

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ

ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΠΡΟΤΑΣΕΩΝ

ΕΠΙΤΡΟΠΗ

- 1. ΒΑΡΔΑΚΗΣ ΚΩΣΤΑΣ**
- 2. ΛΑΚΗΣ ΖΩΗΣ**
- 3. ΠΑΛΗΟΚΩΣΤΑΣ ΑΛΕΞΙΟΣ**
- 4. ΤΟΥΛΙΟΣ ΘΑΝΑΣΗΣ**
- 5. ΧΡΙΣΤΟΦΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ**
- 6. ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ**
- 7. ΜΑΡΓΑΡΙΤΑΚΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ**
- 8. ΛΥΜΠΕΡΗΣ ΚΩΣΤΑΣ**

ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2005

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (1)

ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

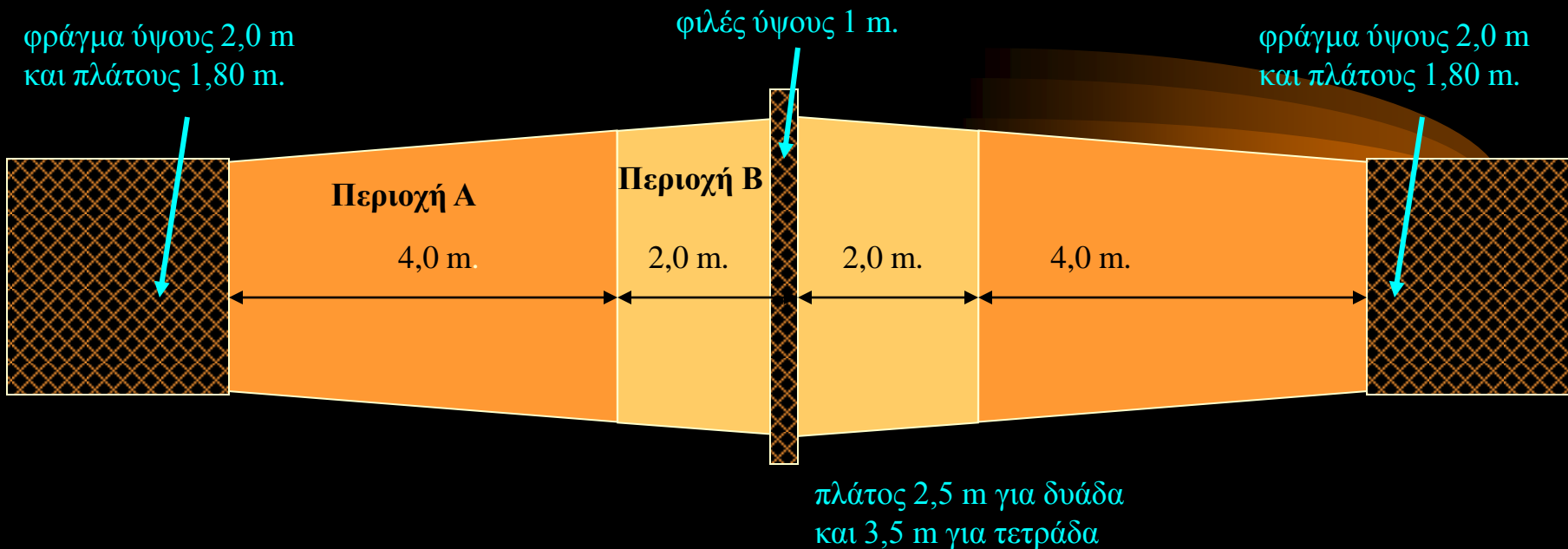
Πετράκης	Ξυλορακέτα *
ΑΟΡΑΑ (1)	Αντισφαίριση Ξυλορακέτας
ΑΟΡΑΑ (2)	Αντισφαίριση Ξυλορακέτας
Γιώργος Μπαλαμάτσι ας	Ξυλορακέτα *
Λεωνίδας Κανέλλος	Raketa do = o δρόμος της ρακέτας
Γιάννης Σταματάκης	Beach racket ball, αντισφαίριση
Λάκης Ζώης	Beach racket ή Racket ball
Μανώλης Σαΐνης	Ρακέτα *
Αναστάσιος	Ξυλορακέτα

Με * σημαίνει ότι το όνομα βγήκε
από τα συμφραζόμενα

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (2)

ΓΗΠΕΔΑ

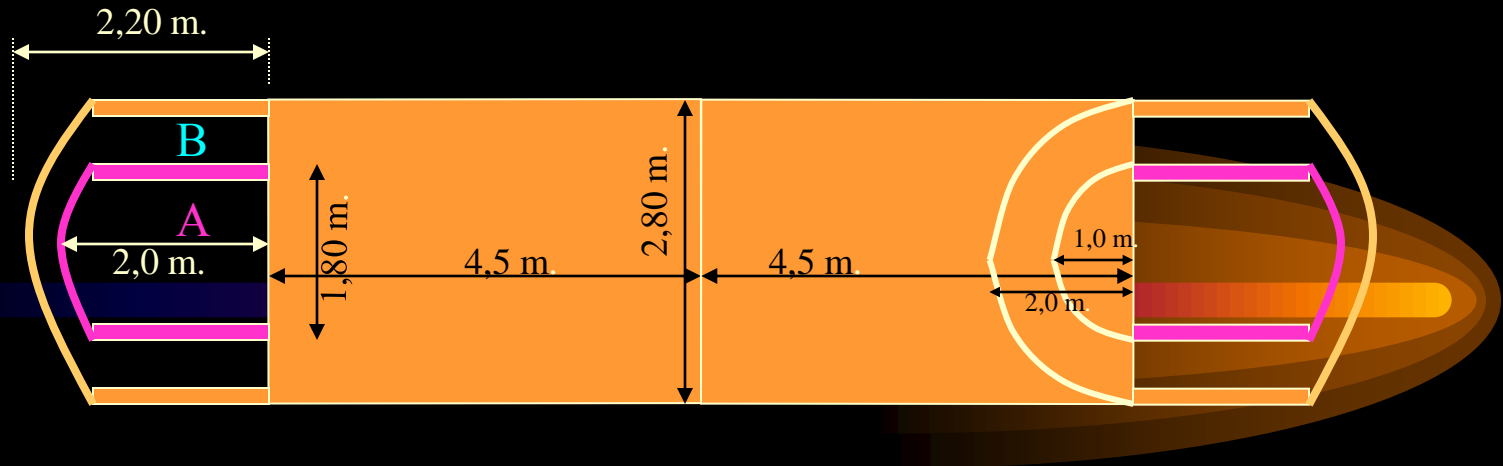
Πετράκης



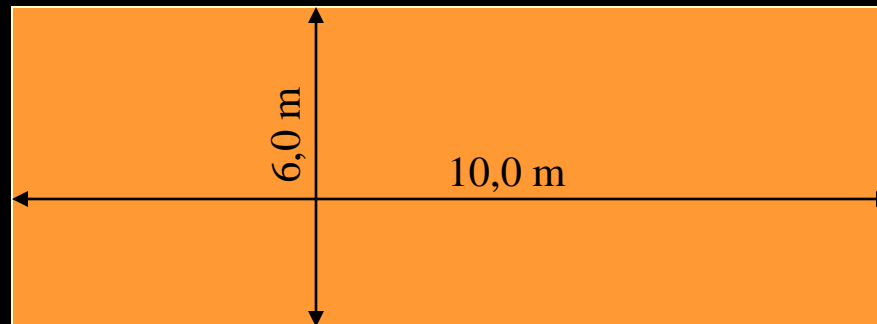
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (3)

ΓΗΠΕΔΑ

ΑΟΡΑΑ (1)



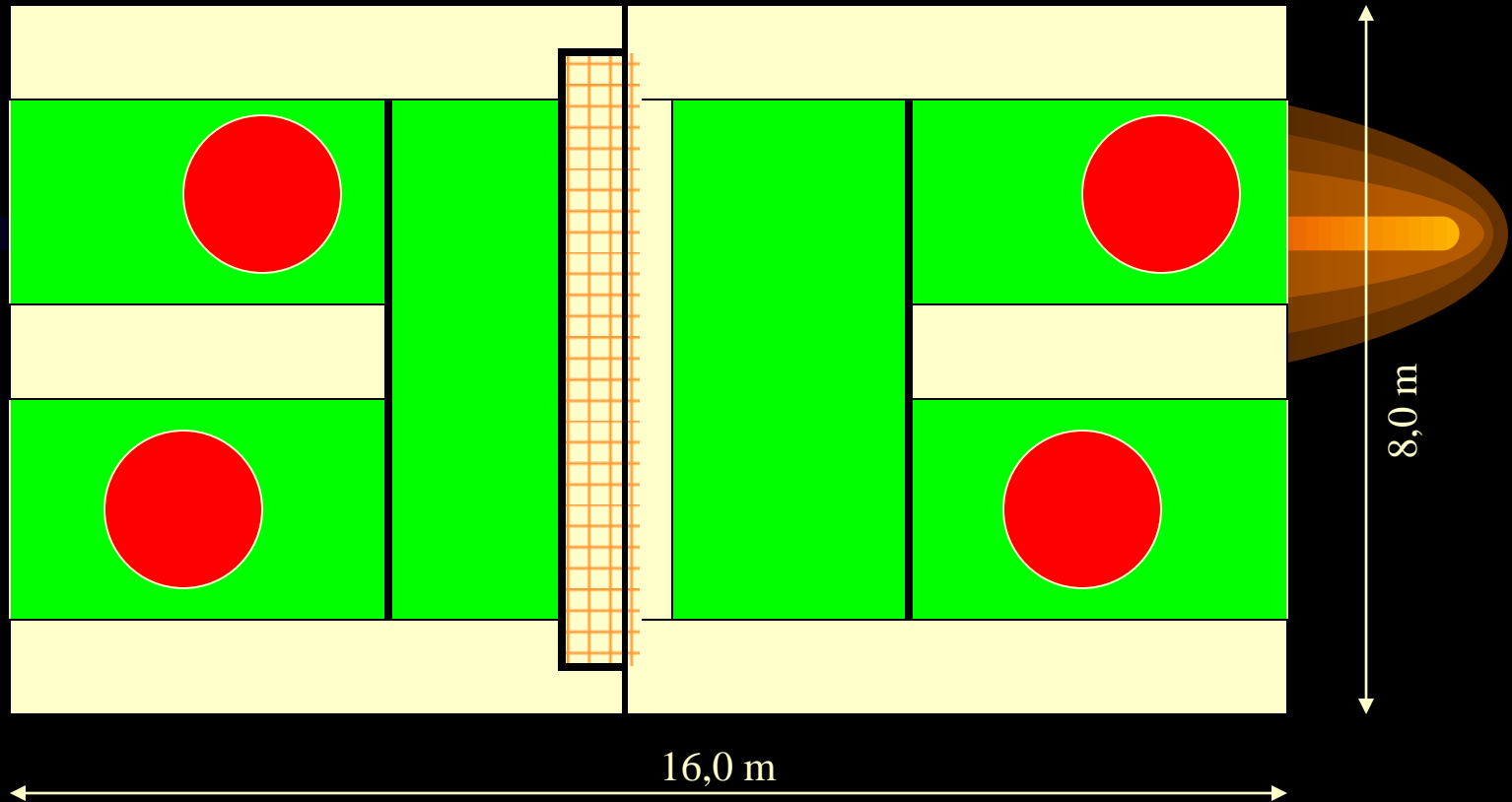
ΑΟΡΑΑ (2)



ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (4)

ΓΗΠΕΔΑ

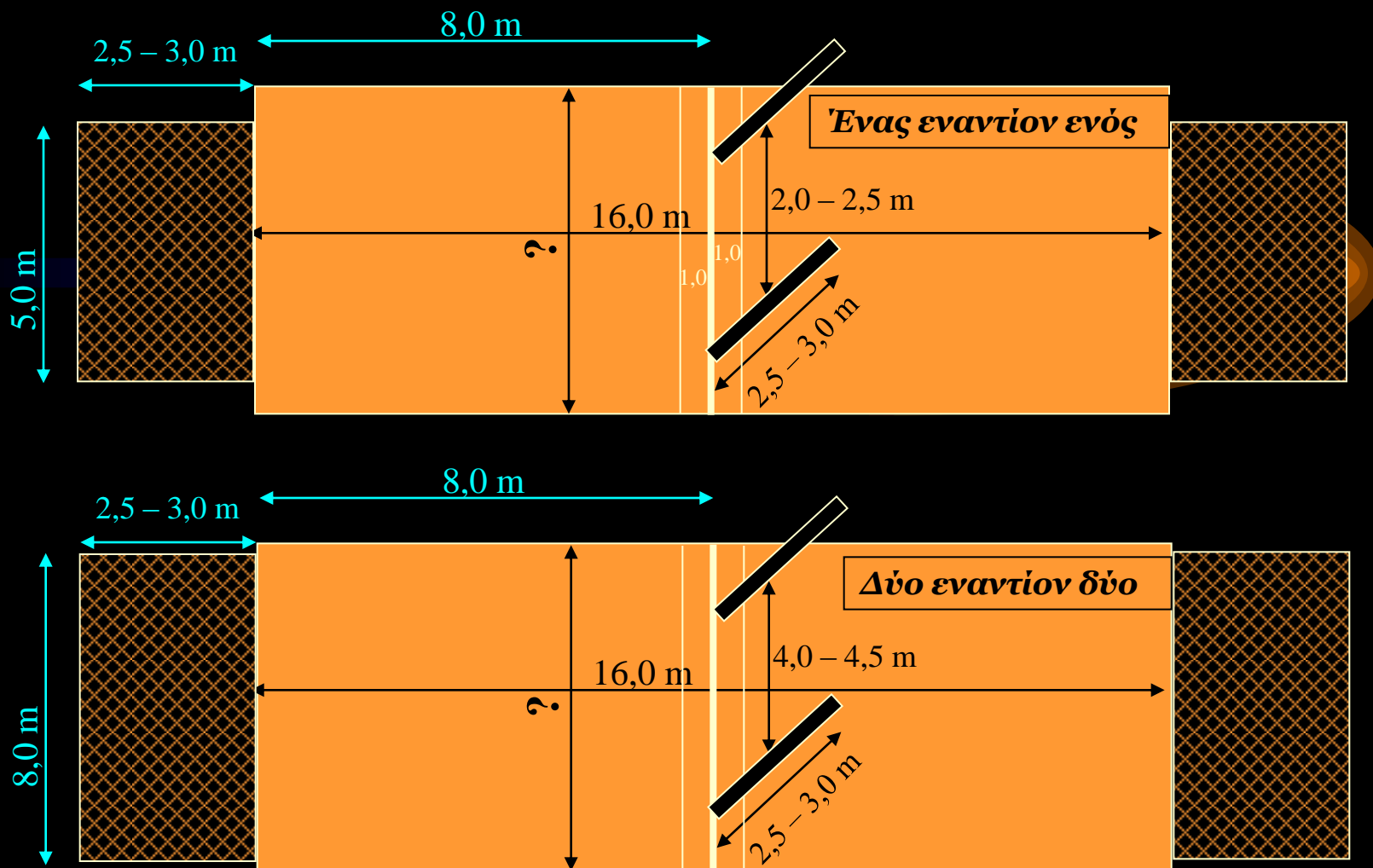
ΜΠΑΛΑΜΑΤΣΙΑΣ



ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (5)

ΓΗΠΕΔΑ

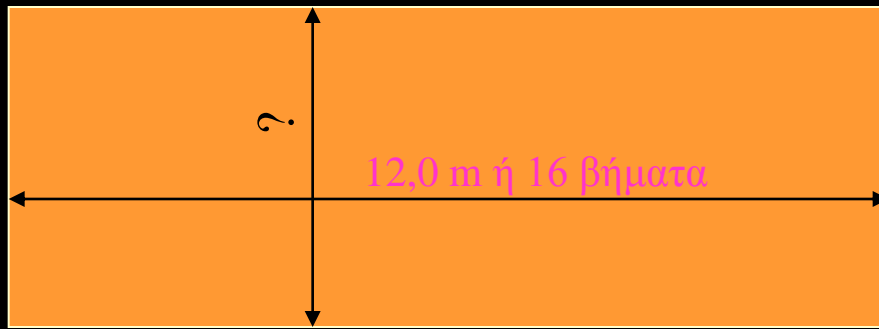
ΣΤΑΜΑΤΑΚΗΣ



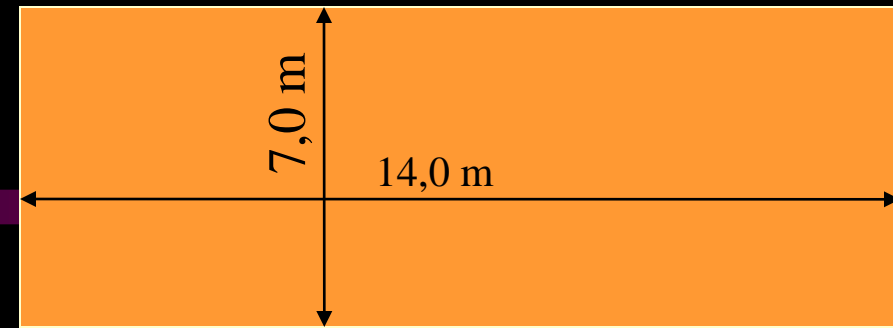
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (6)

ΓΗΠΕΔΑ

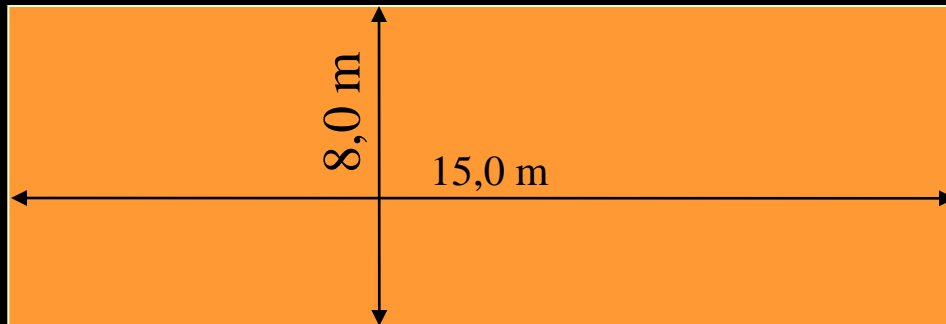
ΛΕΩΝΙΔΑΣ



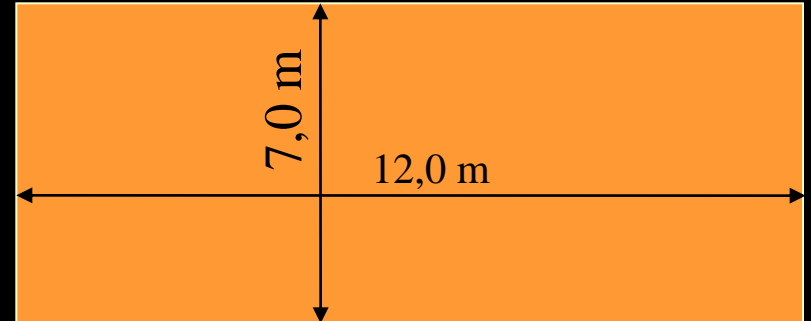
ΖΩΗΣ



ΣΑΙΝΗΣ – ΒΙΓΛΑΣ (15x15)



ΛΕΥΤΕΡΗΣ



ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (7)

**ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΧΩΡΟΥ ΑΘΛΗΣΗΣ
(ΓΗΠΕΔΑ,
ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ,
ΕΔΑΦΟΣ ΚΛΠ.)**

Πετράκης	~ 12 x 2,5 (3,5 για τετράδα) με μεσαία περιοχή 4 x 2,5 και φράγματα στα άκρα, άμμος
ΑΟΡΑΑ (1)	~ 9 x 2,80 με τέρματα σε έδαφος
ΑΟΡΑΑ (2)	~ 10 x 6 σε έδαφος, άμμος
Μπαλαματσίας	~ 16 x 8 με κύκλους Ø 2,5, όλα τα είδη
Λεωνίδας	12 μέτρα ή 16 βήματα, άμμος
Σταματάκης	~ 16 x 8 με χώρισμα στα 8 μέτρα. Στα άκρα γκολπόστ. Χωρίς φιλέ. Γρασίδι, Ταρτάν, άμμος
Ζώης	~ 14 x 7, όλα τα είδη
Σαϊνης	~ 15 x 8, άμμος
Βίγλας (Ράμπο)	Άμμος
Λευτέρης	~ 12 x 7 άμμος στη παραλία, πλαστικό ή άμμος σε κλειστό χώρο

Στις διαστάσεις είναι μήκος επί πλάτος σε μέτρα

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (8)

ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΑΙΚΤΩΝ
– ΣΥΝΘΕΣΕΙΣ –
ΤΡΟΠΟΣ
ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

Πετράκης	Ένας εναντίον ενός. Δύο εναντίον δύο *
ΑΟΡΑΑ (1)	ανταγωνιστική
ΑΟΡΑΑ (2)	Δυάδα ή τετράδα
Μπαλαματσίας	Τετράδα ή δύο εναντίον δύο
Λεωνίδας	Ένας εναντίον ενός ή δύο εναντίον δύο
Σταματάκης	Ένας εναντίον ενός ή δύο εναντίον δύο
Ζώης	Δυάδα ή τετράδα + 1 αναπληρ.
Σαϊνης	Δυάδα ή τετράδα
Βίγλας (Ράμπο)	Δυάδα ή τετράδα *(ελεύθερο παιχνίδι)
Λευτέρης	Δυάδα ή τετράδα + 1 αναπληρ.

Με * σημαίνει ότι εννοείται από τα συμφραζόμενα

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΠΑΚΕΤΑΣ (9)

ΗΛΙΚΙΑ ΠΑΙΚΤΩΝ

Πετράκης	
ΑΟΡΑΑ (1)	
ΑΟΡΑΑ (2)	Παίδων / εφήβων ≤ 20 ετών Δ/Τ Ανδρών 21 – 55 Δ, Γυναικών 21 – 55 Δ Μεικτές αντίστοιχα, Βετεράνων > 55 Δ/Τ
Μπαλαματσίας	
Λεωνίδας	
Σταματάκης	
Ζώης	
Σαΐνης	
Βίγλας (Ράμπο)	
Λευτέρης	Νέων ≤ 30 ετών Δ/Τ Ενηλίκων 31 – 50 Δ/Τ, Μεικτό Δ/Τ, Βετεράνων > 50 Δ/Τ, Ανοιχτό χωρίς όριο ηλικίας

Δ/Τα = Δνάδες / Τετράδες

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (10)

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ (ΡΑΚΕΤΑ, ΜΠΑΛΑΚΙ, ΕΜΦΑΝΙΣΗ)

Πετράκης	
ΑΟΡΑΑ (1)	
ΑΟΡΑΑ (2)	Μαγιό, φανέλλα με όνομα παίκτη και όνομα συλλόγου, 2 ρακέτ + μπαλ
Μπαλαματσίας	Σορτς, Μπλουζάκι
Λεωνίδας	
Σταματάκης	Ρακέτα θαλάσσης, μπαλάκι του τένις, εμφάνιση σαν του Beach tennis.
Ζώης	Μαγιό, φανέλλα με όνομα παίκτη και όνομα συλλόγου
Σαϊνης	
Βίγλας (Ράμπο)	Φανελάκι - Μαγιό
Λευτέρης	Ρακέτα 42 cm μήκος 25 cm πλάτος, οποιαδήποτε μορφή αλλά εντός των διαστάσεων, μπαλάκι οι γνωστές μάρκες. Αθλητική ενδυμασία.

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΠΑΚΕΤΑΣ (11)

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

Πετράκης	
ΑΟΡΑΑ (1)	
ΑΟΡΑΑ (2)	Δυάδες 15 min, Τετράδες 20 min
Μπαλαματσίας	
Λεωνίδας	Ενας εναντίον ενός: 3 σετ των 7 min Δύο εναντίον δύο: 3 σετ των 10 min
Σταματάκης	Για μη ανταγωνιστικό παιχνίδι. Μονό 15 min, Διπλό 20 min
Ζώης	Δυάδες 15 min, Τετράδες 40 min
Σαϊνης	min Δ 25, T 35
Βίγλας (Ράμπο)	Δ 15, T 20
Λευτέρης	Τετράδες: A 40, N 20, Γ-M – B 30 min Δυάδες: A 40, N 20, Γ-M 30, B 20 min

Με * σημαίνει ότι εννοείται από τα συμφραζόμενα

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (12)

ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

Πετράκης	Δύναμη, ταχύτητα, δυσκολία, θέαμα
ΑΟΡΑΑ (1)	
ΑΟΡΑΑ (2)	Άμυνα, επιθέσεις, θέαμα, πτώσεις (μπάλλας), διάρκεια, ποικιλία και θέση κτυπημάτων
Μπαλαματσίας	
Λεωνίδας	Επίθεση, άμυνα, στρώσιμο, σώσιμο, οργάνωση
Σταματάκης	Δύναμη, εναλλαγή κτυπημάτων *
Ζώης	Διάρκεια, δύναμη, θέαμα
Σαϊνης	Θέαμα, δύναμη, τεχνική, κίνηση, ομαδικότητα, άμυνα, επίθεση
Βίγλας	Δύναμη, ταχύτητα, θέαμα, ποικιλία, δύσκολες φάσεις, βουτιές
Λευτέρης	Τεχνική, ταχύτητα, δυναμική, θέαμα, πτώσεις μπάλας

Με * σημαίνει ότι εννοείται από τα συμφραζόμενα

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (12)

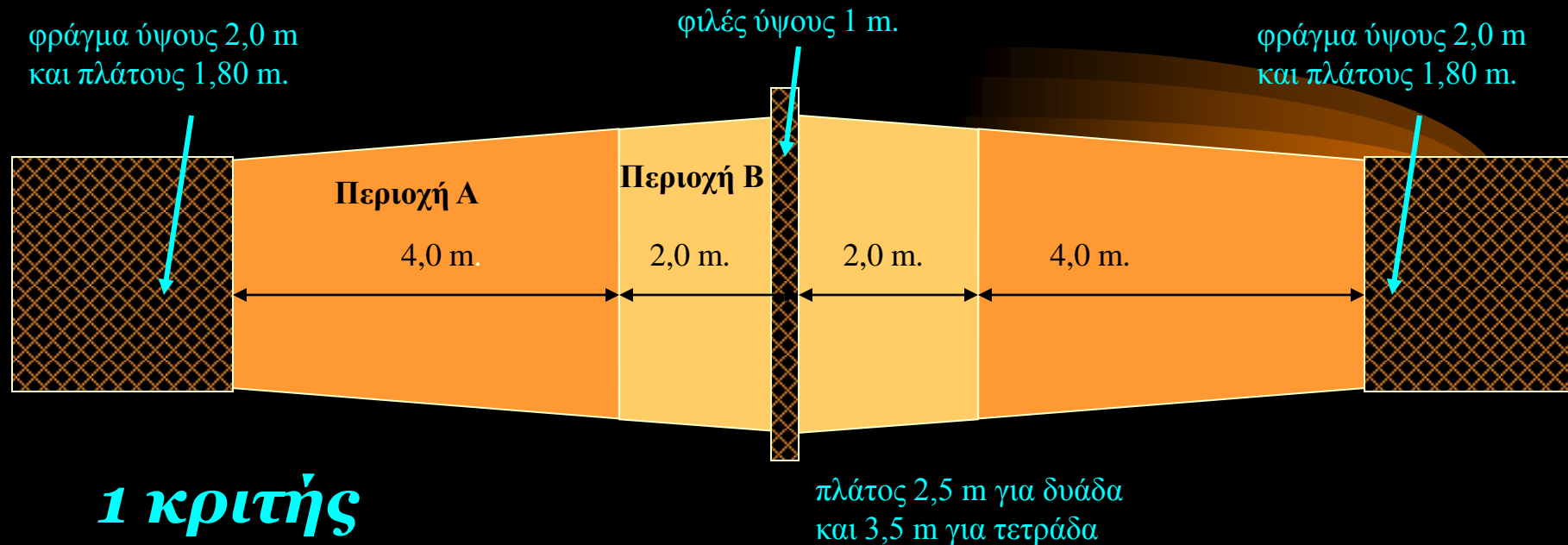
ΔΙΑΦΟΡΑ

Πετράκης	
ΑΟΡΑΑ (1)	
ΑΟΡΑΑ (2)	Συμπεριφορά αθλητών – Προϋποθέσεις συμμετοχής
Μπαλαματσίας	
Λεωνίδας	Ονομασία αγώνων «Αλεξάνδρεια»
Σταματάκης	Τριπλά κτυπήματα σε μη ανταγωνιστική ρακέτα
Ζώης	
Σαϊνης	Η τετράδα επιλέγει σε τι απόσταση θα παίξει
Βίγλας (Ράμπο)	Ποιες μέρες να διεξάγονται οι αγώνες
Λευτέρης	Διαχωρισμός αγώνων, ένσταση για τη βαθμολογία

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (13)

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

Πετράκης

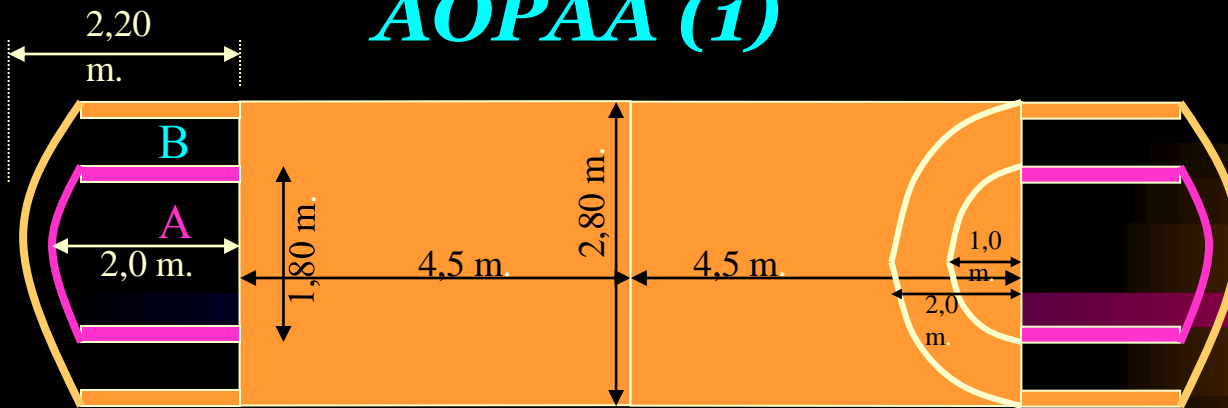


Ο παίκτης υποχρεούται να κινείται μόνο στη περιοχή Α. Αν το μπαλάκι περνάει έξω από τα τέρματα θα είναι άουτ (σφάλμα γι αυτόν που το πέταξε). Ομοίως αν πέφτει εντός της περιοχής Β. Αν πέσει στη περιοχή Α είναι επίσης σφάλμα αλλά για τον παίκτη της περιοχής Α που έπεσε το μπαλάκι. Αν ο ένας παίκτης είναι κοντά στη περιοχή Β και ο άλλος του στείλει το μπαλάκι ψηλοκρεμαστά στο τέρμα τότε τιμωρείται αυτός που το έστειλε.

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (14)

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

ΑΟΡΑΑ (1)



A = περιοχή επίθεσης

B = περιοχή άμυνας

-αν το καρφί περάσει στο A: 3 πόντοι υπέρ επιτιθέμενου

-αν το καρφί περάσει έξω από το A: 1 πόντος υπέρ αμυνόμενου

-αν το καρφί περάσει έξω από B : 1 πόντος για αυτόν που δέχεται το μπάλακι

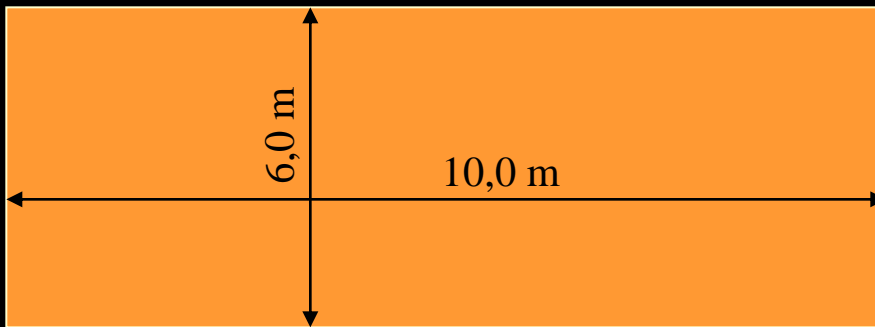
-Κτύπημα σώματος κάτω από τη μέση: 5 πόντοι υπέρ επιτιθέμενου

-Κτύπημα σώματος πάνω από τη μέση: 10 πόντοι υπέρ επιτιθέμενου

Παιχνίδι τελειώνει με 2 νικηφόρα σετ.

Κάθε σετ 21 πόντους

ΑΟΡΑΑ (2)



Αφαίρεση ενός πόντου κάθε 10 πτώσεις μπάλας. Αν π.χ. 57 πτώσεις αφαίρεση 6 πόντους (στρογγύλευση). Αν 54 τότε 5.

-Άμυνα: 30 βαθμοί

-Επίθεση: 30 βαθμοί

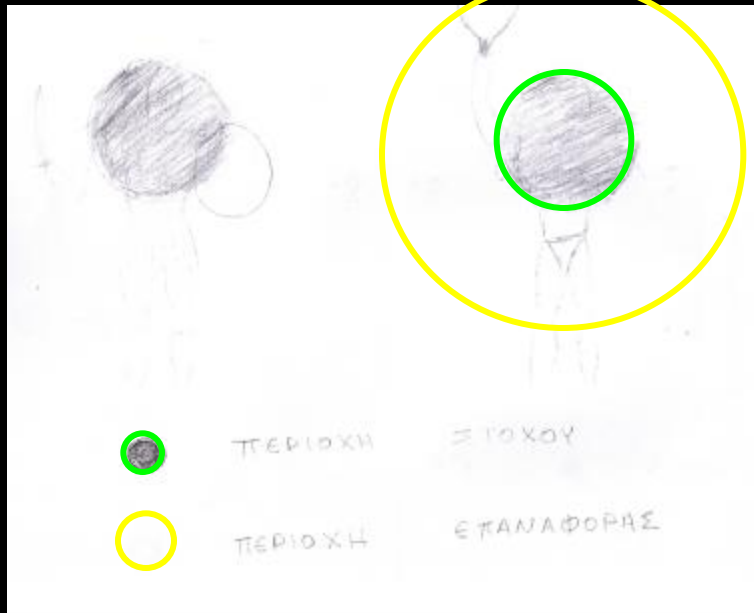
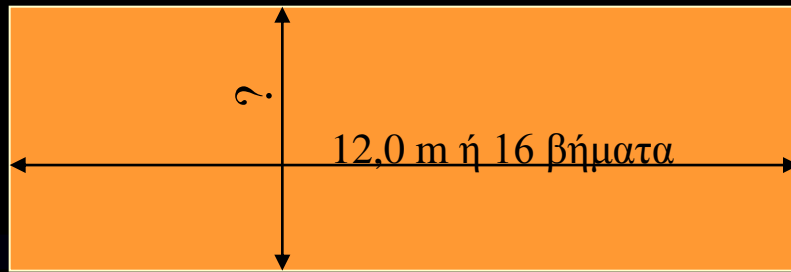
-Θέαμα : 40 βαθμοί

Κριτές: 7μελής επιτροπή

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (14)

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

ΛΕΩΝΙΔΑΣ



Επίθεση: Εκδηλώνεται από όλη τη περιφέρεια και μετράνε μόνο τα καρφιά που βρίσκουν τη περιοχή στόχου.

Άμυνα: Από όλη τη περιοχή επαναφοράς και μετράνε μόνο όταν η μπάλα επιστρέφεται στη περιοχή επαναφοράς

Στρώσιμο: όταν σβήνεται η ένταση του καρφιού και επιστρέφεται στρωμένη για να καρφώσει ο αντίπαλος

Σώσιμο της μπάλας: όταν η μπάλα θεωρείται χαμένη και σώζεται

Οργάνωση παιχνιδιού: ο έλεγχος του χρόνου, του χώρου, της κίνησης, για την εκπλήρωση όλων των ανωτέρω.

Όποιος τα κάνει όλα αυτά με άψογο τρόπο είναι ο τέλειος αθλητής.

Στη δύαδα ποτέ δεν καρφώνεται αυτός που στρώνει.

Μονομαχία: 3 σετ των 7 min. 2 παύσεις των 60".

Δυάδες: 3 σετ των 10 min. 2 παύσεις των 60".

Ο αγώνας ξεκινάει με κλήρωση. Ο αθλητής που κερδίζει αρχίζει με επίθεση από τη περιφέρεια του γηπέδου. Κάθε μπάλα αρχίζει με τον ίδιο τρόπο εναλλάξ.

Σε περίπτωση ισοπαλίας δίνεται 1 μπάλα σε κάθε αθλητή. Σε εκ νέου ισοπαλία 1 μπάλα τελευταία σε αυτόν που έχει τις λιγότερες.

4 κριτές, 1 επόπτης, γραμματεία

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (15)

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

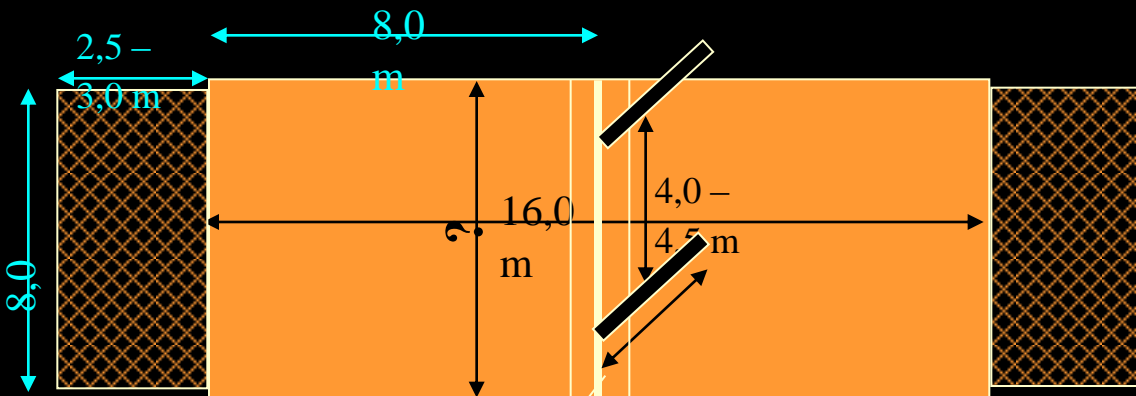
ΣΤΑΜΑΤΑΚΗΣ

Η μπάλα πρέπει να περνάει μέσα από τις δοκούς στο κέντρο του γηπέδου αλλιώς θεωρείται άουτ και εφόσον στη συνέχεια είναι μέσα στο γκολπόστ ή κτυπήσει στη δοκό του είναι πόντος όπως στο τένις, 15-0, κλπ. 40-0 game.

Στη περιοχή του ενός μέτρου δεξιά και αριστερά της κεντρικής γραμμής, οι παίκτες έχουν το δικαίωμα να μη εισέρχονται, αλλά και αν εισέλθουν ελάχιστα μέσα να μην υπάρχει ποινή.

Όταν η μπάλα στην άμυνα ή στην επίθεση περάσει πάνω από τα 3,5 μέτρα των δοκών που είναι στη μέση του γηπέδου και γίνει πόντος, είναι έγκυρο.

Όταν η μπάλα πέσει στη περιοχή, τότε για να είναι πόντος πρέπει να περάσει το γκολπόστ ή να κτυπήσει τους δοκούς (που για μας αυτή είναι η περιοχή του παίκτη) όχι να κτυπήσει έδαφος και μέσα, δηλαδή σηκώσαμε το τεραιν και το μεταφέραμε στο ύψος των γκολπόστ. Όλες οι μπάλες που πέφτουν στο υπόλοιπο έδαφος είναι έξω.

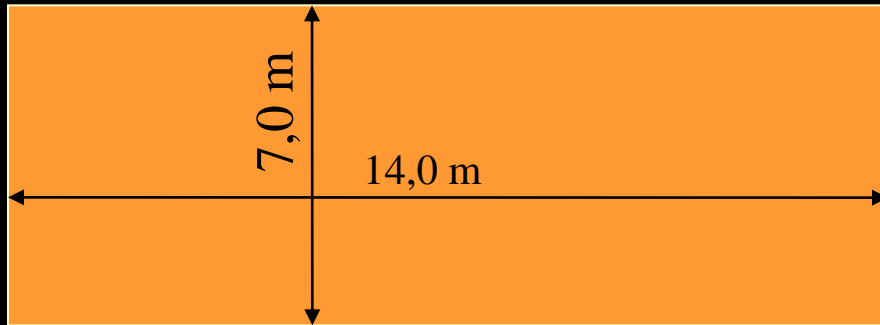


Περιοχή 1,0 m δεξιά και αριστερά της κεντρικής γραμμής

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (16)

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

ΖΩΗΣ



3 διαιτητές, 1 επιδαιτητής

Διάρκεια:

Καθορίζεται από τις πτώσεις της μπάλας. Η ομάδα με τις λιγότερες πτώσεις θα είναι η καλύτερη.

Δύναμη:

Ανοιχτά χέρια και όχι κρατημένα για να υπάρχει διάρκεια. Εδώ η μέτρηση γίνεται με σημεία που καταγράφονται από τους διαιτητές. Το σημείο μετράει από τον επιδαιτητή όταν σε μια δυνατή φάση ο διαιτητής σηκώσει το κόκκινο σημαιάκι και ο άλλος διαιτητής μέσα σε 3" σηκώσει το δικό του κόκκινο σημαιάκι. Η ομάδα με τα περισσότερα σημεία θα είναι η πιο δυνατή.

Θέαμα:

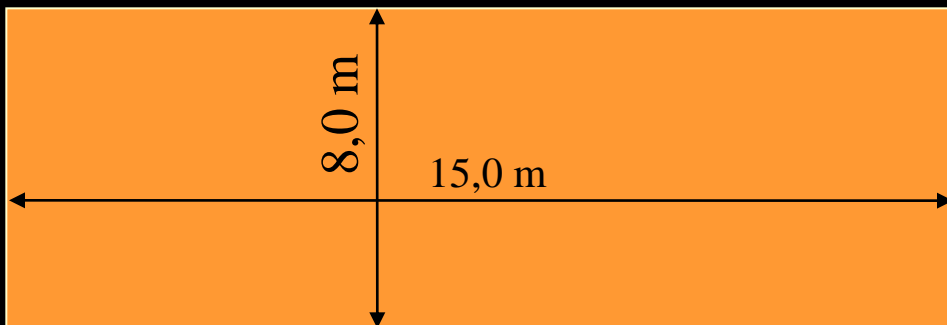
Δύσκολες άμυνες, θεαματικές πτώσεις, επιθέσεις με εντυπωσιακό τρόπο, αντίκαρφα, εναλλαγές παικτών, αλληλοκαλύψεις. Εδώ ανάλογα όπως πριν οι δύο διαιτητές πρέπει να σηκώσουν το μπλε σημαιάκι για να δώσει ο επιδαιτητής σημείο. Η ομάδα με τα περισσότερα σημεία θα είναι η πιο θεαματική.

Προσθέτοντας τα σημεία της δύναμης και του θεάματος σε συνδυασμό με τις λιγότερες πτώσεις της μπάλας, έχουμε τη καλύτερη ομάδα.

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (17)

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

ΣΑΙΝΗΣ



Όλοι οι όροι θα έχουν επιστέγασμα πόσες φορές θα υπάρξει πτώση της μπάλας, ανεξάρτητα από πού προέρχεται.

Οι κριτές θα κρατούν ταμπελάκι. Από 1 – 20 για την τεχνική την δύναμη και την ομαδικότητα.

Άμυνα, επίθεση και πέσιμο μπάλας με ξεχωριστή βαθμολόγηση.

Θα γράφονται και από τους κριτές και από την επιτροπή.

3 κριτές

1ος τεχνική κι επίθεση

2ος ομαδικότητα και άμυνα

3ος κίνηση και δύναμη

ΒΙΓΛΑΣ

Δύναμη – ταχύτητα – (επίθεση): 20 βαθμοί

Άμυνα: 20 βαθμοί

Θέαμα – ποικιλία: 20 βαθμοί

Δύσκολες φάσεις – βουτιές: 20 βαθμοί

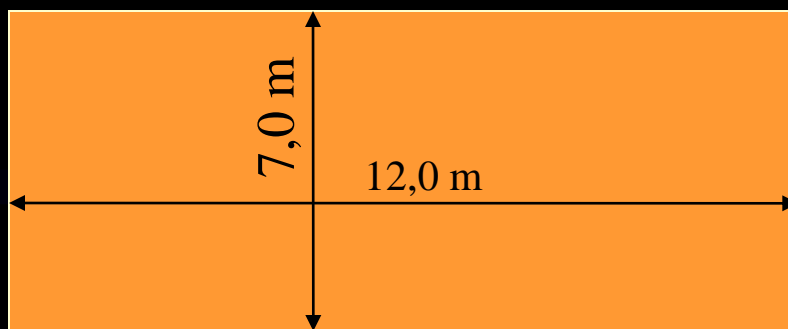
Λάθη: κάθε 10 πτώσεις ή 10 άουτ αφαιρείται 1 βαθμός από το σύνολο των παραπάνω βαθμών.

5 ή 7 κριτές ίσως και 9

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (18)

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

ΛΕΥΤΕΡΗΣ



5 κριτές

Η βαθμολογία θα είναι μεν ομαδική αλλά θα προκύπτει από τον μέσο όρο του κάθε παίκτη ξεχωριστά στους επιμέρους τομείς. Η βαθμολογία θα είναι κλιμακωτή με βάση το 4 έως και το 10 δηλαδή 4 - 4,5 - 5 - 5,5 10.

Αντικειμενικός σκοπός το fair play ως εκ τούτου σημαντικό ρόλο παίζει το θέαμα. Θα ορίζεται με ειδική διαγράμμιση ΝΕΚΡΗ ΖΩΝΗ εντός της οποίας απαγορεύεται το κάρφωμα με ποινή για όποιον το κάνει.

* Κατά τον Μπαλαματσία 4 κριτές και 1 διαιτητής

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΡΑΚΕΤΑΣ (18)

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

ΛΕΥΤΕΡΗΣ

1ος παίκτης

Τεχνική

Ταχύτητα

Δυναμική

Θέαμα

Πτώσεις

2ος παίκτης

Τεχνική

Ταχύτητα

Δυναμική

Θέαμα

Πτώσεις

3ος παίκτης

Τεχνική

Ταχύτητα

Δυναμική

Θέαμα

Πτώσεις

4ος παίκτης

Τεχνική

Ταχύτητα

Δυναμική

Θέαμα

Πτώσεις