



PADEL - Grunnregler

Første serve starter fra høyre del av banen og må treffe bakken i motsatt serveruten på andre banehalvdel.

Spillet starter med en underarmsserve. Det er ikke lov å treffe ballen over hoftehøyde. Man har to forsøk på serveren.

Man får ny serve om ballen toucher nettet.

Serveren kan ikke treffe sidegjerdet, kun glassveggen etter at den har truffet bakken.

Ballen må treffe bakken på motstanders banehalvdel før den treffer veggen, ballen kan kun sprette en gang i bakken på hver side.

Du kan slå ballen i veggen (ikke gjerdet) på din side før den går over til motstanderens halvdel.

Ballen kan smashes så den går ut av banen etter sprett.

POENG

- Det telles likt som i tennis. 15 / 30 / 40 / game.
- Set vinnes av laget som først får 6 game. Set må vinnes med 2 game.
- Ved 6 like i game spilles tie-break, først til 7 poeng. (Må vinnes med 2 poeng).
- Det spilles best av 3 set.