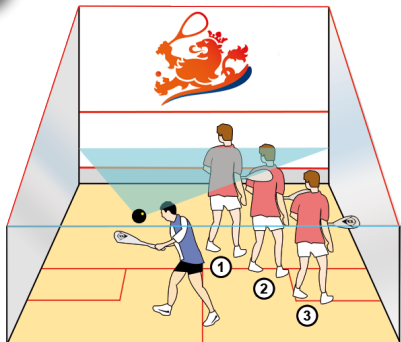


9

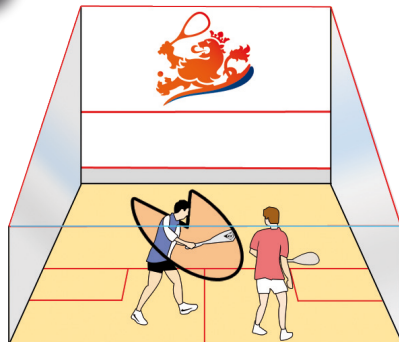
STROKE - LET - NO LET



- 1) Als de tegenstander in de slag naar de voormuur staat (binnen de driehoek, van bal naar voormuur) speel **niet** door maar stop. Je krijgt een **stroke** ofwel je wint de rally en krijgt er een punt bij.
- 2) Als de tegenspeler net buiten de driehoek staat, stop dan ook voor de veiligheid. Je krijgt een **let**, ofwel de rally wordt opnieuw gespeeld.
- 3) Maar als er geen hinder van de tegenstander was, dan krijg je een **no let** en verlies je de rally.

10

STROKE - LET - NO LET



Als je de bal wilt slaan maar de tegenstander staat dichtbij je, stop dan.

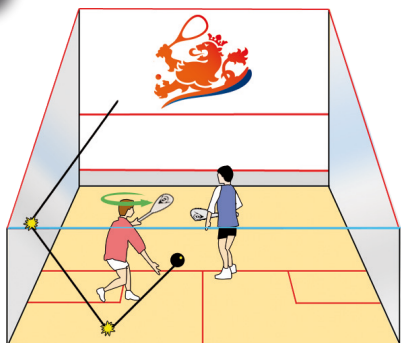
Je krijgt een **stroke** als hij in je zwaai staat (zie driekwart cirkel).

Je krijg een **let** als je bang bent hem te raken, maar hij je nog voldoende ruimte geeft.

Als je helemaal geen hinder ondervindt, dan krijg je een **no let**.

11

TURNING



Als je om je as draait of als de bal achter je langs gaat en je daarna de bal wil spelen, dan heet dit een turning. Je bent even de bal kwijt en het is dus gevaarlijk om de bal te slaan. **Stop** dan en je krijgt een **let**.

Speel je toch, raak je de tegenstander met de bal, dan krijgt je tegenstander de punt. Dit is gedaan omdat je in deze gevaarlijke situatie de bal niet mag slaan. Stop altijd en je krijgt een let.

BESLISSING: STROKE - LET - NO LET

Als je stopt, omdat je tegenstander je hindert, vraag je dan het volgende af:

Was er echt voldoende hinder van je tegenstander? **nee** NO LET

ja

Had je de bal kunnen halen en spelen en deed je er moeite voor? **nee** NO LET

ja

Deed je tegenstander alle moeite om hinder te voorkomen? **nee** STROKE

ja

Moest je nog passen maken om bij de bal te komen om deze te slaan? **ja** LET

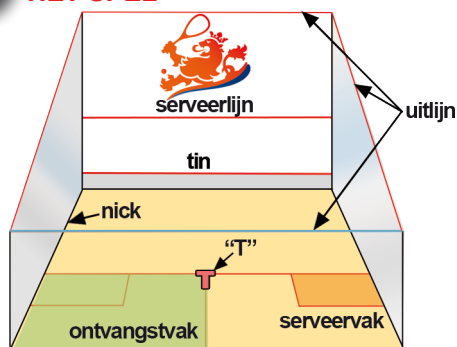
nee

Je tegenstander stond dus te dicht bij de bal toen je wilde slaan? **ja** STROKE

© Squash Bond Nederland
Jacques Wielandt

1

HET SPEL



Speel om en om de bal.

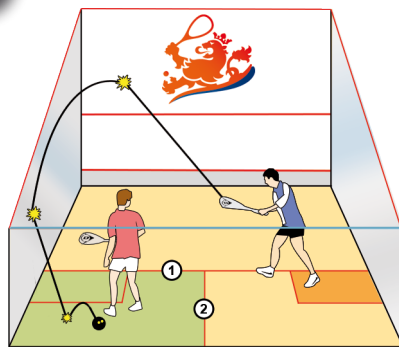
Het spel stopt als:

- de bal op of boven de rode uitlijnen komt, de bal is dan **uit** (soms zijn de lijnen blauw, wit, geel of groen).
- de bal tegen de grond geslagen wordt, de bal is **down**.
- de bal op of onder de tin komt, de bal is dan **down**.
- de bal 2x stuit voor je slaat, of 2x op je racket komt, de bal is dan **not up**.

Toss met het racket wie de opslag mag beginnen.

2

DE OPSLAG



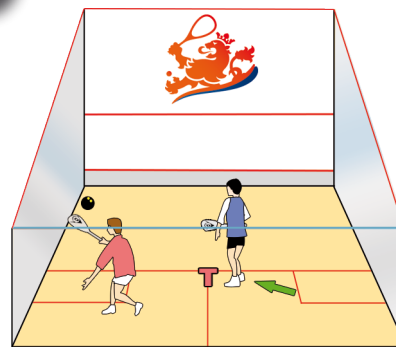
Je mag kiezen of je van links of rechts met de opslag begint.

Bij de opslag moet minstens 1 voet binnen het serveervak staan, zonder daarbij een lijn te raken, de andere voet mag overal staan.

Sla de bal op de voormuur boven de serveerlijn en onder de uitlijn (en daarna eventueel op de zijmuur). De bal moet dan in het ontvangstvak komen en mag daarbij de rode lijnen 1 en 2 niet raken.

3

DE ONTVANGST



Ontvanger mag overal staan, als hij de serveerder maar niet in de weg staat. De beste plaats is in het midden van het ontvangstvak.

Je kan de bal meteen (zonder stuit) slaan of eerst 1 maal laten stuiten en dan slaan.

Verdedig door de bal hoog achterin te slaan (lob). Val aan met een snelle slag.

De serveerder mag naar het midden van de baan, bij de "T", mits hij de ontvanger niet hindert bij zijn slag.

4

DE PUNTENTELLING

VOORBEELD WAT EEN SCHEIDSRECHTER ZEGT:

- Jan serveert, Bea ontvangt, best of 5 games, 0-0
- Als Bea bij 6-3 serveert en dan de rally wint: 7-3
- Als Jan de volgende rally wint: hand-out, 4-7
- Als Bea serveert bij 10-3: 10-3, gamebal
- Als Bea 1e game wint: 11-3, game voor Bea

- Als Bea bij 2e game begint: Bea leidt 1-0, 0-0
- Als Jan 2e game wint: 13-11, game voor Jan

- Als Jan 3e game begint: stand is 1-1, 0-0

- Als Bea 4e game begint: Bea leidt 2-1, 0-0
- Als Bea 4e game wint: 11-6, Bea wint 3-1

De officiële puntentelling is de **punt-per-rally**.

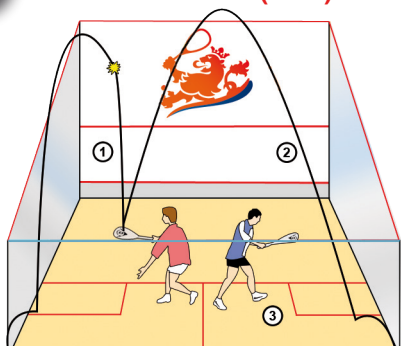
Als je een rally wint, krijg je er een punt bij en mag je (weer) serveren. Als je aan service was gebleven, moet je wel serveren vanuit het andere serveervak.

Een game win je als je als eerste 11 punten behaalt. Bij 10-10 verleng je tot iemand 2 punten meer heeft.

De wedstrijd (match) win je door als eerste 3 games te winnen (best of 5 games).

5

DE LENGTESLAG (LOB)



De bal gaat bij een **lob** hoog richting plafond naar de achtermuur. (verdedigingslag).

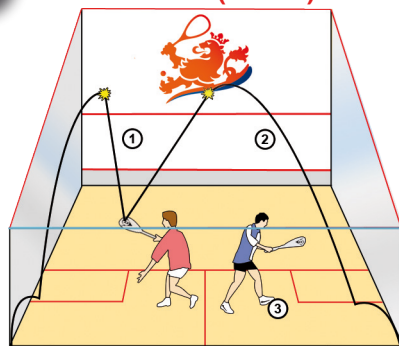
De bal is goed gespeeld als hij bij de 2e stuit dicht bij de achtermuur zou zijn gekomen.

Bij slag 1 wordt een **backhand lob** geslagen. Bij slag 2 is dit een **backhand cross lob**.

Beide slagen kunnen ook met de forehand geslagen worden, zoals vanuit positie 3.

6

LENGTESLAG (DRIVE)



De bal gaat bij een **drive** snel laag richting achtermuur (aanvalsslag).

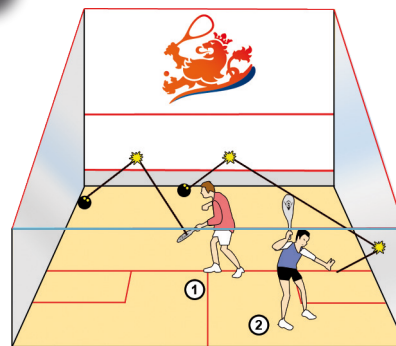
De bal is goed gespeeld als hij bij de 2e stuit dicht bij de achtermuur zou zijn gekomen.

Bij slag 1 wordt een **backhand drive** geslagen. Bij slag 2 is dit een **backhand cross drive**.

Beide slagen kunnen ook op de forehand geslagen worden, zoals op positie 3.

7

DE BOAST EN DE DROPSHOT



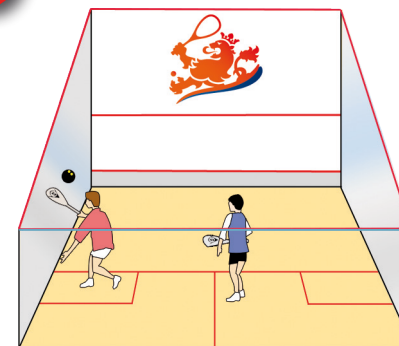
Bij slag 1 speel je een **dropshot**, de bal stuit dan dicht bij de tin voor in de baan. Komt de bal in de nick (waar muur en vloer samenkomen) dan zal deze daarna over de vloer verder rollen. Het makkelijkst speel je een dropshot als je zelf voorin de baan staat.

Bij slag 2 wordt een **boast** gespeeld, de bal sla je via de zijmuur naar de voormuur.

Overigens mag je de bal ook via de achtermuur en eventueel zijmuur naar de voormuur spelen.

8

DE TACTIEK



Speel hoge **lengteballen** als je tegenstander zich in het midden van de baan bevindt (bij de "T").

Als je tegenstander niet bij de "T" staat, speel dan naar de hoek die zo ver mogelijk bij hem weg is, met een **boast**, **dropshot** of **drive**.

De tegenstander heeft geen recht om op de "T" te gaan staan, want hij moet jou de ruimte geven om de bal naar de voormuur te slaan.