

Riepilogo delle Regole di Base

8/1/2025

Il seguente è un riepilogo abbreviato delle regole per fornire una rapida panoramica su come si gioca. Una copia completa delle regole ufficiali è disponibile sul sito della Federazione Italiana Tennis e Padel. In caso di conflitto tra questo riepilogo e le regole ufficiali, prevalgono le regole ufficiali.

Panoramica delle Regole di Base

- **Formato:** Il pickleball si gioca in **doppio** (due giocatori per squadra) o in **singolo**; il doppio è la modalità più comune.
- **Campo:** Le dimensioni del campo e le regole sono le stesse sia per il gioco in singolo che in doppio.

Il servizio

- **Movimento:** Il braccio del giocatore che serve deve muoversi in un arco verso l'alto nel momento in cui colpisce la palla.
- **Punto di contatto:** Il contatto con la palla deve avvenire sotto il livello della vita e la testa della racchetta non deve essere più alta della parte più alta del polso al momento del colpo.
- **Drop Serve:** È consentito un "drop serve", in cui il giocatore lascia cadere la palla prima di colpirla. In questo caso, le regole relative al movimento verso l'alto, al livello della vita e alla posizione della racchetta non si applicano.
- **Posizione dei piedi:** Al momento del colpo i piedi del giocatore non devono toccare il campo, le linee laterali o la linea centrale immaginaria e almeno un piede deve essere dietro la linea di fondo, sul terreno o sulla superficie esterna al campo.
- **Direzione:** Il servizio deve essere effettuato in diagonale e atterrare all'interno dei confini del campo diagonale opposto.
- **Tentativi:** È consentito un solo tentativo di servizio per turno.

Posizioni dei giocatori

- Le posizioni a inizio game determinano da quale lato il giocatore batterà sui propri punti pari e di conseguenza i suoi punti dispari.
 - **Nel singolare** se il punteggio del battitore è pari batterà da destra, se dispari batterà da sinistra.
 - **Nel doppio** il giocatore che a inizio game si posiziona a destra (ha il segno di riconoscimento) comincerà tutti i punti pari della sua squadra a destra e i punti dispari a sinistra; il compagno che si posiziona a sinistra comincerà tutti i punti pari della squadra a sinistra e i punti dispari a destra.
- NB: nel normale svolgimento del gioco questo aspetto è automatico, ma saperlo è utile per un eventuale controllo delle posizioni.**

Sequenza del Servizio

- Entrambi i giocatori della squadra che serve hanno l'opportunità di servire e segnare punti fino a quando non commettono un fallo, **eccetto durante la prima sequenza di servizio di ogni nuova partita.**
- Il primo servizio dopo un "side-out" viene effettuato dalla **metà destra del campo.**
- Se viene segnato un punto, il giocatore che serve **cambia lato** e avvia il servizio successivo dalla **metà sinistra del campo.**
- Questo cambio di lato continua finché il giocatore che serve segna punti.

Sequenza del Servizio

- **Cambio di lato continuo:** Quando vengono segnati punti consecutivi, il giocatore che serve continua a cambiare lato del campo ad ogni punto fino a quando non commette un fallo e perde il servizio.
- **Passaggio al secondo giocatore: quando il primo giocatore perde il servizio**, il suo compagno di squadra serve dalla propria metà corretta del campo (**eccetto durante la prima sequenza di servizio della partita**).
- **Secondo server:** Il secondo giocatore continua a servire fino a quando la sua squadra commette un fallo e perde il servizio a favore della squadra avversaria.
- **Cambio del servizio (side-out):** Quando il servizio passa alla squadra avversaria, il primo servizio viene effettuato dalla metà destra del campo. Entrambi i giocatori della squadra avversaria hanno l'opportunità di servire e segnare punti fino a quando la loro squadra commette **due falli**.
- **Regole per il singolo:** Nel singolo, il giocatore serve dalla **metà destra** del campo quando il proprio punteggio è pari, e dalla **metà sinistra** del campo quando il punteggio è dispari.
- **Prima sequenza di servizio del gioco:** All'inizio di ogni nuova partita, solo uno dei due giocatori della squadra al servizio ha l'opportunità di servire prima di commettere un fallo; dopo il fallo, il servizio passa alla squadra ricevente.

Punteggio

Tradizionale (Stoesaide-Out Scoring)

- **Chi segna i punti:** I punti possono essere segnati **solo dalla squadra che serve.**
- **Punteggio per vincere:** Le partite normalmente si giocano fino a **11 punti**, con una differenza minima di **2 punti** per vincere.

- **Partite di torneo:** Nei tornei, le partite possono essere giocate fino a **15 o 21 punti**, sempre con una vittoria con **2 punti di scarto**.
- **Posizione dei giocatori:** quando il punteggio della squadra che serve è **pari** (0, 2, 4, 6, 8, 10), il giocatore che ha iniziato il servizio per la squadra sarà nella **metà destra del campo** sia durante il servizio che durante la ricezione; quando il punteggio è **dispari** (1, 3, 5, 7, 9), lo stesso giocatore sarà nella **metà sinistra del campo**.

Rally Scoring

- **Punti ad ogni rally:** In questo metodo, viene segnato un punto **dopo ogni rally**, indipendentemente da quale squadra stia servendo.
- **Ricompensa:** Questo sistema premia il successo dopo ogni scambio.

Regola del Doppio Rimbalzo

- **Doppio rimbalzo obbligatorio:** Quando la palla viene servita, la squadra ricevente deve lasciarla rimbalzare prima di rispondere, e successivamente la squadra che ha servito deve lasciarla rimbalzare prima di rispondere, completando così **due rimbalzi**.
- **Dopo i due rimbalzi:** Una volta che la palla ha rimbalzato una volta nel campo di ciascuna squadra, entrambe le squadre possono colpire la palla al volo (**prima che rimbalzi**) o giocarla dopo un rimbalzo (**colpo a terra**).
- **Vantaggi della regola:** La regola del doppio rimbalzo elimina il vantaggio del servizio e del colpo al volo, prolungando gli scambi.

Zona Non-Volley

- **Definizione:** La zona non-volley è l'area del campo situata entro **7 piedi (circa 2,13 metri)** su entrambi i lati della rete.
- **Divieto di colpire al volo:** È proibito colpire la palla al volo all'interno della zona non-volley. Questa regola impedisce ai giocatori di eseguire smash da una posizione all'interno della zona.
- **Falli relativi al non-volley:** È un fallo se, durante un colpo al volo, un **giocatore calpesta la zona non-volley** (inclusa la linea) o se il suo slancio lo porta, o porta qualsiasi cosa indossi o trasporti, a toccare la zona non-volley, incluse le relative linee.
- È un fallo se, dopo aver colpito la palla al volo, un giocatore **viene spinto dallo slancio nella zona non-volley** o la tocca, anche se la palla colpita è già dichiarata fuori gioco.
- **Permesso di entrare:** Un giocatore può legalmente trovarsi nella zona non-volley in qualsiasi momento,

purché **non colpisca la palla al volo**.

- **Termine informale:** La zona non-volley è comunemente chiamata "**kitchen**" (cucina).

Chiamate sulle Linee

- **Palla sulle linee:** Una palla che tocca qualsiasi linea è considerata "**dentro**", eccetto la linea della zona non-volley durante un servizio.
- **Servizio corto:** Un servizio che tocca la linea della zona non-volley è considerato **corto** e costituisce un fallo.

Falli

- **Definizione:** Un fallo è qualsiasi azione che interrompe il gioco a causa di una violazione delle regole.
- **Falli della squadra ricevente:** Un fallo commesso dalla squadra ricevente comporta un punto per la squadra che serve.
- **Falli della squadra che serve:** Un fallo commesso dalla squadra che serve comporta la perdita del servizio o il cambio del servizio (side-out).
- **Situazioni di fallo:**
 - Il servizio non atterra all'interno dei confini del campo di ricezione.
 - La palla viene colpita nella rete durante il servizio o qualsiasi risposta.
 - La palla viene colpita al volo prima che abbia rimbalzato una volta su ciascun lato del campo.
 - La palla viene colpita fuori dai confini del campo.
 - La palla viene colpita al volo dalla zona non-volley.
 - La palla rimbalza due volte prima di essere colpita dal ricevitore.
 - Un giocatore, l'abbigliamento di un giocatore o qualsiasi parte della racchetta di un giocatore tocca la rete o i suoi pali mentre la palla è in gioco.
 - Vi è una violazione di una regola di servizio.
 - Una palla in gioco colpisce un giocatore o qualsiasi cosa che il giocatore indossa o trasporta.
 - Una palla in gioco colpisce un oggetto permanente prima di rimbalzare sul campo.

Determinare la Squadra al Servizio

Metodo di selezione: Qualsiasi metodo equo può essere utilizzato per determinare quale giocatore o squadra ha la prima scelta di lato, servizio o ricezione.