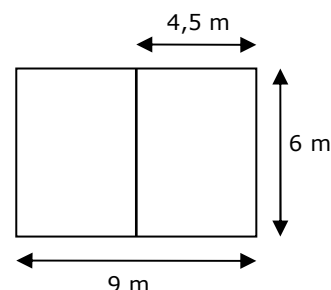


Niveau 4 – Tweede bal verplicht vanuit een vloeiende vanggooi of vangstoot beweging spelen

Leeftijd:	9 - 10 jaar
Aantal spelers:	4 spelers per team
Veldafmeting:	6 x 4,5 meter
Nethoogte:	2 meter



Veldafmeting

Naast het gebruik van de veldafmeting van 6 x 4,5 meter is het ook toegestaan om de buitenste zijlijnen van een badmintonveld te gebruiken en een achterlijn te trekken op 4,5 meter gemeten vanaf de middenlijn.

Doel

De spelers proberen de bal over het net bij de tegenstander in het veld op de grond te spelen. Het drie keer samenspelen is verplicht en de beginselen van de set-up worden aangeleerd.

Beginbal

Na het fluitsignaal van de scheidsrechter/spelleider moeten de spelers de bal verplicht onderhands van achter de (gehele) achterlijn over het net serveren, waarbij de bal het net mag raken. De speler die op de "mid-achter positie" (ruitopstelling en ankeropstelling) / "rechtsachter positie" (vierkantopstelling) komt, moet serveren.

Spelregels

1. Het team is verplicht de bal in drie keer te spelen.
2. Het eerste en het derde balcontact mogen met zowel de onderarmse als de bovenhandse volleybaltechniek gespeeld worden (niet vangen).



3. Het tweede balcontact vindt altijd plaats met een verplichte vloeiende en niet-onderbroken vanggooi- of vangstootbeweging. Deze kan op vier manieren uitgevoerd worden:
 - a. met gestrekte armen onderarms vangen en voorwaarts gooien
 - b. met gestrekte armen onderarms vangen en achterwaarts over het hoofd gooien
 - c. met gestrekte armen onderarms vangen en vanuit een hoek gooien.
 - d. met gestrekte armen boven het hoofd vangen, inveren en uitstoten. Voorwaarts en achterwaarts.

Cool Moves Volley

Spelregels 2013-2016

4. Tijdens de vanggooi- of vangstootbeweging mag de speler zich niet omdraaien.
5. Tijdens de vanggooi- of vangstootbeweging mag de speler niet lopen met de bal.
6. Tijdens de vanggooi- of vangstootbeweging mag de speler de bal maximaal twee seconden vasthouden (één seconde om te vangen en één seconde om te gooien). Dit om meer snelheid in het spel te houden en om de beweging vloeiend te houden.
7. De tweede bal mag niet over het net gegooid worden.
8. De opslag wordt verplicht onderhands uitgevoerd.
9. Na drie opslagbeurten achter elkaar door dezelfde speler, moet de ploeg aan opslag een plaats doordraaien en slaat de volgende speler op.
10. Indien een team uit meer dan vier spelers bestaat, moet er verplicht ingedraaid worden.
11. Het indraaien door een wisselspeler geschiedt altijd op de opslagplaats.
12. Er wordt niet meer doorgedraaid door het team dat de bal over het net speelde.
13. Smash uit stand, pushbal of smash in sprong is toegestaan.
14. Lijn en netfouten worden afgefloten conform de op dat moment geldende spelregels.
15. Blokkeren is niet toegestaan.

Telling

Rallypoint: elke fout levert een punt op voor de tegenstander.