

SQUASH jest grą bardzo dynamiczną, która ogólnie mówiąc polega na odbijaniu piłki od przedniej ściany na przemian przez dwóch zawodników. Podstawowe zasady gry w squasha są dość proste. Grę rozpoczyna zagranie serwisowe. O tym, który z zawodników ma rozpocząć zagrywkę decyduje losowanie zwykle wykonywane przez obrót rakiętą.

SERWIS

Zwyczajna losowania może wybrać, z którego pola serwisowego zacznie grę. Serwujący zagrywa piłkę naprzemiennie raz z lewego raz z prawego pola serwisowego aż do momentu utraty punktu, po którym następuje zmiana serwującego. W kolejnych setach pierwszym serwującym jest gracz, który wygrał poprzedniego seta.

Aby serwis był prawidłowy, co najmniej jedna noga serwującego musi dotykać pola serwu. W zagraniu serwisowym piłka musi dotknąć przedniej ściany powyżej linii serwisu i po odbiciu od niej trafić w pole gracza odbierającego, chyba że odbierający zdecyduje zagrać piłkę bezpośrednio z powietrza.

Aby serwis był udany musisz:

- zagrać piłkę tak, aby odbiła się ona od przedniej ściany pomiędzy liniami autowymi
- zagrać piłkę tak, aby trafiła na pole serwisowe Twojego przeciwnika
- mieć przynajmniej jedną nogę w polu serwisowym
- zagrać tak aby piłka przed odbiciem się od jakiegokolwiek ze ścian najpierw dotknęła ściany przedniej

Serwis nie będzie prawidłowy gdy:

- piłka trafi jakkolwiek ze ścian lub podłogę zanim trafi w ścianę przednią
- piłka trafi w aut

Trafienie w czerwoną linię autową w squashu zawsze oznacza stratę a więc należy zagrywać poniżej linii autowych.

RETURN

Podczas serwu Twój przeciwnik może stać w dowolnym miejscu, o ile nie koliduje to z serwerem. Może zagrać piłkę zarówno po odbiciu od ścian, podłogi lub bezpośrednio z powietrza.

Odbierający przegrywa zagrywkę jeśli piłka zostanie odbita po podwójnym zetknięciu z podłogą, odbita zostanie rakiętą więcej niż raz lub gdy trafi poza linie autowe.

WYMIANA

Rozegranie piłki składa się z serwisu i wymiany. Po poprawnym serwisie piłka rozgrywana jest aż do momentu błędu któregoś z graczy. Gracz wygrywa daną piłkę jeśli przeciwnikowi nie uda się poprawnie zaserwować lub poprawnie zagrać piłki - piłka trafia w aut lub odbija się dwukrotnie od ziemi.

Squash jest sportem kontaktowym dlatego w trakcie gry występują sytuacje sporne takie jak przeszkadzanie, uniemożliwienie odbicia, zagranie piłką w przeciwnika lub w jego ubranie, rakiętę itp. Takie sytuacje rozstrzyga sędzia przyznając let lub stroke. Najważniejszą zasadą o której należy pamiętać podczas gry mówi: nigdy nie zagrywaj jeśli zachodzi ryzyko uderzenia rakiętą lub piłką przeciwnika. Bezpieczeństwo przede wszystkim!

PUNKTACJA

W squashu gramy do 11 punktów. Każda wymiana to jeden punkt, niezależnie od tego kto serwował, a więc jeśli serwujesz i zagraasz błędnie, Twój przeciwnik otrzymuje punkt a następnie przejmuje serw. Wygrywa zawodnik który pierwszy osiągnie 11 punktów (przy wyniku 10:10 - do dwóch punktów przewagi).

Mecz prowadzony jest do 3 lub 2 wygranych setów.

Źródło: <http://www.squash360.pl>