

EN PARTITS D'INDIVIDUALS :

LA PISTA

La pista és un rectangle de 23.77m (78 peus) de llargada i 8.23m (27 peus) d'amplada. Està dividida pel mig per una xarxa suspesa d'una corda o d'un cable de metall d'un diàmetre màxim de 0.8 cm, els caps del qual han de ser subjectats al capdamunt de dos pals, que no han de superar els 15 cm de costat o passar-hi per sobre. Aquests pals no poden sobrepassar la xarxa més de 2.5 cm. El centre dels pals ha de ser fora de la pista, i l'alçària dels pals ha de ser aquella en què la part superior de la corda o el cable de metall sigui a 1.07m del terra.

La xarxa ha de quedar totalment estesa de manera que ompli del tot l'espai que hi ha entre els dos pals, i les malles han de ser prou petites per evitar que la pilota hi passi a través. L'alçària de la xarxa ha de ser de 0.914 m al centre, on s'ha de mantenir tibat amb una cinta tensora de 5 cm d'amplada màxima i de color blanc. Una banda ha de cobrir la corda o el cable de metall i la part superior de la xarxa, d'un amplada mínima de 5 cm per costat i màxima de 6.3 cm, de color completament blanc.

A la xarxa, a la cinta tensora, a la banda i als suports d'individuals no hi pot haver publicitat.

Les línies que limiten els extrems frontals i laterals de la pista s'anomenen línies de fons i línies laterals. A cada costat de la xarxa, a una distància de 6.40 m i paral·leles a aquesta, hi ha d'haver les línies de servei.

L'espai que hi ha a cada costat de la xarxa entre la línia de servei i les línies laterals s'ha de dividir en dues parts iguals, anomenades *quadres de servei*, per la *línia central de servei* traçada a mig camí de les línies laterals i paral·lela a aquestes.

La línia de fons ha de quedar partida per una línia que es diu *marca central*, que de fet és una continuació imaginària de la línia central de servei i ha de ser traçada dins de la pista, perpendicular a la línia de fons.

Totes les línies han de ser d'un color uniforme; per això, si es col·loca publicitat o qualsevol altre material darrere de la pista, no pot tenir colors ni blancs ni grocs.

Si hi ha d'haver algun cartell o alguna pancarta a la pista de jocs, ha de ser de colors clars, sinó dificultaria la visió dels jugadors.

LES INSTAL·LACIONS

Les instal·lacions inclouen:

La xarxa, els pals, els suports individuals, la corda, el cable de metall, la cinta tensora i la banda, les tanques frontals i les laterals, les tribunes, els seients fixos o mòbils i les cadires del voltant de la pista.

Dins de les instal·lacions s'hi trobarien també, cadascú en el seu lloc corresponent, el jutge, el jutge de xarxa, el jutge de falta de peu, els jutges de línia i els recollidors de pilota.

LA PILOTA

La superfície exterior de la pilota ha de ser uniformement de color blanc o groc, amb juntures sense costura.

La pilota ha de tenir un diàmetre de 6.35 cm, ha de pesar uns 57 gr, ha de botar entre els 135 cm i 147 cm.

Es poden utilitzar diferents tipus de pilota a partir dels 1.219 m per sobre del nivell del mar. El primer l'he descrit abans, que s'anomena *pilota pressuritzada*; el segon tipus de pilota es igual excepte en que la pressió interior ha de ser bastant igual a la pressió exterior i que la pilota s'ha d'haver aclimatat durant 60 dies a l'altitud de la competició en qüestió, aquest tipus de pilota s'anomena *pilota no pressuritzada*.

LA RAQUETA

Les raquetes han de complir les egüents especificacions:

1. La superfície que colpeja la pilota ha de ser plana i feta amb cordes amb enreixat uniforme.
2. El marc de la raqueta ha de ser d'unes dimensions de 81.28 cm de llargada total i de 31.75 cm d'amplada total.
3. El marc, incòl el mànec i les cordes no poden tenir cap mecanisme que permeti canviar materialment la forma de la raqueta o canviar la distribució del pes durant el joc.

DINS DEL JOC

1• ELECCIÓ DE CAMP

Els jugadors se situen a banda i banda de la xarxa. El jugador que tira primer la pilota s'anomena *servidor* i l'altre, *restador*.

Es començarà sempre amb l'elecció de camp i el seu conseqüent servei.

L'elecció de camp i el dret de ser servidor o restador en el primer joc es decideix per sorteig. El guanyador del sorteig pot triar o demanar al seu adversari que triï entre:

- Dret a ser servidor o restador, llavors l'altre jugador escullirà el camp.
- El dret a escollir camp, llavors serà l'altre jugador qui escullirà el dret a ser servidor o restador.

EL SERVEI

El servidor ha de llençar la pilota amb la mà enlaire en qualsevol direcció, però abans de que toqui a terra l'ha de colpejar amb la raqueta. El servei s'acaba quan la raqueta ja ha impactat la pilota.

Durant el servei el jugador servidor s'ha de situar a la meitat dreta o esquerra de la pista, començant per la dreta en cada joc.

És fundamental que la pilota servida passi per sobre de la xarxa i toqui a terra dintre del quadre de servei oposat en diagonal, abans de que el restador la torni.

El servei no es pot realitzar fins que el restador no estigui a punt. Si el restador torna el servei es considera que estava a punt.

S'hauria de repetir el servei en cas de que la pilota servida toqués a la xarxa, o si quan es fa el servei el restador no estava encara a punt.

EL CANVI DE CAMP

Els jugadors canvien de camp al final del primer joc, del tercer i així alternativament durant tot el set, i al final

de cada set, si el nombre total de jocs del set no és parell.

LA PILOTA EN JOC

Una pilota està en joc des de el moment en què es fa el servei.

Es manté en joc fins que no es marqui falta o let.

ELS PUNTS

*Un punt es guanya pel servidor si:

·La pilota servida toca el restador abans de tocar el terra, sense que hi hagi hagut let.

·Si el restador perd el punt.

*Un punt es guanya pel restador si:

·El servidor fa dues faltes de servei consecutives

·El servidor perd el punt.

*El punt perdut:

Un jugador perd el punt si:

·No retorna la pilota per sobre de la red abans de que la pilota toqui dos cops a terra.

·Quan es torna la pilota, aquesta toca instal·lacions permanents.

·Si comet una falta quan torna la pilota.

·Si mentre juga la pilota, la porta o l'agafa amb la raqueta, o la toca voluntàriament amb la raqueta més d'una vegada.

·Si toca ell o la seva raqueta, la xarxa, els pals, els suports,mentre la pilota està en joc.

·Fa una volea abans de que la pilota hagi passat la xarxa.

Quan un jugador guanya el primer punt, el resultat s'anomena 15 per a aquest jugador; quan guanya el segon, s'anomena 30 per a aquest jugador; quan guanya el tercer punt, el resultat s'anomena 40 per a aquest jugador, i quan guanya el quart punt el resultat és joc per a aquest jugador.

La pilota trepitja una línia

Si la pilota trepitja una línia, es considera que ha botat dins del camp limitat per aquesta línia.

El nombre màxims de sets

El nombre màxim de sets en un partit és de 5, però en els partits femenins són 3.

Els jutges

El jutge de cadira:

La seva decisió és inalterable

El jutge àrbitre:

S'hi pot apel·lar per que es pronunciï sobre una decisió del jutge de cadira, i en aquests casos la decisió del jutge àrbitre és definitiva.

El temps de descans

El joc ha de ser continu des del primer servei fins al final del partit, d'acord amb:

Els canvis de camp, només pot passar un màxim d'un minut i mig desde el moment en que s'acaba l'últim punt fins que se servei la primera pilota del joc següent.

El joc no es pot suspendre ni ajornar o alterar mai amb la intenció de permetre que un jugador recuperi les forces, la respiració o la condició física.

Si per causa de circumstàncies alienes a la voluntat del jugador, es fa malbé l'equip (excepte la raqueta), de tal manera que es poc recomanable que continui jugant, el jutge de cadira pot suspendre el partit fins que hagin estat canviats.

Després del 3º set, els jugadors tenen dret a un descans de 10 min.

El tennis, és un esport que també pot ser practicat per gent discapacitada, com la gent paraplègica.

Les excepcions que han de tenir-se en compte per a ser jugat un partit de tennis amb cadira de rodes són:

1. La pilota pot botar dues vegades.
2. La primera vegada la pilota ha de botar dins dels límits de la pista.
3. El servei s'ha de començar amb les dues rodes posteriors darrera de la línia de fons.
4. La cadira es considera part del cos. S'hi ha d'aplicar totes les regles que fan referència a aquesta qüestió.