

- Regelwerk -

Grundsätzliches

- Das Spielfeld ist ca. 5x13 Meter groß und wird in der Mitte durch ein ca. 1,40 m hohes Netz in zwei Hälften geteilt.
- Ein Team besteht aus zwei Spielern und es gibt keine Auswechselspieler.

Vor dem Spiel

- Die Wahl erfolgt durch Schnicken ("Schere, Stein, Papier"). Kein Brunnen oder ähnliches! Der Gewinner der Wahl kann Ball ODER Seite auswählen, der Verlierer darf das dementsprechend andere entscheiden.
- Vor dem 2. Satz darf der Verlierer der Wahl zuerst die Entscheidung treffen, danach das andere Team.
- Im K.O. System vor einem eventuell stattfindenden entscheidenden 3. Satz hat die Wahl neu zu erfolgen. Wenn im 3. Satz das erste Team 8 Punkte erreicht hat, ist ein Seitenwechsel durchzuführen.

Angaben

- Mit einem Dropkick geht es los. Dieser hat hinter der eigenen Grundlinie zu erfolgen, nicht seitlich oder schräg hinterm Feld. Bei der Angabe darf weder der Spieler noch der Ball die Grundlinie berühren.
- Berührt der Ball nach der Angabe das Netz und fällt ins gegnerische Feld (Netzroller), so ist das kein Fehler und das Spiel geht weiter.

- Fehler bei der Angabe (Ball ins Netz, Ball ins aus, eigenen Mitspieler getroffen, etc) führen zum Punkt für den Gegner. Keine Wiederholung der Angabe!
- Die gegnerische Mannschaft soll freien Blick auf den aufschlagenden Spieler haben. Nach der Angabe darf der Ball nicht direkt zurückgespielt werden. Es müssen mind. zwei Berührungen vom Team stattfinden.

Zusatzregel

- Nur nach der Angabe ist es bei der 1. Ballberührung KEIN Fehler, wenn unabsichtlich und unglücklich zwei Körperstellen nacheinander berührt (z.B. der Ball rollt über die Brust zum Oberschenkel) werden. Diese Doppelberührung zählt dann als eine Berührung und es kann weitergespielt werden.

Im Spiel

- Jegliche Netzberührungen der Spieler sind ein Fehler und führen zum Punkt für den Gegner. Die Netzpfeiler sind Teil des Netzes und dürfen somit auch nicht berührt werden.
- Der Ball darf das Netz und die Netzpfeiler berühren.
- Der Ball darf mit allen Körperteilen außer den Armen und Händen berührt werden.
- Das "Führen" des Balles ist untersagt (z.B. "Ansaugen" oder "rüberführen").
- Der Ball muss über das Netz gespielt werden und nicht an den Seiten vorbei.
- Jedes Team hat max. 3 Ballberührungen, wobei ein Spieler den Ball nicht 2x nacheinander berühren darf. Jonglieren ist nicht erlaubt.

- Der Ball darf den Boden nur 1x berühren und dieser Bodenkontakt muss im Spielfeld sein. Die Linien sind Teil des Spielfeldes.
- Aus dem Spiel heraus kann der Ball auch direkt zurückgespielt werden.
- Der Ball darf nicht auf den Boden gespielt werden und danach ohne weitere Berührung des Mitspielers übers Netz ins gegnerische Feld gelangen.
- Wird der Ball beim Versuch ihn übers Netz zu spielen ins Netz gespielt und kommt dieser ohne den Boden zu berühren zurück, darf der Ball ein weiteres Mal gespielt werden, unabhängig der Anzahl der vorangehenden Ballberührungen (Rebound). Sollte es die 4. Ballberührung sein, muss der Ball übers Netz gespielt werden.
- Behinderung der Spieler (z.B. Ball oder Spieler vom Nachbarfeld im eigenen Feld) führen zum "Nullball" und der Ball wird wiederholt. Kein Team erhält einen Punkt. Die Behinderung muss rechtzeitig vom Schiedsrichter und/oder Spieler lautstark signalisiert werden (z.B. "Ball im Feld").
- Die Zählweise der Punkte erfolgt analog zum Volleyball, d.h. jedes Team kann einen Punkt erzielen, egal ob das Team das Aufschlagrecht hat oder nicht. Aufschlag hat das Team, welches zuvor den Punkt erzielt hat.
- Behält ein Team das Aufschlagrecht, so hat weiterhin der Spieler den Aufschlag, der den Aufschlag zuvor auch gemacht hatte. Hat das Aufschlagrecht das Team gewechselt, so ist der Spieler dran, der beim letzten Aufschlagrecht diese Teams nicht dran war. Diese Regel gilt nur innerhalb eines Satzes, nicht satzübergreifend.