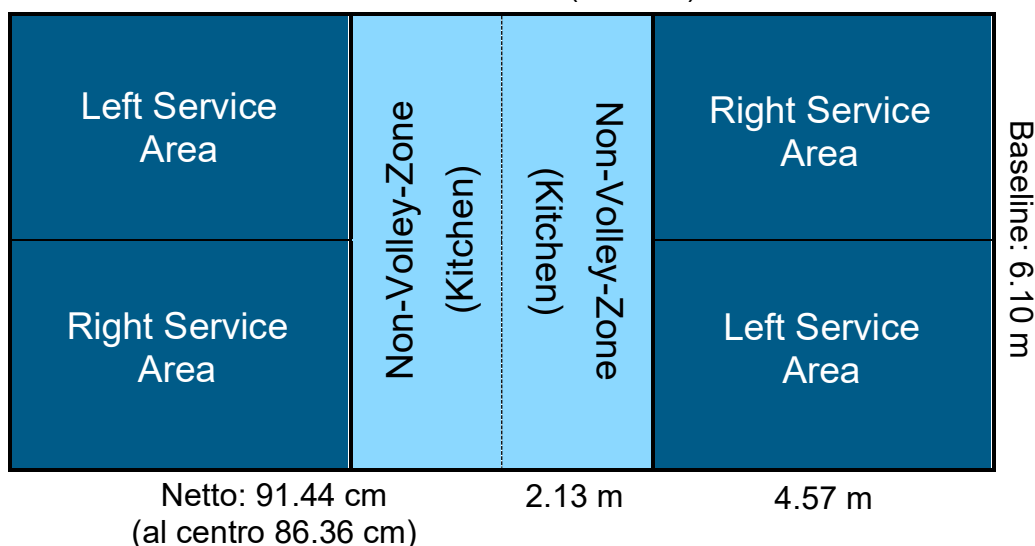
## Pickleball regolamento edizione corta

v1.00 - IT

### 1 Regole di base

- Il pickleball si gioca in doppio (due giocatori per squadra) o in singolo; il doppio è il più comune.
- Le dimensioni del campo e le regole sono le stesse per le partite di singolo e di doppio. Le dimensioni del campo corrispondono a quelle del campo da doppio del badminton, con la piccola eccezione della linea di servizio/non pallavolo, che è 15 cm più lontana dalla rete. Per maggiori dettagli, vedere qui.

Sideline: 13.40 m (+/- 1cm)



### 2 Il servizio

- Il braccio del server deve muoversi in un arco verso l'alto quando la palla viene colpita.
- Il contatto della racchetta con la palla non deve avvenire al di sopra del livello della vita.
- La testa della racchetta non deve trovarsi al di sopra della parte più alta del polso al momento del contatto.
- È consentito anche il "drop serve", nel qual caso non si applica nessuno degli elementi di cui sopra.
- Nel momento in cui la palla viene colpita, i piedi del giocatore non devono toccare il campo o il prolungamento immaginario della linea laterale o della linea centrale e almeno un piede deve trovarsi dietro la linea di fondo sulla superficie di gioco o sul terreno dietro la linea di fondo.
- Il servizio viene effettuato in diagonale e deve atterrare entro i confini del campo diagonale opposto.
- È consentito un solo tentativo di servizio per server.

### 3 Sequenza di servizi

- Entrambi i giocatori della squadra di doppio al servizio hanno la possibilità di servire e segnare punti fino a quando non commettono un fallo \*(ad eccezione della prima sequenza di servizio di ogni nuovo gioco).
- Il primo servizio di ogni uscita laterale viene effettuato dal campo destro/pari.
- Se viene segnato un punto, il server cambia lato e inizia il servizio successivo dal campo sinistro/dispari.
- Quando vengono segnati i punti successivi, il server continua a cambiare lato finché non viene commesso un fallo e il primo server perde il servizio.
- Quando il primo server perde il servizio, il compagno serve dal proprio lato corretto del campo (ad eccezione della prima sequenza di servizio della partita\*).
- Il secondo server continua a servire finché la sua squadra non commette un fallo e perde il servizio a favore della squadra avversaria.
- Una volta che il servizio va all'avversario (sul lato out), il primo servizio viene effettuato dal lato destro/equo del campo ed entrambi i giocatori di quella squadra hanno la possibilità di servire e segnare punti finché la loro squadra non commette due falli.
- In singolare, il giocatore serve dal campo destro/pari quando il suo punteggio è pari e dal campo sinistro/dispari quando il punteggio è dispari.

\*All'inizio di ogni nuova partita solo un compagno della squadra che serve ha la possibilità di servire prima di sbagliare, dopodiché il servizio passa alla squadra che riceve.

### 4 Punteggio

- I punti vengono segnati solo dalla squadra che serve.
- Le partite si giocano normalmente a 11 punti, con vittoria di 1 o 2 (golden point a 15).
- Le partite dei tornei possono essere a 15 o 21 punti, spesso con vittoria di 2 e golden point a 19 o 25 punti.
- Le partite di torneo sono spesso giocate in 2 o 3 set. Il lato del campo viene cambiato all'inizio di ogni set. Se la partita viene giocata con 2 set vinti e 11 punti, il lato del campo viene cambiato al punto 6, quando il punteggio è di 1:1 nel 3° set.
- Quando il punteggio della squadra al servizio è pari (0, 2, 4, 6, 8, 10), il giocatore che è stato il primo a servire nel gioco per quella squadra si troverà nel campo destro/pari quando serve o riceve; quando è dispari (1, 3, 5, 7, 9), quel giocatore si troverà nel campo sinistro/dispari quando serve o riceve.

## 5 Regola dei due rimbalzi

- Quando la palla viene servita, la squadra che la riceve deve lasciarla rimbalzare prima di restituirla, mentre la squadra che la serve deve lasciarla rimbalzare prima di restituirla, quindi due rimbalzi.
- Dopo che la palla ha rimbalzato una volta nel campo di ciascuna squadra, entrambe le squadre possono effettuare una volée (colpire la palla prima che rimbalzi) o giocare la palla da un rimbalzo (colpo a terra).
- La regola dei due rimbalzi elimina il vantaggio del serve and volley e allunga i tempi di gioco.

## 6 Chiamata del punteggio

Questa è spesso la parte più confusa del gioco, ma non è difficile e la si padroneggia abbastanza rapidamente una volta giocate alcune partite.

Le linee guida per l'indicazione del punteggio (punteggi)

1. Il server richiama lo stato di gioco.
2. Quando si chiamano i punti, il punteggio del server viene chiamato per primo.

### 6.1 Partite di doppio

Viene chiamato il punteggio (ad esempio 6:4), seguito dal numero 1 o 2, che indica se il server 1 o il server 2 sta giocando il servizio.

### 6.2 Esempio

6:4-1 significa che la squadra che serve ha vinto "6" punti e la squadra che riceve "4" punti. L'"1" significa che il primo servitore ha servito. Se ora la squadra perde il punto (commette un errore), il punteggio diventa 6:4-2. Il "2" indica che il secondo server sta servendo e che, in caso di un altro errore proprio, il servizio passa all'altra squadra (side-out) - il punteggio è quindi 4:6-1.

### 6.3 Inizio della partita

All'inizio di una partita di doppio, solo un membro della squadra ha la possibilità di servire. Quindi, quando il server chiama il primo punteggio, inizia con: 0:0 e 2. Questo numero 2, che viene chiamato, significa che la palla va direttamente all'avversario dopo aver perso il servizio.

## 7 Linea

- Una palla che entra in contatto con una qualsiasi parte di una linea, eccetto la linea della zona non di pallavolo su un servizio, è considerata "in".
- Un servizio che entra in contatto con la linea della zona non di pallavolo è corto e costituisce un fallo.

## 8 Zona non-Volley

- La zona di non volley è l'area del campo entro 7 piedi su entrambi i lati della rete.
- All'interno dell'area di non volteggio è vietato tirare al volo. Questa regola impedisce ai giocatori di eseguire smash da una posizione all'interno della zona.
- È un fallo se, durante la volée di una palla, il giocatore calpesta la zona di non volée, compresa la linea e/o se lo slancio del giocatore fa sì che il giocatore stesso o qualsiasi cosa indossi o porti con sé tocchi la zona di non volée, comprese le linee associate.
- È un fallo se, dopo aver effettuato una volée, un giocatore viene trasportato dallo slancio nella zona di non volée o la tocca, anche se la palla volée viene dichiarata morta prima che ciò accada.
- Un giocatore può trovarsi legalmente nell'area di non volée in qualsiasi momento che non sia quello del lancio della palla.
- La zona di non volée è comunemente chiamata "cucina".

## 9 Guasto

- Un fallo è un'azione che interrompe il gioco a causa di una violazione delle regole.
- Un fallo della squadra in ricezione comporta un punto per la squadra al servizio.
- Un fallo della squadra al servizio comporta la perdita del servizio o il side out.

### 9.1 Esempi

1. la palla vola nella ZVN durante il servizio (compresa la linea) o tocca il terreno al di fuori del campo. Le linee laterali contano come parte del campo.
2. la palla si impiglia nella rete! Tuttavia, se la palla tocca la rete durante il servizio e atterra nel campo corretto, NON è un fallo!
3. la palla viene raccolta direttamente sul servizio dell'avversario prima che abbia toccato terra. (regola del doppio rimbalzo)
4. colpisce un giocatore o un oggetto solido prima di rimbalzare sul campo.
5. sfiora il giocatore, i suoi indumenti o la sua racchetta durante il gioco.
6. viene giocato direttamente dalla ZVN.
7. o se il giocatore, i suoi indumenti o la sua racchetta entrano in contatto con la ZVN durante una volée.

## 10 Determinazione della squadra di servizio

- È possibile utilizzare qualsiasi metodo equo per determinare quale giocatore o squadra ha la prima scelta di lato, servizio o ricezione. (Esempio: lancio della moneta)

## 11 Strategia di gioco

A differenza del tennis, il pickleball si gioca in prossimità della zona di non gioco.

### 11.1 Dink

Il "dinking" è una strategia di doppio efficace e importante. Il giocatore si posiziona il più vicino possibile alla linea di cucina e cerca di giocare la palla appena al di sopra della rete e nella zona di non gioco dell'avversario o davanti ai piedi dell'avversario.

### 11.2 L'obiettivo del Dink è

giocando molti tempi brevi per invogliare l'avversario a commettere errori cercando di segnare con un colpo secco. Se l'avversario fa cilecca, è meglio rispondere con una cilecca finché la palla non è un po' troppo lontana dalla rete e si può sfruttare l'opportunità di una palla veloce per mettere sotto pressione l'avversario.

Componenti di abilità da considerare per il "Dink".

Per una buona riuscita di un'immersione, osservare quanto segue:

1. rimanere rivolti verso la rete
2. tenere i piedi il più vicino possibile alla zona di non volteggio
3. colpire la palla piegata in avanti davanti a sé
4. fare movimenti fluidi
5. quando si effettua il dinking, cercare di giocare la palla nella zona di non volée dell'avversario, anche a cavallo del campo.
6. Con il "volley e il dinking", si accorcia il tempo di reazione dell'avversario alla palla.



Trovate sempre la versione più recente di questo documento qui:

<https://pickleballverband.ch>

### **Esclusione di responsabilità**

In caso di traduzione non chiara dalla versione originale inglese, fa fede la versione inglese. Per i dettagli, la Swiss Pickleball Association fa sempre riferimento all'ultimo regolamento ufficiale USA Pickleball.

### **Modifica della storia**

<b>Versione</b>	<b>Data</b>	<b>Cambiamento</b>
v1.00	May 16, 2024	Versione iniziale italiana, basata sulla v1.01 delle Regole Brevi tedesche dell'Associazione Svizzera di Pickleball.