



De Braziliaanse teamspelvorm regels

Hieronder worden de officiële regels in het kort weergegeven. Deze regels zijn sinds 1 januari 2003 van kracht en goedgekeurd door de "International Indiacca Association". Voor een uitgebreidere beschrijving verwijzen wij naar deze "International Indiacca Association" (www.indiacca-iaa.net/public/eng/030707_Indiacca-Game_Rules-OIR.pdf)

- Het spel

Het doel van het spel is de shuttle aan de overkant van het net te krijgen op het speelveld van de tegenstander en het voorkomen dat de shuttle het eigen speelveld raakt. Fair play staat uiteraard ook in deze sport hoog in het vaandel. De shuttle mag drie keer(exclusief het blockcontact) geraakt worden voordat hij naar het speelveld van de tegenstander moet worden gespeeld. Een speler mag de shuttle niet meer dan één keer raken (exclusief een block). De shuttle mag alleen gespeeld worden met een hand of arm (tot de elleboog).

Een lichaamsdeel van een speler mag niet in het speelveld van de tegenstander terecht komen tijdens het spel. De shuttle mag slechts met één hand of arm gespeeld worden.

Deze spelvorm kent nog een spelvorm variant waarbij er met "Time Controle" wordt gespeeld. Dit betekent dat twee teams binnen een bepaalde tijd tegen elkaar spelen. Bij deze variant zijn enkel weer andere dan de hier beschreven regels geldig. Hieronder wordt niet op deze variant ingegaan en voor meer informatie verwijzen wij naar de "International Indiacca Association".

- De service

Het team dat een rally wint scoort een punt en verovert de service. Het team dat de service verovert draait eerst door met de klok mee.

Het team dat de service verovert draait eerst door met de klok mee. De persoon die op de serviceplek (rechtsachter) uitkomt serveert deze servicebeurt. Deze speler neemt plaats binnen het serviceveld achter de achterlijn en speelt de shuttle in het speelveld van de tegenstander.

De service gaat verloren wanneer de service het net raakt. De service gaat verloren wanneer de shuttle de lijn raakt of als de shuttle tegen een obstakel komt. Geen speler mag de shuttle direct terugspelen als de shuttle wordt geserveerd.

- Scoren

Het team dat een rally wint scoort een punt en verovert de service. Hetzelfde geldt als de tegenstander een overtreding maakt.

Een set bestaat uit 25 punten en wordt gewonnen door tenminste twee punten verschil met het team dat achterstaat. Het team dat als eerste twee, drie of meer (zelf afspreken) sets wint, wint de wedstrijd.

De voorspelers mogen de shuttle vanaf elke positie binnen het speelveld in de richting van het speelveld van de tegenstander spelen. Een achterspeler mag de shuttle op elke hoogte raken in het achterste gedeelte van het veld in de richting van het speelveld van de tegenstander spelen. Indien de shuttle lager is dan het net mag de achterspeler ook de shuttle in het voorste gedeelte van het speelveld in de richting van het speelveld van de tegenstander spelen.

Na elke set wordt er van speelhelft gewisseld behalve in de beslissende set. Dan wordt er na 13 punten van kant gewisseld.

- Blocken

Dit is de actie die alleen door de voorste speler uitgevoerd kan worden. De handen komen hoger dan het net met als doel de shuttle direct terug te spelen. De handen mogen niet over het net komen.

Na een block mag er nog drie keer gespeeld worden. De speler die block mag daarna ook de shuttle voor de eerste keer spelen. De service mag niet worden geblockt.

- Time-out

Een team kan twee keer een time-out van 30 seconden aanvragen in een set. Er mag niet meer dan twee keer gewisseld worden per set.

- De teams

Een team bestaat uit maximaal 10 spelers en kan uit mannen en vrouwen bestaan. vijf spelers staan in

het veld en vijf zitten er op de bank. In mixt teams moeten minimaal 2 mannen en 2 vrouwen in het veld staan.

De vijf veldspelers staan als volgt opgesteld. Drie aan het net en twee in het achterveld. (zie figuur 1 onder speelveld/ materiaal (?)). Nadat er geserveerd is mogen de spelers vrij in het eigen speelveld rondlopen.

Speelveld/ Materiaal

- Het veld

Het veld is 6,10 meter breed en 16 meter lang. De aanvalslijnen lopen parallel op 3 meter van de middellijn.

De service zone is achter de achterlijn en wordt begrenst door de zijlijnen.

- Het net

Het net verdeelt het speelveld in tweeën en is tenminste 6,1 meter lang en 80 cm (niet wijder dan 1,20 meter) breed. Voor mannen hangt het midden van het net op 235cm, voor vrouwen op 220 cm en voor gemixt op 225 cm hoogte. De palen voor het net dienen tenminste 50 cm buiten de lijnen te staan.

Het net mag niet worden aangeraakt als er wordt gespeeld. Ook mag een speler niet over de middenlijn heen. Als dit wel gebeurt verliest het team de rally.

- De shuttle

Deze teamspeelvorm wordt met een shuttle met vier veren gespeeld. Kijk in onze winkel voor shuffles die geschikt zijn om deze spelvorm mee te spelen.

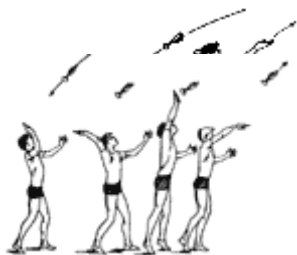
Moves

Hieronder is stapsgewijs beschreven hoe de bewegingen uitgevoerd moeten worden.

- De service

1. De shuttle wordt vastgepakt op de plek waar de veren met de "basis" verbonden zijn.
2. De shuttle wordt lager dan de heupen gehouden en het gewicht op de voorste knie geplaatst, de knie is gebogen.
3. De shuttle wordt met de vlakke andere hand geslagen.

- De grondslag



De grondslag wordt net zo uitgevoerd als de service met het verschil dat:

1. De shuttle nu wordt aangespeeld.
2. De speler volgt de vluchtbaan en beweegt met de vlakke hand naar de shuttle toe.

De slag wordt veel toegepast indien de shuttle op schouderhoogte aangespeeld wordt of als de shuttle heel hoog gespeeld moet worden.

- De boogslag

1. De shuttle wordt op hoofdhoogte aangespeeld.
2. De slaghand gaat langs het hoofd omhoog.
3. De shuttle wordt met de vlakke hand gespeeld.



De afstand die de shuttle aflegt is afhankelijk van de kracht die wordt gebruikt. Deze beweging wordt veel gebruikt als de shuttle op hoofdhoogte aankomt en als deze een grote afstand moet afleggen.

- De duwslag



1. De hand van de slagarm is vlak.
2. Vlak voor het moment dat de shuttle aangenomen kan worden gaat de speler licht door de knie.
3. Om vervolgens het been weer te strekken.

4. En direct daarna de hand te gaan strekken. De shuttle behoudt hierdoor de stijgend vluchtbaan

Deze slag wordt veel gebruikt om de shuttle over een korte afstand toe te spelen zodat voor de andere speler elke slag mogelijk is.

- De smash



De smash kan met of zonder sprong uitgevoerd worden. De smash is een gevaarlijke en directe aanval waarbij de shuttle goed kan worden geplaatst.

1. De shuttle komt boven hoofdhoogte aan.
2. De arm wordt naar achteren gehaald en maakt een beweging naar boven.
3. De shuttle wordt van boven naar beneden met vlakke hand geslagen.

- Het block



Om een smash af te weren kan er een block gevormd worden.

1. De knieën worden gebogen. En de armen op schouderhoogte gehouden.
2. Er volgt een krachtige twee benige sprong naar boven.
3. De armen worden gestrekt en de handen met gespreide vingers gaan richting de naderende shuttle.