

Algemene spelregels

- Veldafmeting: Badminton veld (buitenste lijnen) of ½ volleybalveld (achterlijn op 7 m).
- Nethoogte: Ongeveer 1,50m
- Er wordt gespeeld met balmaat 5 (volleybal)
- Speeltijd: richtlijn is 15 min. per wedstrijd (wisselen van kant bij 7 min. met 1 min. wisseltijd)
- Puntentelling: Er wordt gespeeld volgens het rallypointsysteem, iedere gescoorde bal of fout van de tegenstander is een punt.
- Er wordt 3 tegen 3 gespeeld.
- Er mag niet worden geblokt. (Tip: Speler aan het net kan het best helemaal rechts aan het net staan. Hierdoor is er minder neiging tot blokken en heeft hij/zij twee afspeel mogelijkheden, namelijk in het midden en aan de buitenkant.)

Aandachtspunten

- Als er wisselers zijn wordt er ingedraaid bij de serveerder.
- Als de bal buiten het veld gevangen wordt, mag deze persoon met de bal in de hand het veld inrennen. Vanaf de plek waar hij het veld inkomt gooit hij de bal naar de setter.
- Bij grote netfouten (de bal wordt hierbij boven het veld van de tegenstander geraakt) en voetfouten (op het veld van de tegenstander staan) wordt er afgefloten. Dit in het kader van de veiligheid.



- Serveren vanaf de 3 meterlijn (volleybalveld), serveerlijn (badmintonveld) waarbij 1 voet achter de lijn moet staan, de service bal mag ook gegooid worden.
- Als bij de service de netrand geraakt wordt en de bal gaat over het net, wordt er doorgespeeld
- De lijnen behoren bij het speelveld.
- De bal die over het net gespeeld wordt mag, direct, of na één stuit gevangen worden.
- Na de 1e gevangen bal, moet de bal overgegooid worden naar een tweede speler (de setter)
- De setter vangt de bal en gooit deze gelijk 'hoog' naar de smasher (een speler, die de bal over het net slaat).
- Deze speler (smasher) mag de bal smashen of met een of twee handen de bal over het net spelen. De smasher mag ook eerst de bal vangen om daarna de bal over het net te smashen (gooit de bal voor zichzelf op).
- De bal wordt dus in drie keer over het net gespeeld.
- Bij elk gescoord punt gaat de volgende speler serveren.
- Einde rally is een punt:
 - Bal wordt uit of in het net geserveerd.
 - Bal wordt niet gevangen (of na meer dan 1 stuit).
 - Bal wordt uit het veld of in het net gesmasht.
 - Er wordt niet in drieën gespeeld.
- Het team dat gescoord heeft begint weer met serveren.



- Serveren vanaf de 3 meterlijn (volleybalveld), serveerlijn (badmintonveld) waarbij 1 voet achter de lijn moet staan.
- Als bij de service de netrand geraakt wordt en de bal gaat over het net, wordt er doorgespeeld
- De lijnen behoren bij het speelveld.
- De bal die over het net gespeeld wordt mag, direct, of na één stuit gevangen worden.
- Na de 1e gevangen bal, moet de bal overgegooid worden naar een tweede speler (de setter)
- De setter vangt de bal en gooit deze gelijk 'hoog' naar de smasher (een speler, die de bal over het net slaat).
- Deze speler (smasher) mag de bal smashen of met een of twee handen de bal over het net spelen. Dit gebeurt direct vanuit de aangooi van de setter.
- De bal wordt dus in drie keer over het net gespeeld.
- Bij elk gescoord punt gaat de volgende speler serveren.
- Einde rally is een punt:
 - Bal wordt uit of in het net geserveerd.
 - Bal wordt niet gevangen (of na meer dan 1 stuit).
 - Bal wordt uit het veld of in het net gesmasht.
 - Er wordt niet in drieën gespeeld.
- Het team dat gescoord heeft begint met serveren.

