



Gioca duro, gioca pulito... e rispetta le regole!

MESSAGGIO PER TUTTA LA COMUNITÀ DEL TENNIS TAVOLO: CONTRIBUISCI LIBERAMENTE A QUESTA INIZIATIVA, CON TUOI SUGGERIMENTI E OPINIONI...

ALCUNI NUMERI E FATTI SUL TENNIS TAVOLO

Numeri di base e tempistica

- ◆ 3 set per vincere una partita (3-0, 3-1, 3-2)
- ◆ 11 punti in un set (e non più 21)
- ◆ 2 servizi a testa, per ciascun giocatore
- ◆ 6 punti devono essere segnati prima che una pausa sia possibile (per asciugamano, scarpe)
- ◆ 1 solo time-out permesso per ogni giocatore/squadra durante la partita
- ◆ 1 minuto massimo per il time-out
- ◆ 1 minuto massimo tra 2 set, usato per una breve pausa e per i suggerimenti dell'allenatore
- ◆ 2 minuti per il riscaldamento sono permessi come "adattamento al tavolo e alle condizioni" prima che la partita inizi
- ◆ 10 min "pausa medica": può essere accettato in casi particolari (il caso più classico è quando il giocatore in carrozzina chiede di uscire per andare alla toilette, o per spasmi, o problemi di pressione sanguigna, etc.)

Tempistica tra le partite

- ◆ Tempo minimo permesso tra 2 singole partite (per esempio dai ¼ di finale alle semi-finali). Nessuna regola circa la durata, si suppone venga definito dal tabellone (raccomandati 40 min. per l'inizio tra una partita e l'altra)
- ◆ 5min: tempo minimo permesso tra 2 partite durante gli incontri a squadre (tra il doppio e il successivo singolo per esempio)
- ◆ Tempo minimo permesso tra 2 partite a squadre (p.e. dai ¼ di finale alle semi-finali). Nessuna Nessuna regola circa la durata, si suppone venga definito dal tabellone (raccomandate 2h30min per l'inizio tra una partita a squadra e l'altra)

Classi/generi

- ◆ 5 classi per atleti in carrozzina (da 1 a 5)
- ◆ 5 classi per atleti in piedi (da 6 a 10)
- ◆ NOTA: le classi, in qualche caso, possono essere combinate (mancanza di giocatori, indicazioni dell'IPC, etc.)
- ◆ 1 classe per gli atleti con disabilità intellettiva (classe 11)
- ◆ 2 generi, per ogni classe: maschile e femminile

Pallina e tavolo, per tua curiosità

- ◆ 180 km/ora: velocità massima della pallina
- ◆ 150 rotazioni/secondo: velocità di rotazione massima della pallina
- ◆ 2,7 grammi : peso della pallina

- ◆ 40mm: diametro della pallina (prima era 38mm)
- ◆ Misure del tavolo da gioco: 2,74m in lunghezza, 1,525m in larghezza
- ◆ 40 cm minimi sono obbligatori per lo spazio che va dal pavimento al piano del tavolo, per far sí che sia un "tavolo accessibile per le carrozzine"

Olimpiadi/Paralimpiadi

- ◆ Il Tennis Tavolo é Sport Paralimpico dal 1960 (Roma), e Sport Olimpico dal 1988 (Seoul)
- ◆ Il Tennis Tavolo é is 2° sport per giocatori non disabili, piu di 100 milioni di giocatori registrati (e 20 milioni solo in Cina), 2° nel movimento paralimpico

Lo sapevi?

- ◆ 10.000 ore di allenamento in 10 anni sono considerati obbligatori per raggiungere il livello di gioco "elite".
- ◆ E tu?...

CONSIGLI AI GIOCATORI DI TENNIS TAVOLO... DAL PUNTO DI VISTA DEGLI ARBITRI.

Prima della partita

- ◆ Porta con te una racchetta di riserva. Se una si danneggia, devi essere in grado di continuare a giocare immediatamente.
- ◆ I bordi "mozzicati" sulla racchetta o sulla gomma non sono ammessi.
- ◆ Taglia la gomma al bordo della tua racchetta. Fino a 2mm fuori bordo é accettabile.
- ◆ Non lasciare un margine troppo largo di legno scoperto tra la gomma e il bordo del telaio. Coprirlo con nastro adesivo non é ammesso.
- ◆ Controlla il colore della pallina usata. Assicurati che il colore della tua maglietta e dei tuoi pantaloncini siano diversi da quello della pallina.
- ◆ Assicurati che la tua maglietta sia di colore chiaramente diverso da quella del tuo avversario. Nel doppio, indossa lo stesso colore di maglietta e pantaloncini (o pantaloni di tuta per i giocatori in carrozzina) di quelli del tuo compagno di squadra.
- ◆ Giocatori in carrozzina: non é permesso indossare jeans.
- ◆ Se hai il permesso del Giudice Arbitro per indossare qualsiasi cosa diversa da quella normalmente permessa, come pantaloni di tuta, copricapi religiosi, etc., chidete per una annotazione da parte del Giudice Arbitro per mostrarla all'arbitro di sedia ogni volta che iniziate una nuova partita. Risparmia molto tempo all'arbitro e lo apprezzerá molto.

- ◆ Assicurati SEMPRE di avere il tuo numero di giocatore sulla maglietta o sulla carrozzina se questo viene richiesto nel torneo al quale partecipi.
- ◆ Giocatori in carrozzina: non devi portare in campo bagaglio extra appeso alla carrozzina.
- ◆ Tieni bottiglie di acqua e asciugamani vicino all'arbitro o all'assistente arbitro.
- ◆ Porta con te la scheda di classificazione ("classification card") in caso l'arbitro voglia vederla.
- ◆ Controlla la scheda di classificazione del tuo avversario PRIMA della partita, nel caso in cui qualche punto necessiti di chiarimenti.
- ◆ Recati al tavolo qualche minuto prima dell'orario indicato. Non lasciare esigenze fisiologiche all'ultimo minuto.

All'inizio della partita

- ◆ Ti é permesso controllare la racchetta del tuo avversario.
- ◆ Identifica all'arbitro il tuo allenatore prima del riscaldamento per il singolo e per il doppio. Se sei in un team "misto" di due società diverse, potete avere due allenatori.
- ◆ Consultare con il proprio allenatore é permesso fino a prima del riscaldamento. Non puoi ritornare dal tuo allenatore tra il riscaldamento e l'inizio della partita.
- ◆ Giocatori in carrozzina: legarsi al di sopra del ginocchio é permesso solo per la gara dell'Open, non nella gara di Classe o di Squadra.
- ◆ Non prolungare il tempo del riscaldamento. É permesso un massimo di 2 minuti.
- ◆ Se hai una disabilità che richiede rilassamento secondo la Legge 2.6.6 dell'ITTF, allora mostra il tuo servizio all'arbitro o la tua scheda di classificazione con le informazioni di riferimento.
- ◆ Sorteggio: il vincitore può scegliere di servire, di ricevere, o il lato del tavolo da cui vuole iniziare la prima partita. Il perdente può scegliere tra le opzioni restanti.
- ◆ Tu e il tuo avversario dovete essere presenti per il sorteggio. NON ACCETTARE che il sorteggio sia completato in tua assenza. Se c'è un problema, tu o il tuo allenatore potete chiedere l'intervento del Giudice Arbitro. Senza bisogno di discutere tra di voi.
- ◆ Per i doppi, avvisa l'arbitro su chi di voi serve e chi riceve. Il primo ricevitore nel primo gioco NON può essere il primo a servire nel gioco successivo.

Durante la Partita

- ◆ Tu, o il tuo allenatore, potete chiamare un time-out di 1 minuto, durante una partita. E' permesso SOLO un time-out per partita.
- ◆ Se il tuo allenatore chiama un time-out, e tu non lo vuoi, non sei obbligato a farlo. La decisione finale é tua, cioè del giocatore.
- ◆ Quando il giocatore che chiama il time-out ritorna al tavolo, anche il suo avversario DEVE ritornare IMMEDIATAMENTE, anche se e' passato meno di 1 minuto.
- ◆ La regola del servizio dice che: Appena la pallina e' stata

proiettata, il braccio libero del servitore deve ritirarsi dallo spazio che c'è tra la pallina e la rete (votato a Shanghai, Maggio 2005) E l'arbitro deve essere in grado di capire che il braccio libero non si trovi tra la palla e la rete. Questo si applica anche in presenza di un solo un arbitro. L'arbitro NON cambierà lato e NON PUOI RICHIEDERE un assistente arbitro.

- ◆ Se pensi che il tuo avversario non stia servendo in modo regolare lascia che il tuo allenatore ne parli con l'arbitro.
- ◆ Per i giocatori in piedi, se hai bisogno di inumidire le suole delle scarpe per una maggiore trazione, usa un panno umido (o carta) posizionatao vicino al tavolo. Sputare a terra non é il tipo di spettacolo che gli spettatori vengono a vedere, e l'arbitro ti mostrerà il cartellino giallo per aver sputato.
- ◆ Rispetta gli arbitri e i tuoi avversari durante la partita. Un cattivo comportamento potrebbe costarti punti.
- ◆ Non perdere tempo. Il gioco deve essere fluido. Dare calci alla palla o tirarla verso le transenne o palleggiare troppo prima di un servizio potrebbe aggiudicarti un cartellino giallo per ritardare il gioco.
- ◆ Asciugarsi e' permesso ad ogni 6 punti o ad intervalli autorizzati o al cambio campo alla fine dell'ultimo gioco di una partita.
- ◆ Se indossi occhiali da vista l'arbitro può autorizzarti ad un uso più frequente dell'asciugamano ma non abusare di questo privilegio.
- ◆ Ti é permesso 1 minuto di intervallo tra due giocate.
- ◆ Se stai giocando in una partita a squadra, ti é permesso un intervallo di 5 minuti tra giocate successive che stai giocando. Esempio: tra i doppi e i singoli successivi.
- ◆ I giocatori che hanno la racchetta bendata alla mano sono esonerati dall'obbligo di lasciare la racchetta sul tavolo ad ogni giocata.
- ◆ NON PUOI lasciare l'area di gioco tranne che con il permesso dell'arbitro.
- ◆ Per una ferita durante il gioco ti é permessa una pausa di 10 minuti dal GIUDICE ARBITRO, solo una volta. Non si hanno crampi muscolari se si é in forma e riscaldati a dovere per giocare. NESSUNA PAUSA sarà permessa per riprendersi dai crampi muscolari.
- ◆ Se ti serve spostare i capelli dal viso e dagli occhi usa una normale fascia per capelli. I giudici arbitro USANO proibire che si indossino copricapi, inclusi cappellini da baseball, anche se indossati al contrario.

Dopo la Partita

- ◆ Sii cortese; stringi la mano al tuo avversario, all'arbitro e all'allenatore dei tuoi avversari.
- ◆ Assicurati che ogni documento che riguarda le tue partite sia corretto. CONTROLLA I RISULTATI E IL VINCITORE. É impossibile correggere qualsiasi errore una volta che il torneo procede ai turni successivi.
- ◆ Assicurati di lasciare il campo gare con tutto ciò che hai portato con te prima di iniziare.

HANNO CONTRIBUITO:

Cindy Leung, Giudice Arbitro dell'IPTTC/ITTF

Delano Lai Fatt, Coordinatore delle regole dell'IPTTC

Vincent Boury, Rappresentante degli Atleti dell'IPTTC

Versione 5.1 - Febbraio 2008

Contatto: athletes.rep@ipttc.org

Links:

<http://www.ipttc.org/rules/>

http://www.ittf.com/itf_handbook/itf_hb.html