



NETBALREGLEMENT SENIOREN 2020

Spelregels :

1. Er wordt gespeeld met volleyballen. Let op de juiste hardheid.
2. Nethoogtes: heren: 2m35 - dames: 2m24
3. De ploeg die als eerste op het wedstrijdbriefje staat vermeld (links van de scheidsrechter) staat links op het veld en vangt de wedstrijd aan.
4. Puntentelling tijdens het spel :
Er wordt gespeeld volgens het rallypuntsysteem m.a.w. : Elke fout levert een punt op voor de tegenpartij, eender wie aan opgooi is.
5. Opgooien van de bal :
 - ☐ Er dient met één hand onderhands te worden opgeworpen. Dus met een beweging van onder naar boven. De opworp gebeurt vanuit stand, maar één uitvalpas voorwaarts is toegelaten. Bij de wedstrijden wordt op 1,5 meter voor de achterlijn een extra lijn aangebracht met tape om de opgooi te vergemakkelijken. Op aanvraag bij de scheidsrechter kan deze afstand gewijzigd worden.
 - ☐ Een speler die opgooit moet duidelijk aangeven van welke opgooilijn hij/zij gebruik wil maken en mag deze lijn niet raken of overschrijden zolang hij/zij de bal vastheeft. Stilstaan!
 - ☐ *De hand van de opgooiarm mag zijdelings niet hoger dan het bekken zwaaien. (tenzij de speler, wegens blessure, dit aangeeft bij de scheidsrechter.*
6. Verandering van opgooien :
Dezelfde speler blijft opgooien tot die, volgens de scheidsrechter, een fout begaat die het balverlies tot gevolg heeft.

7. Fouten bij het opgooien :

De scheidsrechter zal de bal aan de tegenpartij toekennen als de **bal:**

- a) het net, het plafond of de antenne raakt (Scheidsrechter legt voor de opworp best de hand op de netband).
- b) niet over het net geraakt.
- c) over het net geraakt maar buiten de witte zijbanden (antennes).
- d) een ploegmaat raakt voor hij door de tegenstrever opgevangen wordt.
- e) buiten het speelveld terecht komt.

De scheidsrechter zal de bal aan de tegenpartij toekennen als de **speler:**

- a) de bal niet met één hand werpt.
- b) een maai-of zwaaibeweging maakt bij het werpen.
(1 waarschuwing bij twijfel). Indien, door letsel of onkunde dit niet mogelijk lijkt en hieruit geen voordeel wordt gehaald zal de scheidsrechter dit toelaten. De speler zal attent gemaakt worden om hierop te oefenen.
- c) tijdens het opgooien de werplijn betreedt of overschrijdt met 1 of 2 voeten en nog contact heeft met de bal. Bij het lossen van de bal moet men stilstaan.
- d) de bal langer dan *5 seconden* vasthoudt na het fluitsignaal. (1 waarschuwing, daarna punt en opworp door tegenploeg.)

*Indien de opworp gebeurt vóór het fluitsignaal (door bvb. omgevingslawai) is er geen spelsituatie en dus ook geen puntvoordeel voor de tegenploeg.

Dezelfde speler zal opnieuw opwerpen en rekening moeten houden met het fluitsignaal + opwerpgebaar van de scheidsrechter. (oogcontact).

8. Plaatswisseling van de spelers (rotatie) :

De scheidsrechter geeft dmw een draaigebaar met de arm aan als er moet worden doorgeschoven.

De ploeg die, na opslagwissel, de bal krijgt om op te gooien moet, vóór de opworp, kloksgewijs 1 plaats verder draaien. Indien een ploeg vergeet te roteren per vergissing, zal de scheidsrechter hiervoor geen punt aan de tegenploeg gegeven. De scheidsrechter gebruikt een eigen geheugensteuntje (bvb wedstrijdblad of pen links of rechts leggen vóór de opworp) en geeft aan of er al dan niet moet doorgedraaid worden. Als er toch een opworp, zonder rotatie plaatsvindt zal het spel gewoon doorgaan. *De plaatswissel gebeurt bij de volgende opworp met of zonder puntenvoordeel.*

Onderlinge verwisselingen van plaats tijdens de wedstrijd zijn *enkel toegelaten bij een blok*. De spelers blijven wel steeds in dezelfde volgorde op het veld staan.

9. Het opvangen van de bal:

- ☐ De bal die bij de opworp over het net komt moet met beide handen in 1 tijd gevangen worden zonder dat hij daarbij enig ander lichaamsdeel of persoon raakt.
- ☐ *De bal wordt gevangen met de handpalm tot en met de muis van de hand.*
- ☐ Er zal fout gefloten worden indien de bal :
 - in twee tijden gevangen wordt door eenzelfde speler.
 - met één hand gevangen wordt.
 - een ander lichaamsdeel raakt.
 - door 2 of meer spelers tegelijkertijd wordt gevangen.
- ☐ Een bal die gepast wordt door een ploegmaat moet met beide handen in 1 tijd gevangen worden zonder dat hij daarbij enig ander lichaamsdeel raakt.
- ☐ Bij het opvangen van de bal die van over het net komt, mogen er zoveel stappen gezet worden als nodig zijn om het evenwicht te herstellen. Van daaruit moet er ook geworpen of gepast worden.
- ☐ Bij een pas *of bij het overwerpen van de bal tijdens het spel* mag de bal die door de beide handen (niet 1 hand) glipt, nog worden opgevangen door een andere speler. Dit is geen fout, maar gewoon een tweede contact.

10. Het spelen van de bal:

- ☐ Een pas aan een medespeler wordt steeds met 2 handen gegeven.
Elke speler die de bal reglementair vangt, wordt beschouwd als 1 contact (uitz. : blok, zie verder).
- ☐ Een speler speelt na het opvangen de bal verder (pas of overgooien) nadat hij het evenwicht hersteld heeft. Indien men de bal toch verder speelt als het evenwicht niet is hersteld, zal dit echter niet als fout worden gefloten. Zelfs niet als de speler op de grond ligt.
- ☐ Een pas aan een medespeler mag niet gebeuren met een sprong.
- ☐ In iedere ploeg mogen er maximaal drie balaanrakingen zijn vooraleer de bal naar het andere kamp gespeeld wordt.
Opgelet: De aanraking bij een blok telt hier niet mee.

11. Aanvallen :

- ☐ De bal moet bij het (maximaal) derde contact over het net worden gespeeld met 2 handen.
Dit kan gebeuren door een gewone worp, een legbal of een smash (sprongworp). Hierbij mag er 1 stap + 1 sprong gemaakt worden.

Als een medespeler de bal ontvangt met de rug naar het net mag hij zich eerst ter plaatse omdraaien (pivoteren) om vervolgens de aanvalsbeweging in te zetten.
Men mag ook een sprongworp 'over het net' maken vanaf de 3-meterlijn. (met landing voor, op of achter deze lijn).

☐ Fout is wanneer :

- de bal met één hand geworpen wordt.
- het net aangeraakt wordt met hand(en) of lichaam door zowel aanvaller als verdediger.
- de middellijn met de voet (en) betreden of overschreden wordt.
- de aanvaller (met bal) of verdediger (blokker) met de volledige hand(en) over het net reikt.
- de aanvaller of verdediger tijdens de sprong met de voeten onder het net door reikt.
- *de bal onder het net wordt doorgeswaaid.*
- de aanvaller vanuit stand meer dan 1 schijnbeweging uitvoert om te willen overwerpen of passen.
- bij sprongworp terug op de grond landt met de bal in de handen.
- een pas wordt gegeven tijdens een sprong.
- de bal na een pas in de lucht wordt ontvangen om dan rechtstreeks te smashen

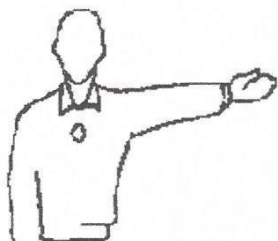
12. Verdedigen : HET BLOK

- ☐ Wordt enkel door de voorspelers uitgevoerd.
- ☐ De bal mag rechtstreeks in het veld van de tegenstrever vallen.
- ☐ De aanraking van het blok telt niet mee als één der drie toegelaten balaanrakingen.
- ☐ De blokker mag na het blok de bal zelf weer met beide handen opvangen.
- ☐ Een blok moet in principe uitgevoerd worden vlakbij het net (*max. 1m v/h net*) en met de beide handen boven *schouderhoogte*. In theorie kan je dus ter hoogte van de 3-meterlijn geen correct blok meer uitvoeren. Indien er discussie is over een al dan niet correct blok, dan is het de scheidsrechter die beslist.
- ☐ Fout is wanneer:
 - Het blok/*de blokker(s)* het net *met de handen* raakt,
 - Het blok bij het neerkomen de middellijn met de voet (en) betreedt,
 - Het blok met de handen over het net reikt,
 - Het blok met de voeten onder het net door reikt,
 - Het blok met 1 hand wordt uitgevoerd.

13. Indien tijdens het spel de bal het net raakt en aan dezelfde zijde van het terrein terug wordt opgevangen *door de medespeler*, telt het net *als pas en* niet als aanraking. Let wel op: dezelfde werper mag evenwel deze bal niet meer terug opvangen.

14. Een achterspeler (*achter 3m-lijn*) die de bal wil overwerpen mag in de aanvalszone niet springen *en landen*. Hij mag wel springen of aanvallen van achter de aanvalslijn (3-meterlijn.) Hij mag na de sprong en de worp in de aanvalszone terechtkomen.
15. Indien de bal tijdens het spel het net raakt maar toch over gaat, dan is dit geen fout en gaat het spel gewoon door.
16. De bal is uit wanneer hij de grond, het plafond, de antenne of een voorwerp buiten de grenslijnen raakt. Een bal die de grenslijn raakt is binnen.
17. Het spel wordt onderbroken op fluitsignaal van de scheidsrechter.
De bal is dan 'dood'. De opgooi gebeurt dan na het fluitsignaal.
18. Rolt er een tweede bal, bvb. van een andere wedstrijd, in het speelveld. Dan kan de wedstrijd stopgezet worden na fluitsignaal van de scheidsrechter. Dezelfde ploeg moet opnieuw opwerpen.

GEBAREN SCHEIDSRECHTER



ploeg die de opslag krijgt



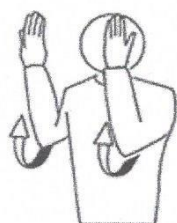
toestemming tot opslag



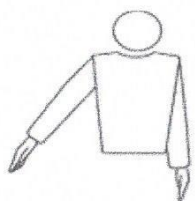
net geraakt



roteren (draaien)



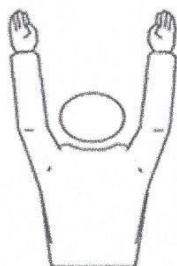
bal is uit



bal is in



bal tweemaal geraakt



fout blok



einde wedstrijd