

## A. Ihrisko

Podkladom môže byť akýkoľvek rovný povrch (palubovka, tráva, antuka, umelé krytiny). Ihrisko má tvar obdĺžnika rozdeleného sieťou (volejbalová sieť, špagát s vlajočkami, ...) s týmito odporúčanými rozmermi :

a / veková kategória od 15 rokov

rozmer 8×18 m, výška siete 243 cm (rovnako ako volejbal) -pre jednotlivcov

rozmer 9×18 m, výška siete 243 cm – pre dvojice a trojice

b / veková kategória od cca 12 rokov

rozmer 8 x 16 m, výška siete 243 cm

c / veková kategória do 12 rokov

6×12 m, výška siete 200 cm

- Šírka pri použití vonkajšieho prenosného ihriska by mala byť 2 – 5 cm, pričom by čiary nemali byť pretočené. V telocvični vyhovuje existujúce ihrisko.
- Pri hre pod holým nebom odporúčame postavenie ihriska tak, aby hráči neboli oslepení slnkom.
- Výška siete sa meria v strede a sieť by mala byť dobre napnutá. Jej stojany by nemali zasahovať do ihriska.

## B. Krúžok

1. K hre je potrebné mať k dispozícii dutý gumenný krúžok s vonkajším priemerom 170 mm a hmotnosťou aspoň 165 g.
2. Jednotlivci hrajú s jedným krúžkom, dvojice a trojice s dvomi krúžkami súčasne. Každý krúžok sa počíta za bod.
3. Krúžok sa chytá ľubovoľnou rukou, spracovať a odhodiť sa však musí tou istou rukou, ktorou bol chytený.
4. Krúžok sa nesmie prechytiť zruky do ruky, a ani nadhodiť v ruke.
5. Chytenie krúžku je platné len v dotyku s prstami (nesmie sa navličiť na ruku tak, že nie je v dotyku aspoň s jedným prstom).
6. Krúžkom držaným v ruke nie je dovolené dotýkať sa akejkoľvek časti svojho tela, tela spoluhráča, ihriska, tyče napínajúcej sieť a ani časti svojho odevu.
7. Krúžok sa nesmie valiť počas letu (robiť kotúle).
8. Krúžok nesmie letieť zvisle smerom k letu (kolmo na sieť a kolmejšie ako pod uhlom 45 stupňov). Rozhodujúcimi okamihmi pre určenie sklonu krúžku, je okamih opustenia ruky a let nad sieťou.
9. Čiary patria k ihrisku a krúžok, ktorý padne na čiaru (i malou časťou zvonku) sa hodnotí ako dobrý (čiara sa pohne).

## C. Začiatok hry

1. Podáva sa z ľubovoľného miesta spoza zadnej čiary vlastnej polovice ihriska.Ringo\_2
2. Jednotlivci začínajú podaním jedného z hráčov, prvý podáva nasadený hráč (v rozpise je zapísaný ako prvý).
3. Pri hre s dvomi krúžkami sa podáva na dohodnutý signál súčasne o oboch strán (písknutie, tlesknutie, povel hra, ...).

4. Pri prečasnom alebo neskoršom podaní (týka sa hry dvojíc a trojíc), keď krúžky nie sú hodené súčasne na povel, rozhodca hru preruší, previnilca napomenie a podanie sa opakuje. Pri opakovanom previnení počas setu súper získava dva body.
5. Hráči sa na podaní menia po troch hrách. Ak sa hráči zabudnú vymeniť a rozhodca to zistí neskoro, nechá hráčov hru dohrať a vymenia sa dodatočne. Dosiahnuté body sa započítavajú a nasledujúci hráč podáva len 2x.
6. V dobe hodu musí byť aspoň jedna noha na zemi. Nie je dovolené hádzať z výskoku (to platí pre všetky hody počas hry).
7. Pristúpenie alebo prekročenie čiary v dobe podania znamená pre dotyčného stratu bodu.
8. Ak sa krúžok pri podaní dotkne siete a dopadne do ihriska nezávisle na druhom krúžku, podanie sa opakuje. Nasledujúce takéto podanie od toho istého hráča znamená preňho stratu bodu, pri hre s dvomi krúžkami – dvoch bodov. V prípade, že krúžok po dotyku siete padne mimo súperovho ihriska, počíta sa ako aut v hre.
9. Krúžok, ktorý je pri podaní hodený mimo ihriska, popod sieť alebo do stojana na sieť, znamená stratu bodu.
10. Čakacia doba k nástupu na zápas je 5 minút od vyhlásenia zápasu rozhodcom (družstvo, ktoré nanastúpi prehráva 0:15, prípadne 0:2).

## **D. Hra**

1. Set sa hrá do 15 bodov bez strát (jedno podanie 2:0, 1:1, 0:2). K víťazstvu je potrebný dvojbodový rozdiel (15:13, 16:14, ...). Po dosiahnutí 15 bodov pokračuje hra dovtedy, kým jedna strana nedosiahne dvojbodový rozdiel (pri hre s jedným krúžkom nie je potrebný dvojbodový rozdiel na víťazstvo).
2. Postavenie hráčov na ihrisku je ľubovoľné, chytať a odhadzovať krúžok je dovolené aj mimo ihriska, krúžok však musí letieť ponad sieť.
3. Hráč po chytení krúžku môže urobiť max. 1 krok.
4. Pokiaľ hráč chytí krúžok v behu smerom k sieti, môže urobiť maximálne 3 kroky do odhodovania krúžku a nesmie ich predlžovať.

5. Pokiaľ hráč chytí krúžok v behu smerom do strany alebo dozadu, môže sa po zastavení otočiť smerom k sieti (jeden krok), ale kroky nesmie predlžovať.
6. Pokiaľ chytí krúžok vo výskoku, môže sa dotknúť zeme nohou len dvakrát (obidvoma naraz alebo dopadnutím na jednu a položením druhej – krok).
7. Pri chytení krúžku v skoku a následnom páde sa hráč môže postaviť a potom krúžok odhodiť.
8. Čas držania krúžku je max. 5 sekúnd, pri hre s dvomi krúžkami sa čas počíta len od momentu, keď sú obidva krúžky v pokoji.
9. Nie je dovolené klamať rukou, v ktorej držíme krúžok (klamanie ostatným telom, voľnou rukou, očami a pod. je dovolené).
10. Sieť so stredovou čiarou tvoria tzv. “sklenenú stenu”, ktorá sa nesmie presiahnúť žiadnou časťou tela ani krúžkom (ani ponad sieť či do strán).

## **E. Hra dvojíc a trojíc**

1. Ak jeden krúžok počas hry spadne (alebo ho niektorý so súperov pokazí), hra pokračuje druhým krúžkom až po jeho dopadnutie na zem.
2. Pri hre dvojíc a trojíc musí každý hráč odohrať chytený krúžok cez sieť sám, nemôže prihrávať spoluhráčovi.
3. Krúžok môžu chytiť dvaja hráči naraz, spracovať a odhodiť ho môže iba jeden z nich.
4. Ak pri chytaní krúžok jednému z hráčov vypadne, môže ho chytiť on alebo jeho spoluhráč ešte raz ľubovoľnou rukou. Viac ako dva dotyky krúžku na jednej strane ihriska znamenajú stratu bodu.
5. Ak sa zrazia krúžky hodené z protiľahlých strán vo vzduchu (v ktoromkoľvek okamihu hry), hra sa opakuje. V prípade, že boli hodené z jednej strany, body stráca tá strana, ktorej krúžky padnú do ihriska.

Poznámka : V kategóriach detí do cca 10 rokov je možný aj väčší počet hráčov na ihrisku (4 – 6) v závislosti od ich fyzických predpokladov a zručností. Od momentu keď si deti začnú na ihrisku prekážať, môžeme začať ich počty redukovat'.

## Ďalšie tipy na príbuzné hry k ringu :

Ringo s lietajúcim tanierom

Hrá sa podľa pravidiel ringa s predpokladom využitia väčšej hracej plochy. Sieť možno nahradiť aj vyznačením priestoru na zemi medzi dvomi polovicami ihriska (napr. v šírke 6 m a pod.). Tento priestor plní funkciu siete.

Ringtennis

Hra obľúbená hlavne v Nemecku, kde pod hlavičkou Deutscher Turner-Bund (DTB) funguje značné množstvo súťaží (Bundesliga, rôzne regionálne ligy, turnaje). Môžeme tu nájsť niekoľko rozdielov oproti u nás známejšiemu ringu.

Krúžok : váha 225 – 250 g, plný (nie dutý)

Ihrisko : 12,20 x 3,70 m – pre jednotlivcov, 12,20 – 5,50 m – pre dvojice

Sieť : výška siete len 1,50 m

Hrací čas : ringtennis sa hrá na čas – 2 x 10 min.

Disciplíny : jednotlivci a dvojice – vždy hrajú iba s jedným krúžkom

Technika hry : – zakázané držanie krúžku v ruke – po chytení hneď odhodíť

– zakázané hádzať zvrchu – krúžok vždy musí letieť oblúkom

– autová čiara aj 90 cm pod sieťou