

PALLAVOLO SULLA SABBIA

REGOLAMENTO TECNICO

CARATTERISTICHE GENERALI DEL GIOCO

1. La Pallavolo Sulla Sabbia Uisp è uno sport giocato da due squadre, composte ciascuna da due o più giocatori dello stesso sesso o di sessi diversi, a seconda della categoria di gioco, su un campo di sabbia diviso da una rete e utilizzando un apposito pallone da pallavolo per sabbia.
2. Scopo del gioco per ciascuna squadra è far cadere la palla nel campo opposto facendola passare sopra la rete.
3. La squadra ha a disposizione tre tocchi per mandare la palla nel campo opposto. In questi NON è compreso il tocco di muro (fatta eccezione per le categorie 1+1 misto, 2x2 maschile e 2x2 femminile, nelle quali il tocco di muro è considerato uno dei tre tocchi).
4. La palla è messa in gioco con un servizio dal giocatore in battuta, che la invia sopra la rete nel campo avversario.
5. L'azione continua fino a che la palla cade in campo, fuori dal campo o viene colpita in modo non corretto da una delle due squadre.
6. Il sistema di attribuzione dei punti utilizzato è il Rally Point System, per il quale la squadra che vince un'azione di gioco conquista un punto.
7. Quando la squadra in ricezione vince un'azione, conquista un punto ed il diritto a servire.
8. Il giocatore che serve deve essere diverso ogni qualvolta ciò accade.

INSTALLAZIONI ED ATTREZZATURE

AREA DI GIOCO

L'area di gioco è costituita da:

- campo da gioco: è una superficie di dimensioni 16 m x 8 m (14 m x 9 m per under 11), divisa in due parti da una rete
- zona libera: è una superficie che lo circonda e che deve essere larga almeno 2 metri su tutti i lati
L'intera area di gioco deve essere di sabbia livellata piana ed uniforme, priva di qualunque cosa che possa procurare tagli o infortuni ai giocatori.

Lo spazio di gioco al di sopra dell'area di gioco deve essere di almeno 7 metri per le manifestazioni indoor, possibilmente sgombro da ostacoli.

Il campo di gioco è delimitato lungo il suo perimetro da linee laterali e di fondo di colore contrastante con la sabbia, di larghezza uniforme tra loro e compresa tra i 5 e gli 8 cm, che sono tracciate all'interno delle sue dimensioni. A differenza della pallavolo tradizionale non è prevista una linea centrale posizionata sotto la rete per tutta la sua lunghezza.

Le linee che delimitano il campo di gioco devono essere delle fettucce fatte di materiale resistente ed ogni punto di ancoraggio esposto deve essere costituito da materiale soffice e flessibile.

La zona di servizio è la zona libera oltre la linea di fondo, delimitata dal prolungamento immaginario delle due linee laterali. Il giocatore al servizio non può battere stando oltre la zona libera del campo di gioco.

CASI PRATICI

- 1) La palla può essere recuperata e mantenuta in gioco anche oltre la zona libera.
- 2) Se un giocatore, nel tentativo di recuperare una palla, urta contro l'arbitro o le attrezziature di gioco o quelle complementari (pali della rete, seggiolone dell'arbitro, tavolo del segnapunti, ecc.) che ne ostacolano l'azione difensiva, l'azione di gioco non deve essere rigiocata.

- 3) Se durante la gara un'azione di gioco un oggetto presente sul campo sotto la sabbia influenza o impedisce il corretto svolgimento dell'azione di gioco da parte di un giocatore, l'arbitro fermerà l'azione per consentirne l'eliminazione. Alla ripresa del gioco verrà ripetuta l'azione.
- 4) Analogamente, se un giocatore nel tentativo di giocare la palla modifica l'ancoraggio delle linee e il campo diventa così irregolare nelle sue dimensioni e forma, l'arbitro deve immediatamente fermare il gioco, perché il terreno di gioco non rispetta più le dimensioni regolari e perché può rappresentare un pericolo per i giocatori. Dopo il ripristino del regolamentare terreno di gioco l'azione dovrà essere ripetuta.

RETE E PALI

ALTEZZA RETE

La rete è posta verticalmente, in corrispondenza della mezzeria del campo, alla seguente altezza nella sua parte superiore:

- 2,30 m per la categoria di gioco 1+1 misto
- 2,40 m per la categoria di gioco 2+1 misto
- 2,43 m per le categorie di gioco 3x3 maschile e 2x2 maschile
- 2,24 m per le categorie 3x3 femminile e 2x2 femminile

La sua altezza è misurata al centro del terreno di gioco. L'altezza della rete sopra le due linee laterali deve essere esattamente la stessa e non superiore di oltre 2 cm a quella prevista.

RETE

La rete è lunga 8,5 metri e misura 1 metro (± 3 cm) di larghezza quando è tesa. È di maglie quadrate di 10 cm di lato (si veda Figura 1).

Nella sua parte superiore è cucita una doppia banda di tela larga 7÷10 cm per tutta la sua lunghezza, di colore preferibilmente bianco o altro colore brillante. Ogni estremità di tale banda ha un foro, attraverso il quale passa una corda che la fissa ai pali e la mantiene tesa. All'interno di tale banda, un cavo flessibile fissa la rete ai pali e tende l'estremità superiore.

Nella parte inferiore della rete c'è un'altra banda orizzontale anch'essa di 7÷10 cm di larghezza, simile alla banda superiore, attraverso la quale passa una corda che la mantiene tesa e la fissa ai pali.

BANDE LATERALI

Le bande laterali della rete devono essere colorate, della stessa larghezza delle linee perimetrali del campo di gioco (5÷8 cm), sono fissate verticalmente sulla rete e poste esattamente al di sopra di ciascuna linea laterale. Esse sono considerate come facenti parte della rete.

ASTE

Le aste che delimitano il campo di gioco lateralmente al di sopra della rete devono essere flessibili in fibra di vetro o materiale similare, di 1,80 m di lunghezza e di 10 mm di diametro. Sono fissate al bordo esterno di ciascuna banda laterale ed ai lati opposti della rete.

La parte superiore di ogni antenna si estende per 80 cm sopra la rete ed è verniciata a fasce alternate di 10 cm in colori contrastanti, preferibilmente bianco e rosso. Esse sono considerate come facenti parte della rete e delimitano lateralmente lo spazio di passaggio della palla.

PALI

I pali che sorreggono la rete devono essere alti 2,55 metri e preferibilmente regolabili in altezza. Essi sono posti ad uguale distanza di 0,7÷1,00 metri oltre ciascuna linea laterale. Devono essere rotondi e lisci, fissati al suolo possibilmente senza cavi, non devono costituire causa di pericolo o di impedimenti e devono essere ricoperti di imbottitura.

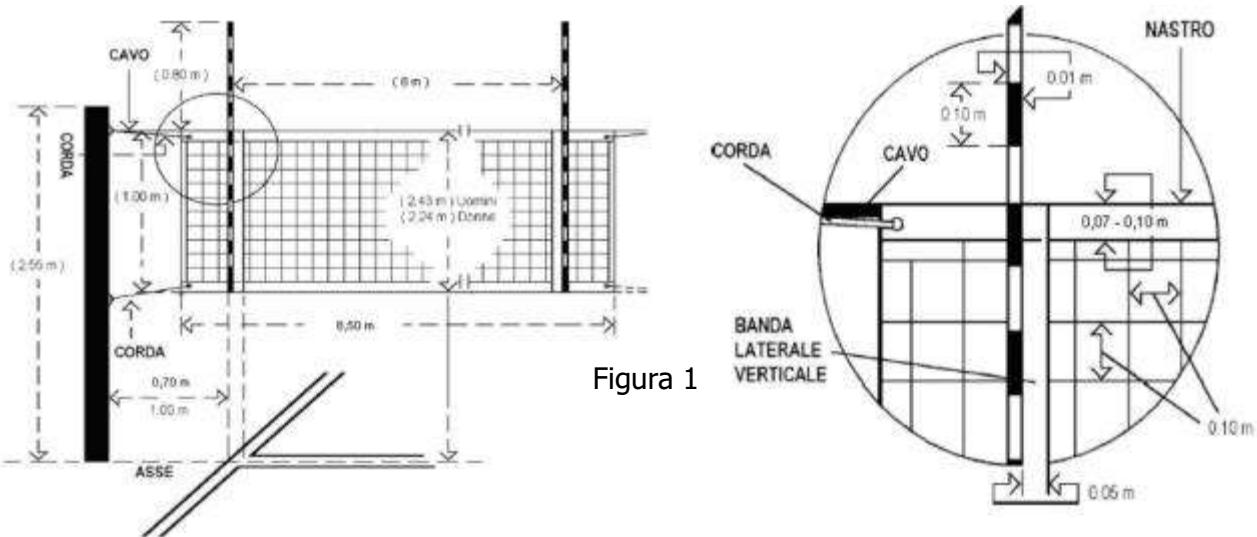


Figura 1

CASI PRATICI

- 1) L'altezza della rete deve essere verificata dall'arbitro prima dell'inizio dell'incontro, in qualunque momento egli lo ritenga opportuno, e su richiesta dei giocatori.
- 2) La tensione della rete deve essere verificata dall'arbitro servendosi di un pallone che, lanciato verso il centro della stessa, deve rimbalzare indietro con sufficiente forza. Questa operazione deve essere svolta alla verifica preliminare delle attrezzature, prima dell'inizio della gara.
- 3) Non è consentito giocare con una rete che abbia maglie rotte.
- 4) Se durante il gioco la rete si abbassa o si rompe, si deve interrompere l'azione se questa ne è stata inficiata. Il gioco verrà ripreso dopo aver riparato o sostituito la rete, facendo ripetere l'azione.
- 5) La presenza delle antenne è obbligatoria per ogni gara. In caso di mancanza o di loro deterioramento durante il gioco, senza possibilità di sostituzione, la gara si deve disputare ugualmente e sarà considerata regolare a tutti gli effetti. Nel caso non sia possibile disporre di entrambe, la gara deve disputarsi senza le antenne.

PALLONI

I palloni devono essere del tipo omologato per uso sulla sabbia, e con queste caratteristiche:

- circonferenza: 66÷68 cm
- peso: 260÷280 grammi
- pressione interna: 0,175÷0,225 Kg/cm² / 0,171÷0,221 bar

La pressione interna dei palloni deve essere controllata con apposito manometro prima dell'inizio della gara. I palloni vanno tenuti all'asciutto e non esposti al sole per lunghi periodi di tempo per evitare variazioni della pressione.

PARTECIPANTI

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

E' prevista un'unica categoria Open, aperta a tutti e senza limiti di tesseramento.

La partecipazione ai tornei è soggetta al possesso di tessera Uisp in corso di validità secondo le modalità indicate all'art. 12 comma 4.

CATEGORIE DI GIOCO

Sono ammesse le seguenti categorie di gioco:

- 1+1 misto (1 maschio e 1 femmina)
- 2x2 maschile
- 2x2 femminile
- 2+1 misto (con 1 atleta di sesso opposto)
- 3x3 maschile
- 3x3 femminile

SQUADRE

Una squadra si compone di 3 giocatori per le categorie 2+1 e 3x3, e di 2 giocatori per le categorie 1+1 e 2x2.

Una squadra può avere anche una riserva per sesso (solo nelle categorie 2+1 e 3x3).

Soltanto i giocatori iscritti a referto possono prendere parte alla gara.

Ogni giocatore potrà giocare in una sola squadra e partecipare per una sola categoria di gioco.

Uno degli atleti svolge la funzione di capitano e deve essere indicato come tale a referto.

CASI PRATICI

- 1) In caso di assenza di uno dei giocatori all'inizio della gara, il giocatore di riserva puo' prenderne il posto; in tal caso egli deve disputare l'intera gara.
- 2) Durante il corso della gara un giocatore può chiedere all'arbitro il permesso di andare in bagno se la palla non è in gioco. In tal caso l'arbitro deve autorizzare l'atleta ad abbandonare temporaneamente il terreno di gioco. Se questa interruzione provoca un ritardo nella ripresa del gioco (prolungamento del protocollo di gara, prolungamento di un time-out, sospensione della gara) l'arbitro comunicherà all'atleta che tale interruzione è considerata time-out medico.

EQUIPAGGIAMENTO DEI GIOCATORI

Non vi è un abbigliamento prestabilito, ma normalmente esso è costituito da pantaloncini o costume da bagno, e da una maglietta a maniche corte o canottiera. Possono essere usati anche pantaloni lunghi di una tuta e maglie a maniche lunghe in caso di condizioni climatiche avverse.

Normalmente gli atleti devono giocare a piedi nudi, ma può essere concesso dall'arbitro anche l'uso di calzini, scarpe o scarpette in gomma morbida.

È vietato indossare oggetti che potrebbero causare infortuni al giocatore che li indossa così come agli avversari, come orecchini, braccialetti, ingessature. I giocatori possono portare lenti a loro rischio.

In caso di smarrimento di una lente durante lo svolgimento del gioco è possibile interrompere l'azione e farla ripetere.

DIRITTI E DOVERI DEI PARTECIPANTI

I partecipanti devono conoscere le Regole di Gioco ufficiali della Pallavolo Sulla Sabbia stabilite dalla Uisp e rispettarle.

I partecipanti devono accettare le decisioni arbitrali in modo rispettoso, senza discuterle. In caso di dubbio l'atleta può richiedere una spiegazione.

I partecipanti devono comportarsi rispettosamente e cortesemente nello spirito del fair play nei confronti degli arbitri, dei segnapunti, dei propri compagni di squadra, degli avversari e degli spettatori.

I partecipanti devono astenersi da azioni o intenti aventi lo scopo di influenzare le decisioni arbitrali o nascondere i falli commessi dalla propria squadra.

I partecipanti devono astenersi da azioni finalizzate a ritardare il gioco.

Ogni tipo di comunicazione è permessa durante il gioco tra i componenti di una squadra.

Durante l'incontro qualunque giocatore è autorizzato a parlare con l'arbitro, quando la palla non è in gioco, nei 3 seguenti casi:

- a) per chiedere spiegazioni sulla applicazione ed interpretazione delle regole di gioco; qualora le spiegazioni non siano ritenute soddisfacenti, l'atleta può immediatamente comunicare all'arbitro la decisione di effettuare un reclamo scritto
- b) per domandare l'autorizzazione:
 - a cambiare la divisa o l'equipaggiamento;
 - a verificare il numero del giocatore al servizio;
 - a controllare, la rete, i palloni, la superficie, etc.;
 - a ri-allineare le linee perimetrali del campo;
- c) per richiedere un "tempo di riposo"

I giocatori devono essere autorizzati dall'arbitro a lasciare l'area di gioco.

Alla fine dell'incontro:

- i giocatori ringraziano gli arbitri e gli avversari
- se precedentemente un giocatore aveva preannunciato un reclamo, egli ha il diritto di confermarlo facendolo registrare sul referto di gara

Il capitano della squadra è tenuto a

- firmare il referto prima dell'inizio della gara
- effettuare il sorteggio insieme al capitano dell'altra squadra ed all'arbitro
- firmare il referto al termine della gara

VINCERE LA GARA, IL SET, IL PUNTO

SISTEMA DI PUNTEGGIO

La gara può essere costituita da un solo set o da tre set, a discrezione dell'Organizzazione, in funzione del numero di squadre partecipanti.

Nel caso in cui la gara si svolga in tre set, vince la squadra che si aggiudica due set.

I set di tutte le gare potranno essere ai 21 o 25 punti, a discrezione dell'Organizzazione, in funzione del numero di squadre partecipanti. Si aggiudica il set la squadra che per prima raggiunge tale punteggio con almeno due punti di scarto. In caso di parità di punteggio a 20 o 24, si procederà con i vantaggi, e si aggiudicherà il set la squadra che per prima raggiunge un vantaggio di due punti sull'altra. E' lasciata facoltà all'Organizzazione di fissare, a propria discrezione e qualora i tempi di svolgimento del torneo lo richiedano, un punteggio limite al raggiungimento del quale da parte di una squadra, questa si aggiudica il set anche se solo in vantaggio di un punto sull'altra (per esempio, in caso di parità a 29, si aggiudicherà comunque il set la squadra che raggiunge il punteggio di 30).

Nel caso di un set vinto per parte, il terzo set viene giocato a 15 punti con uno scarto di almeno due punti. In caso di parità di punteggio a 14 si procederà con i vantaggi, e si aggiudicherà l'incontro la squadra che per prima raggiunge un vantaggio di due punti sull'altra. E' lasciata facoltà all'Organizzazione di fissare, a propria discrezione e qualora i tempi di svolgimento del torneo lo richiedano, un punteggio limite al raggiungimento del quale da parte di una squadra, questa si aggiudica il set anche se solo in vantaggio di un punto sull'altra (per esempio, in caso di parità a 19, si aggiudicherà comunque il set la squadra che raggiunge il punteggio di 20).

Le squadre cambiano campo dopo ogni 7 punti giocati nei set ai 21 punti, ogni 10 punti giocati nei set ai 25 punti ed ogni 5 punti nel 3° set.

Ogni qualvolta una squadra sbaglia un servizio, o sbaglia nel colpire la palla o commette qualsiasi altro tipo di fallo, la squadra avversaria conquista un punto con una delle seguenti conseguenze:

- se la squadra avversaria era al servizio, conquista un punto e continua a servire
- se la squadra avversaria era a ricevere, guadagna il diritto a servire e conquista anche un punto
Se una squadra rifiuta di giocare dopo essere stata invitata a farlo dall'arbitro, è dichiarata perdente per rinuncia, con il punteggio di 0-1 o 0-2 per la gara, a seconda che questa si disputi rispettivamente al meglio di uno o di tre set, e col punteggio di 0-21 o 0-25 per ogni set a seconda che questi siano ai 21 o 25 punti rispettivamente.

Una squadra che non si presenta in tempo sul terreno di gioco è dichiarata perdente per rinuncia con lo stesso punteggio di cui alla regola precedente.

Una squadra dichiarata incompleta, per il set o per la gara, perde il set o la gara. Si attribuiscono alla squadra avversaria i punti ed i set mancanti per vincere il set o la gara. La squadra incompleta conserva i punti ed i set acquisiti.

CASI PRATICI

- 1) Nel caso si verifichino due falli, l'arbitro deve sanzionare quello che si è temporalmente verificato per primo.
- 2) Nel caso di due falli esattamente contemporanei di due avversari, l'arbitro deve sanzionare il "doppio fallo" e far ripetere l'azione.

PRIMA DELLA GARA

Prima del riscaldamento ufficiale, il primo arbitro effettua il sorteggio alla presenza dei capitani delle due squadre. Il vincitore del sorteggio sceglie:

- a) il diritto a servire o a ricevere il servizio;
- b) la parte del terreno di gioco;

Il perdente sceglie la restante alternativa.

Se la gara è al meglio dei tre set, nel secondo set chi ha perso il sorteggio nel primo set avrà la scelta a) o b), ed un nuovo sorteggio verrà effettuato nell'eventuale set decisivo.

E' consentito prima dell'inizio della partita il riscaldamento della squadra sul campo di gioco per un tempo max. di min. 10, onde evitare che il prolungamento dello stesso ritardi lo svolgimento del torneo. Se le squadre hanno potuto avere a disposizione un campo di riscaldamento, esse hanno diritto ad un riscaldamento di 5 minuti insieme a rete.

La squadra chiamata in campo dall'organizzazione dovrà presentarsi entro 5 min., trascorsi i quali l'organizzazione potrà decretarne la sconfitta a tavolino per mancata presentazione.

La squadra che vince il sorteggio:

- a) se sceglie il servizio, l'altra squadra dovrà ricevere e scegliere il campo di gioco;
- b) se sceglie di ricevere, l'altra squadra dovrà servire e scegliere il campo di gioco;
- c) se sceglie il campo di gioco, l'altra squadra dovrà scegliere o il servizio o la ricezione.

FORMAZIONE DELLA SQUADRA E SOSTITUZIONI

Tutti i giocatori di una squadra devono essere sempre in gioco.

Durante lo svolgimento della gara sono ammesse sostituzioni libere di giocatori (solo nelle categorie 2+1 e 3x3); il cambio deve necessariamente effettuarsi sesso su sesso e, per ogni set, con vincolo sul cambio (se atleta A sostituisce atleta B, quest'ultimo può rientrare solo al posto di atleta A).

Prima dell'inizio della gara sono ammesse sostituzioni in caso di indisposizione o assenza giustificata, ed il giocatore sostituito potrà entrare in campo solo all'inizio di un set successivo al primo, ove la gara consti di più di un set.

POSIZIONI DEI GIOCATORI

Nel momento in cui la palla è colpita dal battitore, ogni squadra deve essere posizionata dentro il proprio campo (ad eccezione del battitore).

Le posizioni dei giocatori sono libere. Non ci sono posizioni predeterminate sul campo, per cui non ci sono falli di posizione.

L'ordine di servizio deve essere mantenuto per tutto il set (così come deciso dal capitano della squadra immediatamente dopo il sorteggio).

Si verifica un fallo di rotazione quando non è rispettato l'ordine di servizio; esso è punito con l'assegnazione di un punto all'avversario e la perdita del servizio.

AZIONI DI GIOCO

Lo scambio inizia con il fischio dell'arbitro. La palla è in gioco dal momento del colpo di servizio.

Lo scambio finisce con il fischio dell'arbitro. Se il fischio avviene per un fallo di gioco, la palla è fuori gioco dal momento in cui è stato commesso il fallo.

La palla è dentro quando tocca la superficie del terreno di gioco, comprese le linee di delimitazione.

La palla è fuori quando:

- a) cade sul campo completamente fuori dalle linee di delimitazione (senza toccarle);
- b) tocca un oggetto fuori dal terreno di gioco, il soffitto o una persona esterna al gioco;
- c) tocca le aste, i cavi, i pali o la stessa rete oltre le bande laterali;
- d) attraversa completamente il piano verticale della rete, durante un servizio o dopo il terzo tocco di squadra
 - sotto la stessa
 - totalmente o parzialmente nello spazio esterno

CASI PRACTICI

- 1) Se la palla cade vicino alle linee perimetrali non lasciando capire chiaramente all'arbitro se è dentro o fuori dal campo, egli deve verificare di persona il segno lasciato dalla palla sulla sabbia, chiedendo ai giocatori di non avvicinarsi ad esso.
- 2) Per evitare controversie, i giocatori hanno il diritto di chiedere all'arbitro la verifica del segno della palla sulla sabbia. In tal caso essi non devono avvicinarsi al punto di impatto della palla per evitare di alterare il segno lasciato dalla stessa.
- 3) Se un giocatore della squadra nella cui parte di campo è caduta la palla si avvicina al punto di impatto per verificarne il segno, e sia pure involontariamente lo cancella o lo altera, si presentano i seguenti casi:
 - a) il giocatore ha chiaramente cancellato il segno solo per confermare che la palla deve essere assegnata agli avversari: nessuna sanzione gli viene comminata
 - b) l'arbitro è comunque in grado di stabilire con certezza che la palla sia dentro o fuori; in tal caso, dopo aver assegnato la palla alla squadra che dovrà servire, l'arbitro dovrà sanzionare il giocatore reo di aver cancellato il segno con un avvertimento (cartellino giallo)
 - c) l'arbitro non è in grado di stabilire con certezza se la palla sia dentro o fuori; in tal caso
 - tecnicamente non si assume nessuna decisione circa il segno della palla e si fa ripetere l'azione
 - si penalizza il giocatore reo di aver cancellato il segno della palla mostrandogli il cartellino rosso per condotta maleducata, pertanto, alla squadra avversaria sarà assegnato un solo punto, ovvero quello che deriva dalla sanzione disciplinare.

FALLI DI GIOCO

Ogni azione contraria alle Regole è un fallo di gioco.

Gli Arbitri giudicano i falli e determinano le sanzioni conformemente alle Regole.

C'è sempre una sanzione per un fallo. Gli avversari della squadra che commette fallo vincono lo scambio sulla base di quanto già indicato al paragrafo SISTEMA DI PUNTEGGIO, ossia:

Ogni qualvolta una squadra sbaglia un servizio, o sbaglia nel colpire la palla o commette qualsiasi altro tipo di fallo, la squadra avversaria conquista un punto con una delle seguenti conseguenze:

- se la squadra avversaria era al servizio, conquista un punto e continua a servire
 - se la squadra avversaria era a ricevere, guadagna il diritto a servire e conquista anche un punto
- Se due o più falli sono commessi in momenti successivi, viene sanzionato solo il primo fallo.
Se due o più falli sono commessi da giocatori di squadre opposte simultaneamente, l'arbitro sanziona un doppio fallo, non assegna alcun punto e fa rigiocare lo scambio.

COME SI GIOCA

Ogni squadra deve giocare la palla nella sua area e spazio di gioco. Tuttavia, la palla che ha attraversato il piano verticale della rete verso la zona libera situata attorno al campo avversario, totalmente o parzialmente al di fuori dello spazio di passaggio, può essere recuperata, entro i tocchi previsti per la squadra, a condizione che la palla, quando viene rinvia all'indietro, attraversi di nuovo il piano verticale della rete, totalmente o parzialmente, nello spazio esterno dallo stesso lato del campo. La squadra avversaria non può ostacolare tale azione.

La palla può essere recuperata e mantenuta in gioco anche oltre la zona libera.

TOCCHI DI SQUADRA

Ogni squadra ha diritto ad un massimo di tre tocchi, oltre all'eventuale tocco a muro (SOLO per le categorie 2+1 e 3x3; per le categorie 1+1 e 2x2 due tocchi oltre al tocco a muro), per rinviare la palla oltre la rete. In questi tocchi sono conteggiati non solo i tocchi intenzionali ma anche i contatti involontari con la palla.

Un giocatore non può toccare la palla due volte consecutivamente, con le seguenti eccezioni:

- a) contatti consecutivi rapidi e continui possono essere eseguiti da uno o più giocatori a muro, a condizione che essi avvengano nel corso della stessa azione; questi sono contati come un unico tocco di squadra
- b) al primo tocco di squadra, tranne che il tocco avvenga usando le dita, la palla può toccare consecutivamente più parti del corpo di un giocatore, a condizione che tali contatti abbiano luogo nella stessa azione.
- c) il primo tocco dopo il muro può essere eseguito da qualsiasi giocatore, incluso quello che ha appena murato

TOCCHI SIMULTANEI

Due giocatori possono toccare la palla nello stesso momento.

Quando due giocatori della stessa squadra toccano simultaneamente la palla, si considerano due tocchi, ad eccezione dell'azione di muro, nella quale tocchi consecutivi rapidi e continui possono essere effettuati da parte di uno o più giocatori a muro, a condizione che si susseguano nel corso della medesima azione, venendo contati come un unico tocco di squadra.

Se entrambi gli atleti cercano la palla ma uno solo di essi tocca la palla, si considera un solo tocco.

La collisione fra giocatori della stessa squadra non costituisce fallo.

Se il tocco simultaneo ha luogo tra due avversari al di sopra della rete e la palla resta in gioco, la squadra che la rigioca ha diritto a tre nuovi tocchi. Se tale palla cade a terra fuori dal terreno di gioco, il fallo è della squadra schierata nel campo opposto.

Se due avversari toccano simultaneamente la palla al di sopra della rete, causando una palla bloccata, questo non va considerato fallo.

TOCCO AGEVOLATO

Entro l'area di gioco, ad un giocatore non è permesso avvalersi dell'appoggio di un compagno di squadra o delle attrezzature come supporto per toccare la palla. Tuttavia un giocatore che è sul punto di commettere un fallo (tocco della rete, interferenza con l'avversario, ecc.) può essere fermato o trattenuto dal compagno di squadra.

CARATTERISTICHE DEL TOCCO

La palla può toccare qualsiasi parte del corpo.

Primo tocco:

- è consentito qualunque tipo di ricezione, quindi anche il palleggio, purché non si configuri il fallo di palla bloccata o lanciata; non esiste il fallo di trattenuta.
- può essere un palleggio verso il campo avverso purché sia fatto a due mani e in asse (ossia con traiettoria perpendicolare alla linea delle spalle)

Secondo tocco:

- può essere fatto con due mani in palleggio nel proprio campo verso un compagno, purché non si configuri il fallo di palla trattenuta o di doppio tocco
- può essere fatto con una mano sola se si tratta di alzata e purché non si configuri il fallo di palla trattenuta o di doppio tocco

La palla deve essere colpita, non può essere fermata o lanciata. Può rimbalzare in qualsiasi direzione.

Eccezioni:

- a) in azione di difesa di attacco potente. In questo caso la palla può essere momentaneamente trattenuta con le dita delle mani dall'alto in basso o dal basso in alto;
- b) se due avversari toccano simultaneamente la palla, causando una palla bloccata

La palla può toccare varie parti del corpo di un giocatore solo a condizione che tali contatti siano simultanei.

Eccezioni:

- a) contatti consecutivi, rapidi e continui, possono essere eseguiti da uno o più giocatori a muro, a condizione che essi avvengano nel corso della stessa azione;
- b) al primo tocco di squadra, tranne nel caso in cui il tocco avvenga usando le dita, la palla può toccare consecutivamente più parti del corpo di un giocatore, a condizione che tali contatti abbiano luogo nella stessa azione.

FALLI DI TOCCO DI PALLA

Quattro tocchi: quando una squadra tocca la palla quattro volte (escluso l'eventuale tocco a muro) prima di rinviarla verso il campo avverso.

Tocco agevolato: quando un giocatore si avvale di un compagno di squadra o delle attrezzature per toccare la palla entro l'area di gioco.

Palla trattenuta: quando un giocatore non colpisce la palla e la trattiene, tranne che in caso di difesa da attacco potente, o quando due avversari toccano simultaneamente la palla al di sopra della rete, causando una palla bloccata.

Doppio tocco: un giocatore colpisce la palla due volte in successione o la palla tocca successivamente varie parti del suo corpo.

E' fallo qualora un giocatore completi un attacco della palla utilizzando un palleggio che ha una traiettoria non perpendicolare alla linea delle spalle.

CASI PRATICI

Se dopo un tocco simultaneo fra due avversari sopra la rete, la palla rotolando sul bordo superiore della stessa va a toccare un'antenna, deve essere sanzionato il doppio fallo.

PALLA IN DIREZIONE DELLA RETE

PASSAGGIO DELLA PALLA OLTRE LA RETE

La palla inviata nel campo avverso deve passare al di sopra della rete entro lo spazio di passaggio (Figura 2). Lo spazio di passaggio è la parte del piano verticale della rete delimitata come segue:

- inferiormente dalla banda superiore della rete;
- lateralmente dalle antenne e loro prolungamento immaginario;
- superiormente dal soffitto

La palla che ha attraversato il piano verticale della rete verso la zona libera opposta, totalmente o parzialmente al di fuori dello spazio di passaggio, può essere recuperata, entro i tocchi previsti per la squadra, a condizione che la palla, quando viene rinviate all'indietro, attraversi di nuovo il piano verticale della rete, totalmente o parzialmente, nello spazio esterno dallo stesso lato del campo La squadra avversaria non può ostacolare tale azione.

La palla è "fuori" quando attraversa completamente il piano inferiore della rete (Figura 2).

Un giocatore può entrare nel campo opposto per giocare la palla prima che essa attraversi completamente lo spazio inferiore della rete o lo spazio esterno alla zona di passaggio.

PALLA CHE TOCCA LA RETE

Nell'attraversare la rete, la palla può toccare la stessa.

PALLA IN RETE

La palla inviata in rete può essere ripresa entro il limite dei tre tocchi per squadra.

Se la palla rompe le maglie della rete o la fa cadere, l'azione è annullata e deve essere rigiocata.

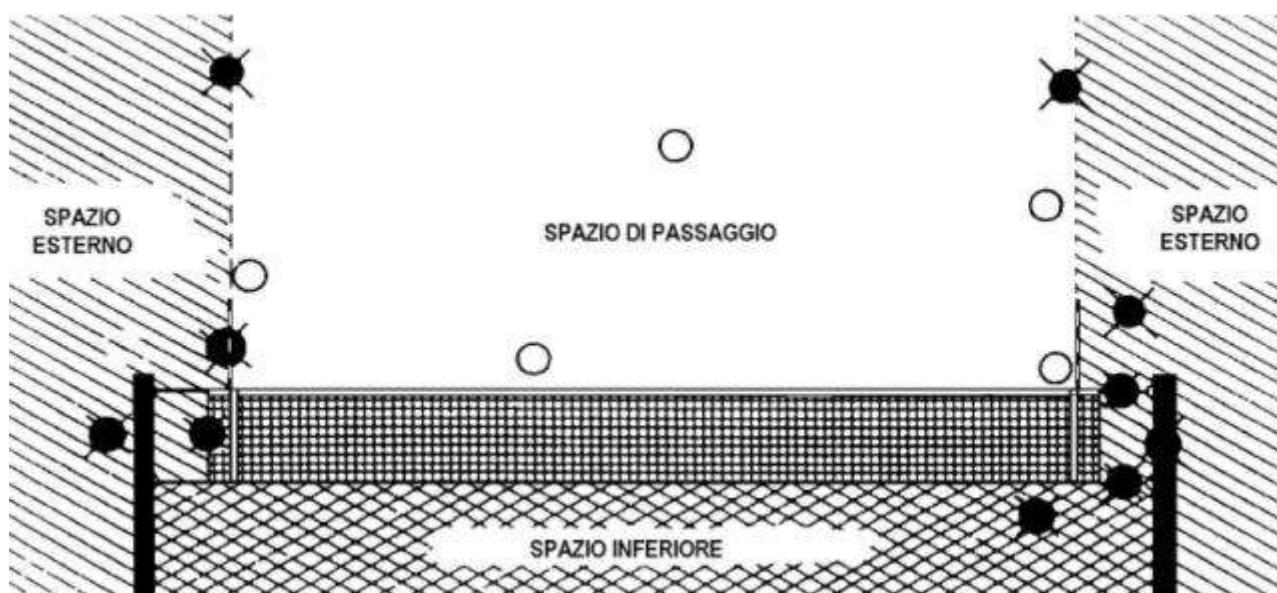


Figura 2

CASI PRACTICI

- 1) Un giocatore che ha inviato la palla a rete non può rigiocarla quando la stessa ritorna di rimbalzo. In questo caso il giocatore commette fallo di "doppio tocco", salvo che non si tratti di partecipante a muro.
- 2) Se la palla, dopo il terzo tocco di una squadra, tocca la rete senza superarla, l'arbitro non deve fermare immediatamente il gioco ma deve sanzionare il fallo soltanto quando la palla tocca il suolo o è toccata per la quarta volta.
- 3) Nel caso in cui una palla inviata verso il campo avversario sotto la rete colpisca un avversario prima che attraversi completamente il piano verticale della rete stessa, l'arbitro sanzionerà il fallo di "palla fuori" alla squadra che ha inviato la palla verso il campo avversario sotto la rete.
- 4) Se nella stessa situazione del caso precedente, un giocatore in campo avversario tocca intenzionalmente la palla che sta andando verso il suo campo prima che essa attraversi completamente il piano verticale della rete, egli commette fallo in quanto non può toccare la palla prima che essa attraversi completamente il piano verticale della rete sotto la stessa.

- 5) Se la palla attraversa il piano verticale della rete parzialmente o totalmente nello spazio esterno:
 - a) se la traiettoria della palla è verso il campo opposto, gli arbitri devono sanzionare "palla fuori"
 - b) se la traiettoria della palla è verso la zona libera del campo opposto dopo l'avvenuto terzo tocco, gli arbitri devono sanzionare "palla fuori"

GIOCATORE A RETE

ANDARE OLTRE LA RETE

Nell'effettuare azione di muro, un giocatore può toccare la palla con mani e braccia oltre la rete nel campo avverso, a condizione che non interferisca col gioco dell'avversario prima o durante l'ultimo colpo d'attacco, ossia fino a che l'avversario non ha effettuato il colpo d'attacco.

Al giocatore che effettua il colpo di attacco è permesso di passare con la mano oltre la rete, a condizione che il tocco di palla avvenga nel proprio spazio di gioco.

INVASIONE NEL CAMPO OPPOSTO E/O NELLA ZONA LIBERA AVVERSARIA

Un giocatore può entrare nel campo opposto (ossia non vi è invasione) e/o nella zona libera avversaria sempre che non interferisca con il gioco degli avversari.

CONTATTO CON LA RETE

Il contatto di un giocatore con la rete non è fallo a condizione che non interferisca con il gioco, che non tocchi il bordo superiore della rete o la parte superiore dell'antenna durante la sua azione nel giocare la palla.

Una volta che il giocatore ha colpito la palla, egli può toccare i pali, i cavi o qualsiasi altro oggetto oltre la totale lunghezza della rete, a condizione che non interferisca con il gioco.

Se la palla inviata contro la rete causa il contatto di quest'ultima con un giocatore avverso, non è fallo.

FALLI DEL GIOCATORE A RETE

- a) Se un giocatore tocca la palla o un avversario nello spazio avverso prima o durante l'attacco avversario.
- b) Se un giocatore penetra nello spazio avverso sotto la rete o nella zona libera interferendo con il gioco avverso
- c) Se un giocatore tocca la rete o l'asta durante la sua azione di giocare la palla o interferisce con il gioco avverso

CASI PRACTICI

- 1) Un giocatore può invadere lo spazio avverso sotto la rete per recuperare la palla proveniente dal proprio campo, purché la palla non abbia oltrepassato completamente il piano verticale della rete.
- 2) Qualora la palla tocchi accidentalmente un giocatore avversario nel suo spazio, l'arbitro sanzionerà il fallo alla squadra da cui proveniva la palla stessa.
- 3) Un giocatore può oltrepassare il piano verticale della rete passando tra la linea laterale ed il palo, dietro il palo, o sotto la rete, purché non disturbi gli avversari durante il gioco.
- 4) Un giocatore può colpire la palla che si trova parzialmente nello spazio avverso se colpisce la palla nella parte di questa che si trova nel proprio spazio.
- 5) Se vi è tocco intenzionale della rete tendente a trarre in inganno gli arbitri e gli avversari, le conseguenze debbono essere:
 - a. fallo di tocco di rete con servizio e punto alla squadra avversaria
 - b. assegnare un richiamo (cartellino giallo) all'atleta per comportamento scorretto
- 6) Se un giocatore a muro, dopo il tentativo di murare la palla, tenta (coi piedi a terra) voltandosi di tornare a giocare la palla che ormai è lontana dalla rete, e tocca la rete con il gomito, non è fallo. Infatti, affinché l'azione sia fallosa, è necessario che il giocatore stia giocando o tentando di giocare la palla e che la palla si trovi vicino alla rete.

- 7) Se ad un giocatore, durante un'azione di muro, il cappellino, gli occhiali o qualsiasi altro oggetto che egli indossa cadono e toccano la rete, non è fallo.
- 8) Se un giocatore a muro, dopo il tentativo di murare la palla, tenta (coi piedi a terra) voltandosi di tornare a giocare la palla che è alle sue spalle (vicino alla rete), e tocca la rete con il gomito, è fallo perché in questa azione sono rappresentate tutte e due le condizioni perché essa sia fallosa; precisamente il giocare la palla e che la stessa sia in prossimità della rete. Se invece il tocco della rete avviene con palla lontana da rete non è fallo.
- 9) Se un giocatore sbaglia la ricezione ed invia il pallone nella rete, ed un suo compagno, nel tentativo di giocare la palla, colpisce anche la parte inferiore della rete, è fallo perché in questa azione sono rappresentate tutte e due le condizioni perché essa sia fallosa; precisamente il giocare la palla e che la stessa sia in prossimità della rete.

SERVIZIO

Il servizio è l'atto della messa in gioco della palla da parte del giocatore che, posizionato nella zona di servizio, colpisce la palla con una mano o col braccio.

PRIMO SERVIZIO DEL SET

Il primo servizio del set è effettuato dalla squadra determinata per sorteggio.

ORDINE DEL SERVIZIO

Dopo il primo servizio del set, il giocatore al servizio è così determinato:

- a) quando la squadra al servizio vince lo scambio, il giocatore che lo aveva in precedenza effettuato, serve di nuovo;
- b) quando la squadra in ricezione vince lo scambio, ottiene il diritto a servire e dovrà effettuare una rotazione, mandando in battuta il giocatore cui spetta secondo l'ordine di servizio comunicato

AUTORIZZAZIONE AL SERVIZIO

L'arbitro autorizza l'esecuzione del servizio dopo aver verificato che il giocatore in battuta sia in possesso della palla dietro la linea di fondo e che entrambe le squadre siano pronte.

ESECUZIONE DEL SERVIZIO

Il giocatore al servizio può disporsi liberamente all'interno della zona di servizio.

Nel momento in cui colpisce la palla o nello slancio per un servizio al salto, il battitore non deve toccare il terreno di gioco (linea di fondo inclusa) o il suolo all'esterno della zona di servizio.

Il suo piede non può andare sotto la linea di fondo. Dopo aver colpito la palla, egli può andare o ricadere fuori della zona di servizio o dentro il campo.

Non è fallo se la linea si muove per lo spostamento della sabbia causato dal servizio.

Il giocatore al servizio deve colpire la palla entro i 5 secondi successivi al fischio di autorizzazione del primo arbitro.

Il servizio eseguito prima del fischio dell'arbitro è annullato e deve essere ripetuto.

La palla deve essere colpita con una mano o con qualsiasi parte del braccio, dopo essere stata lanciata o lasciata e prima che tocchi la superficie di gioco.

Se la palla lanciata o lasciata dal giocatore al servizio cade senza essere toccata o ripresa dallo stesso giocatore, il servizio è considerato effettuato.

Non è permesso più di un tentativo di servizio.

VELO

I compagni del giocatore al servizio non devono impedire agli avversari di vedere il giocatore al servizio o la traiettoria della palla. Su richiesta degli avversari essi devono spostarsi.

FALLI DURANTE IL SERVIZIO

Se il giocatore al servizio:

a) non rispetta l'ordine di servizio

b) non effettua correttamente il servizio

gli verrà fischiato fallo con conseguente passaggio del servizio all'altra squadra.

FALLI DI SERVIZIO DOPO AVER COLPITO LA PALLA

Dopo che la palla è stata colpita correttamente, il servizio diviene faloso se la palla:

a) tocca un giocatore della squadra al servizio o non oltrepassa il piano verticale della rete

b) va fuori

CASI PRATICI

1. Il gioco inizia, ovvero la palla è in gioco, non quando l'arbitro fischia per autorizzare il servizio, ma al momento del colpo di servizio sulla stessa.
2. Il servizio non può essere eseguito con un palleggio a due mani, la palla deve essere colpita con una sola mano o con qualsiasi parte del braccio.
3. Nel servizio si può verificare il fallo di trattenuta quando il battitore non colpisce la palla, ma la trasporta o la trattiene con una mano.
4. Il battitore, prima di lanciare la palla per il servizio, può trasportarla da una mano all'altra.
5. Per eseguire il servizio, il giocatore può muoversi liberamente sia dentro che fuori della zona di servizio, ma al momento del colpo sulla palla o del salto per colpirla deve essere con i piedi all'interno della zona di servizio.
6. Se la palla lanciata dal giocatore al servizio tocca il soffitto o altro oggetto deve essere sanzionato il fallo di servizio.
7. Se la rete colpita dalla palla di servizio si abbassa o cade a terra, si farà ripetere il servizio dopo aver ripristinato la rete.

COLPO DI ATTACCO

DEFINIZIONE

Tutte le azioni che dirigono la palla verso il campo avverso, ad eccezione del servizio e del muro, sono considerati colpi d'attacco.

Un attacco è completato nel momento in cui la palla attraversa interamente il piano verticale della rete o è toccata dal muro.

Ogni giocatore può portare un attacco a qualsiasi altezza a condizione che il contatto con la palla avvenga nel proprio spazio di gioco, tranne che nel caso di attacco su servizio avversario, che può essere effettuato solo quando la palla è al di sotto del bordo superiore della rete.

FALLI DI ATTACCO

- a) se un giocatore tocca la palla nello spazio di gioco avversario prima o durante l'ultimo colpo di attacco;
- b) se un giocatore invia la palla fuori;
- c) se un difensore completa un attacco con un tocco di mano aperta e dirigendo la palla con le dita;
- d) se un giocatore completa un attacco sul servizio avversario, quando la palla è completamente al di sopra del bordo superiore della rete;
- e) se un giocatore completa un attacco della palla utilizzando un palleggio che ha una traiettoria non perpendicolare alla linea delle spalle, salvo che effettui un passaggio ad un suo compagno;

CASI PRATICI

- 1) Un giocatore può completare un attacco da qualsiasi punto dell'area di gioco e con la palla in qualsiasi posizione, ad eccezione di quella in arrivo su servizio avversario, se essa si trova completamente al di sopra del bordo superiore della rete.

- 2) Si può completare un attacco sul servizio avversario quando la palla, al momento del tocco, si trova almeno in parte ad una altezza inferiore a quella del bordo superiore della rete.
- 3) Un giocatore può compiere regolarmente un attacco colpendo la palla che si trova parzialmente al di sopra del campo avversario se il giocatore colpisce la parte di palla che si trova sul proprio campo.
- 4) Un giocatore dopo aver effettuato il muro può schiacciare direttamente la palla verso il campo avversario.
- 5) Un giocatore non può effettuare un colpo di attacco "morbido" colpendo la palla a mano aperta con le dita. La palla può essere colpita con le nocche e, in caso di tocco della palla con le dita, le stesse devono essere unite e rigide.

MURO

DEFINIZIONE

Il muro è l'azione dei giocatori vicino alla rete per intercettare la palla proveniente dal campo opposto, superando il bordo superiore della rete (Figura 3).

TOCCHI DEL GIOCATORE A MURO

Il primo tocco dopo il muro può essere eseguito da qualsiasi giocatore, incluso quello che ha appena murato.

MURO NELLO SPAZIO AVVERSO

Nel murare, il giocatore può passare le sue mani e braccia oltre la rete, a condizione che questa azione non interferisca con il gioco avversario. Quindi non è permesso toccare la palla oltre la rete fino a che l'avversario non ha effettuato il colpo d'attacco.

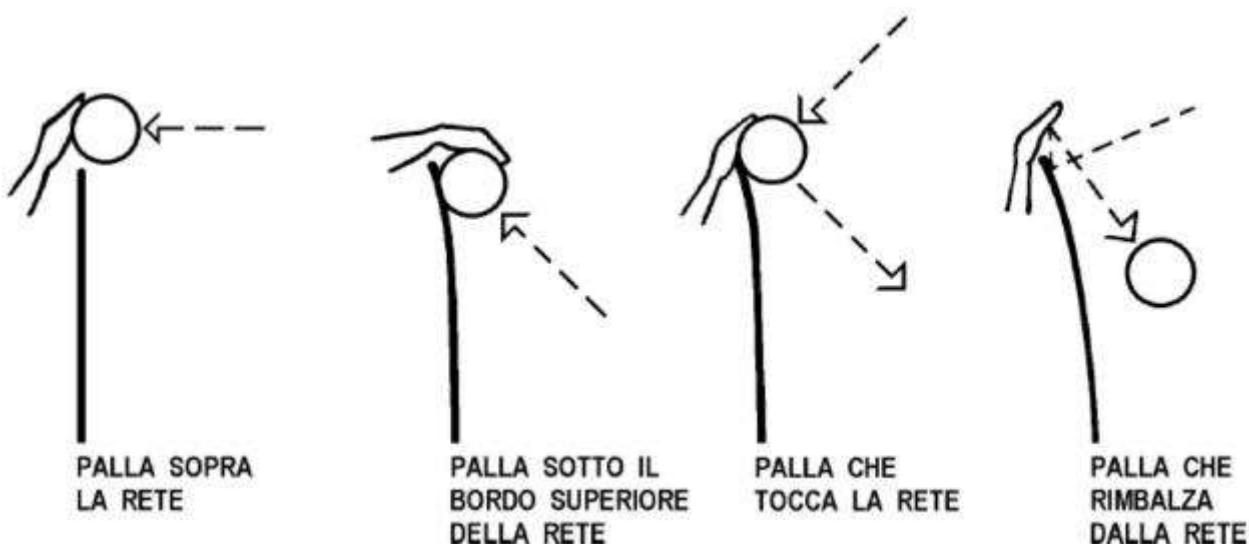


Figura 3 – Muro effettivo

TOCCO DI MURO

Il contatto della palla da parte del muro non è conteggiato come un tocco di squadra (SOLO per le categorie 2+1 e 3x3).

Pertanto, dopo il tocco del muro, la squadra ha diritto a tre tocchi (2 tocchi per le categorie 1+1 e 2x2) per rinviare la palla.

Tocchi consecutivi, rapidi e continui, possono essere effettuati da parte di uno o più giocatori a muro, a condizione che si susseguano nel corso della medesima azione. Questi tocchi possono avvenire con qualsiasi parte del corpo e sono contati come un unico tocco di squadra.

FALLI DI MURO

- a) se il giocatore a muro tocca la palla nello spazio avverso prima o contemporaneamente al colpo d'attacco avversario
- b) se il muro tocca la palla nello spazio avverso al di fuori dell'asta
- c) se il muro tocca la palla proveniente dal servizio avversario
- d) se il muro invia la palla fuori

CASI PRATICI

- 1) Se un giocatore esegue un muro sull'attacco avversario portandosi con le mani al di sopra del bordo superiore della rete, ma viene colpito dalla palla in una parte del corpo che si trova al di sotto di tale bordo, tale tocco si deve considerare muro se al momento del tocco una parte del corpo del giocatore si trova superiormente al bordo della rete.
- 2) Il giocatore, mentre esegue l'azione di muro, può toccare la palla oltrepassando la rete, ma solo dopo il tocco d'attacco avversario. Ciò significa che, nel caso di un tocco simultaneo dell'attaccante e del bloccante, con palla completamente nello spazio dell'attaccante, quello del muro deve essere considerato un tocco irregolare e quindi sanzionato.
- 3) Un passaggio interno nel campo avverso non può essere murato perché non è una azione d'attacco, eccetto dopo il terzo tocco.
- 4) Una palla nello spazio avverso, al di sopra della rete, che ha traiettoria parallela alla rete può essere murata solo dopo il terzo tocco.
- 5) Se la palla toccata da un muro invadente nella sua caduta verso il suolo, tocca una parte del corpo di un giocatore a muro, il fallo viene sanzionato
 - al giocatore a muro, se la parte del corpo che viene colpita dalla palla si trova in invasione dello spazio avverso sotto la rete
 - alla squadra attaccante se la palla colpisce una parte del corpo non invadente
- 6) Se, a seguito di un muro invadente, la palla cade sul campo dello stesso muro passando sotto la rete, il fallo viene sanzionato alla squadra in attacco, considerando regolare il muro.

TEMPI DI RIPOSO E RITARDI

INTERRUZIONI DI GIOCO REGOLAMENTARI

TEMPO DI RIPOSO

Un tempo di riposo (time-out) è un'interruzione regolamentare di gioco e dura per 30 secondi.

NUMERO DEI TEMPI DI RIPOSO

Ogni squadra ha diritto di richiedere 2 tempi di riposo per ciascun set.

RICHIESTE DEI TEMPI DI RIPOSO

I tempi di riposo possono essere richiesti dai giocatori solo quando la palla è fuori gioco e prima del fischio che autorizza il servizio.

I tempi di riposo possono susseguirsi senza necessità che il gioco venga ripreso.

I giocatori devono essere autorizzati dagli arbitri a lasciare il campo di gioco.

RICHIESTE IMPROPRIE

Ogni richiesta impropria che non incide sul gioco né provoca ritardi sul gioco stesso deve essere rigettata senza alcuna sanzione, a meno che non abbia a ripetersi nel corso dello stesso set.

CASI PRATICI

- 1) Il tempo di riposo non può essere interrotto prima dei 30 secondi previsti, che debbono sempre trascorrere completamente.
- 2) Si ricorda che tra il fischio iniziale e quello di fine del tempo di riposo devono trascorrere 45 secondi poiché si tiene conto di un tempo stimato in 15 secondi perché i giocatori raggiungano la loro postazione. Questo implica che il gioco riprende dopo 60 secondi dal fischio iniziale di interruzione (gli altri 15 secondi sono il tempo stimato per il rientro in campo).
- 3) Dopo il fischio dell'arbitro per autorizzare il servizio, la richiesta di tempo di riposo deve essere respinta in quanto impropria, e l'arbitro rifischierà l'autorizzazione al servizio quando le squadre sono pronte ed il battitore è in possesso della palla.
- 4) Se una squadra, nel corso dello stesso set, richiede un terzo tempo di riposo, nessuna sanzione sarà assegnata per la prima volta nel set, limitando l'intervento arbitrale alla semplice respinta della richiesta impropria.
- 5) La palla durante il tempo di riposo va riposta nella zona di servizio o nei pressi di essa.
- 6) Le conseguenze di una richiesta impropria sono:
 - a) alla prima richiesta nel set, l'arbitro fischia e la respinge, senza sanzione
 - b) alla seconda richiesta della stessa squadra nello stesso set, l'arbitro fischia ed assegna un "avvertimento per ritardo di gioco"
 - c) alla terza e successive richieste della stessa squadra nel set, l'arbitro fischia ed assegna una "penalizzazione per ritardo di gioco"

PROGRESSIONE DELLE SANZIONI NELLO STESSO SET PER:

- RICHIESTE IMPROPRIE (RI)
- RITARDI DI GIOCO (RG)
 - (nc) – non concesse, senza sanzione
 - (g) - avvertimento, cartellino giallo
 - (r) – penalizzazione, cartellino rosso
- RI (nc) 2^a RI (g) 3^a RI (r) SUCC. RI (r)
- RG (g) 2^a RG (r) 1^a RI (nc) SUCC. RI e RG (r)
- RI (nc) 1^a RG (g) 2^a RI (r) SUCC. RI e RG (r)
- RG (g) 1^a RI (nc) 2^a RI (r) SUCC. RI e RG (r)

- 7) Nel caso di richiesta impropria formulata durante lo svolgersi di un'azione, l'arbitro deve comportarsi come segue:
 - a) se come conseguenza della richiesta impropria è prevista la semplice respinta della stessa o l'assegnazione dell'avvertimento per ritardo di gioco (2^a richiesta nel set), l'azione non deve essere interrotta riservandosi di intervenire a fine della stessa
 - b) se come conseguenza è prevista la sanzione della penalizzazione per ritardo di gioco (3^a e successive richieste improprie o 2^a e successive richieste improprie dopo che era stato assegnato alla stessa squadra nel set un avvertimento per ritardo), l'arbitro deve interrompere l'azione mostrando il cartellino rosso con la conseguente assegnazione di un punto alla squadra che aveva eseguito il servizio, se la penalizzazione è assegnata alla squadra in ricezione, oppure un punto ed il cambio del servizio se tale penalizzazione è diretta alla squadra che aveva effettuato il servizio stesso
- 8) Se per errore gli arbitri accolgono la richiesta di un terzo tempo di riposo e se ne accorgono in ritardo, devono immediatamente interrompere il tempo di riposo senza alcuna sanzione, in quanto richiesta impropria, se la prima nel set, e riprendere subito il gioco.

RITARDI DI GIOCO

TIPI DI RITARDO

Un'azione impropria di una squadra che differisce la ripresa del gioco, costituisce un ritardo di gioco ed include, fra le altre:

- a) prolungare il tempo di riposo dopo aver ricevuto l'invito a riprendere il gioco;
- b) ripetere una richiesta impropria nello stesso set;
- c) ritardare il gioco (12 secondi deve essere il massimo del tempo che può intercorrere tra la fine di uno scambio ed il fischio per il servizio successivo in normali condizioni di gioco);

SANZIONI PER I RITARDI

Il primo ritardo di una squadra nella gara è sanzionato con un avvertimento per ritardo con cartellino giallo

Il secondo ed i successivi ritardi di ogni tipo nello stesso set costituisce fallo e sono sanzionati con cartellino rosso e la penalizzazione per ritardo: perdita dello scambio ed un punto e servizio all'avversario.

CASI PRATICI

- 1) Le sanzioni previste per ritardi di gioco sono assegnate alla squadra e non alla singola persona.
- 2) Pertanto esse non possono essere correlate a quelle assegnate per "condotta scorretta".
- 3) Al primo ritardo di gioco viene assegnato un "avvertimento" con cartellino giallo; al ripetersi del ritardo di gioco nello stesso set, di qualsiasi tipo sia anche differente dal primo, alla squadra viene assegnata un cartellino rosso e "penalizzazione", così come a tutti i successivi ritardi di cui si rende colpevole la stessa squadra nello stesso set.
- 4) Se dopo il fischio dell'arbitro che determina la fine del tempo di riposo, una delle due squadre si attarda senza tornare in campo, l'arbitro sanzionerà un "avvertimento per ritardo" se è il primo ritardo nel corso del set, una "penalizzazione" in caso di recidiva di ritardo di gioco.
- 5) Se dopo l'intervallo tra un set e l'altro, l'arbitro richiama le squadre in campo, ed una di esse ritarda l'ingresso sul terreno di gioco e non rientra sollecitamente in campo, l'arbitro deve sanzionare un "avvertimento per ritardo" e se ugualmente dopo di ciò non si presenta ancora in campo, deve assegnare una "penalizzazione per ritardo".
- 6) Se in normali condizioni di gioco, dopo la fine di un'azione e per un tempo superiore a 12 secondi, una squadra non è ancora pronta a riprendere il gioco costringendo così l'arbitro a ritardare il fischio di autorizzazione al servizio per la ripresa del gioco, l'arbitro sanzionerà un "avvertimento per ritardo" se è il primo ritardo nel corso del set, una "penalizzazione" in caso di recidiva di ritardo di gioco.

INTERRUZIONI ECCEZIONALI DI GIOCO

INFORTUNIO

Se si verifica un incidente grave mentre la palla è in gioco, l'arbitro deve interrompere immediatamente il gioco. Lo scambio verrà poi rigiocato.

Ad un giocatore infortunato è concesso un massimo di 5 minuti di sospensione per un sola volta nel corso della gara (time-out medico). L'arbitro deve autorizzare che uno staff medico ufficialmente accreditato, qualora presente, entri sul terreno di gioco per assistere il giocatore infortunato. Solo l'arbitro può autorizzare un giocatore ad abbandonare il terreno di gioco senza subire sanzioni. Al termine dei 5 minuti di sospensione, l'arbitro fischerà e chiederà al giocatore di riprendere il gioco. A questo punto solo il giocatore può valutare se è nelle condizioni di tornare a giocare. Se il giocatore non ha recuperato o non ritorna in campo alla conclusione del tempo di sospensione, la sua squadra sarà dichiarata incompleta qualora non disponga di una riserva (la sostituzione da parte

della riserva è ammessa solo per la categoria 2+1 e deve avvenire a parità di sesso). In casi estremi il medico e il Responsabile del torneo possono opporsi al rientro in campo del giocatore infortunato. Nota: Il tempo di sospensione comincia quando lo staff medico arriva sul campo di gioco per assistere il giocatore. Nel caso non ci sia nessuno dello staff medico disponibile, il tempo di sospensione comincerà dal momento in cui l'arbitro avrà autorizzato la sospensione.

INTERFERENZE ESTERNE

Se c'è una interferenza esterna durante il gioco, lo scambio deve essere interrotto e rigiocato.

INTERRUZIONI PROLUNGATE Quando circostanze impreviste l'organizzatore decidono le misure provocano l'interruzione di una gara, il primo Arbitro e da adottare per ristabilire le condizioni normali.

Nel caso di una o più interruzioni, la cui durata complessiva non superi le 2 ore in totale, la gara viene ripresa con il punteggio acquisito al momento dell'interruzione sia che si continui sullo stesso campo sia che si riprenda su un altro.

Nel caso che le interruzioni eccedano il tempo totale di 2 ore la gara sarà rigiocata.

INTERVALLI E CAMBI DI CAMPO

CAMBI DI CAMPO

Le squadre cambiano campo dopo ogni 7 punti giocati nei set ai 21 punti, ogni 10 punti giocati nei set ai 25 punti ed ogni 5 punti nel 3º set.

INTERVALLI

L'intervallo tra un set e l'altro ha la durata di 1 minuto.

Durante l'intervallo, prima dell'eventuale terzo set si effettua un nuovo sorteggio.

Durante il cambio di campo le squadre devono cambiare campo senza frapporre ritardi.

Se il cambio di campo non viene operato al momento giusto, sarà effettuato appena ci si accorgerà dell'errore. In questo caso il cambio di campo verrà effettuato col punteggio maturato fino a quel momento.

CASI PRATICI

La durata dell'intervallo tra due set non è riducibile o aumentabile, ma deve essere esattamente quello previsto.

Il pallone, durante l'intervallo fra i set, deve essere posto nella zona di servizio o nelle sue vicinanze. Dopo i cambi di campo, le squadre possono richiedere una interruzione di gioco (il tempo di riposo) prima di riprendere il gioco.

CONDOTTA SCORRETTA

La condotta scorretta da parte di un atleta nei confronti degli ufficiali di gara, avversari, proprio compagno di squadra o spettatori è classificata in quattro categorie in relazione alla gravità delle offese.

CATEGORIE

- 1) Condotta antisportiva: continue discussioni, intimidazioni, etc.;
- 2) Condotta maleducata: azione contraria alle buone maniere o ai principi morali con espressioni deplorevoli;
- 3) Condotta offensiva: gesti o parole insultanti o diffamatorie;
- 4) Condotta aggressiva: attacco fisico o comportamento minaccioso;

SANZIONI

Le sanzioni vengono applicate in relazione alla gravità della condotta scorretta in base al giudizio dell'arbitro (le sanzioni vanno registrate sul referto di gara).

Avvertimento per condotta antisportiva (cartellino giallo): non è soggetta a sanzioni ma il giocatore coinvolto è avvertito di non ripeterla nel corso dello stesso set.

Penalizzazione per ripetuta condotta antisportiva o condotta maleducata (cartellino rosso): comporta la perdita di uno scambio.

Espulsione: la ripetuta condotta maleducata o offensiva è sanzionata con l'espulsione (cartellino giallo e rosso nella stessa mano). Il giocatore espulso deve lasciare l'area di gioco e la sua squadra è dichiarata incompleta per il set. Una squadra dichiarata incompleta, per il set o per la gara, perde il set o la gara in quanto tutti i giocatori devono sempre essere in gioco. Si attribuiscono alla squadra avversaria i punti ed i set mancanti per vincere il set o la gara. La squadra incompleta conserva i punti ed i set acquisiti.

Squalifica per condotta aggressiva (cartellino giallo e rosso in mani separate): il giocatore deve lasciare l'area di gioco e la sua squadra è dichiarata incompleta per la gara, per cui perde la stessa secondo le regole del punto precedente.

SCALA DELLE SANZIONI

La condotta scorretta è sanzionata come indicato nella scala delle sanzioni riportata in Figura 4.

Un giocatore può ricevere più di una penalizzazione durante un set.

Le sanzioni sono cumulative nell'ambito del singolo set.

La squalifica per aggressione non richiede una sanzione precedente.

CONDOTTA SCORRETTA PRIMA E TRA I SET

Qualsiasi condotta scorretta tenuta prima o tra i set è sanzionata secondo quanto previsto dalla scala delle sanzioni e le sanzioni vengono applicate nel set seguente.



CONDOTTA SCORRETTA E SUE SANZIONI				
CONDOTTA	VOLTE	SANZIONE	CARTELLINO	CONSEGUENZA
CONDOTTA ANTISPORTIVA	Prima volta	avvertimento	GIALLO	nessuna conseguenza
	Seconda e successive	penalizzazione	ROSSO	perdita dell'azione
CONDOTTA MALEDUCATA	Prima volta	penalizzazione	ROSSO	perdita dell'azione
	Seconda	espulsione	INSIEME GIALLO + ROSSO	Squadra incompleta per il set; Perdita del set
CONDOTTA OFFENSIVA	Prima volta	espulsione	INSIEME GIALLO + ROSSO	Squadra incompleta per il set; Perdita del set
CONDOTTA AGGRESSIVA	Prima volta	squalifica	SEPARATAMENTE GIALLO + ROSSO	Squadra incompleta per la gara; Perdita dell'incontro

CASI PRATICI

Se a due giocatori avversari viene contemporaneamente comminata la sanzione della penalizzazione (cartellino rosso), le conseguenze pratiche sul gioco sono le seguenti:

Nel caso in cui il primo arbitro assegna nello stesso tempo una penalizzazione ad entrambe le squadre, non importa in quale ordine, la squadra al servizio è penalizzata per prima e poi quella in ricezione. In questo caso:

- a) la squadra al servizio perde l'azione, punto alla squadra in ricezione;
- b) la squadra in ricezione perde a sua volta l'azione, punto alla squadra originalmente al servizio;
- c) la squadra originalmente al servizio deve servire con un altro giocatore. I punti assegnati sono 1 - 1;
- d) il punteggio finale è valido al momento in cui entrambe le squadre sono state penalizzate.

Se la doppia penalizzazione è a 19-20 non porta alla fine del set per 19-21, ma il gioco riprenderà dopo la seconda penalizzazione al punteggio di 20-21.

Se l'assegnazione delle due penalizzazioni non è contemporanea, si segue temporalmente l'evolversi degli eventi.

COLLEGIO ARBITRALE E PROCEDURE

Il collegio arbitrale per una gara è composto dai seguenti ufficiali:

- il primo arbitro;
- il secondo arbitro (se presente);
- il segnapunti;

PROCEDURE

Soltanto il primo ed il secondo arbitro possono fischiare durante la gara:

- a) il primo arbitro fischia per autorizzare il servizio che dà inizio allo scambio di gioco;
- b) il primo ed il secondo arbitro fischiano la fine dello scambio se sono certi che sia stato commesso un fallo e ne hanno individuato la natura

Essi possono fischiare durante un'interruzione di gioco per indicare che autorizzano o respingono una richiesta della squadra.

Immediatamente dopo aver fischiato per segnalare la fine dello scambio, essi devono indicare con i gesti ufficiali:

- a) la squadra che dovrà effettuare il servizio;
- b) la natura del fallo (quando necessario);
- c) il/i giocatore/i che ha commesso il fallo (quando necessario)

PRIMO ARBITRO

POSIZIONE

Il primo arbitro svolge le sue funzioni:

- qualora sia disponibile, seduto o in piedi su un seggiolone sistemato ad una delle estremità della rete. I suoi occhi devono trovarsi approssimativamente 50 cm al di sopra della rete
- in piedi vicino al palo ad una delle estremità della rete e fuori dal terreno di gioco

COMPETENZE

Il primo arbitro dirige la gara dall'inizio alla fine. Il primo arbitro ha autorità su tutti i componenti del collegio arbitrale e sui giocatori.

Durante la gara le sue decisioni sono definitive.

Egli è autorizzato ad annullare le decisioni degli altri componenti del collegio arbitrale, se giudica che queste siano sbagliate.

Il primo arbitro ha il potere di decidere su ogni questione concernente il gioco, incluse quelle non specificate nelle Regole.

Il primo arbitro non deve permettere alcuna discussione sulle sue decisioni.

Tuttavia, a richiesta di un atleta, deve fornire una spiegazione sulla applicazione o interpretazione delle Regole su cui ha basato la sua decisione.

Se il giocatore non è d'accordo con le spiegazioni e protesta formalmente, il primo arbitro deve autorizzare l'effettuazione di un reclamo.

Il primo arbitro ha la responsabilità di decidere, prima e durante la gara, sulle condizioni dell'area di gioco e sulle attrezzature.

RESPONSABILITÀ

Prima dell'incontro, il primo arbitro:

- a) controlla le condizioni dell'area di gioco, dei palloni e delle attrezzature;
- b) effettua il sorteggio con i capitani delle squadre;
- c) controlla il riscaldamento delle squadre;

Durante la gara, il primo arbitro è autorizzato:

- a) a sanzionare le condotte scorrette ed i ritardi di gioco;
- b) a decidere su:

- i falli del giocatore al servizio;
- il velo della squadra al servizio;
- i falli di tocco di palla;
- i falli di rete e sulla sua parte superiore;

Al termine della gara egli controlla il referto e lo firma.

CASI PRATICI

Per una momentanea indisposizione di un arbitro, il gioco può essere interrotto per consentirgli di sottoporsi alle dovute cure.

In caso di infortunio o malore del primo arbitro, tale da non poter continuare la direzione della gara, va informato immediatamente il Responsabile del torneo e sarà lui a valutare come far proseguire l'incontro.

SECONDO ARBITRO

POSIZIONE

Il secondo arbitro svolge le sue funzioni in piedi vicino al palo, fuori dal terreno di gioco e di fronte al primo arbitro.

COMPETENZE

Il secondo arbitro assiste il primo, ma ha anche il proprio campo di competenza. Può rimpiazzare il primo arbitro se questi è impossibilitato a continuare a svolgere le proprie funzioni.

Egli può, senza fischiare, anche segnalare al primo arbitro i falli fuori dalla sua competenza, ma senza insistere con tali segnalazioni verso il primo arbitro.

Il secondo arbitro supervisiona l'operato del segnapunti.

Il secondo arbitro autorizza i tempi di riposo, i cambi di campo, controlla la loro durata e respinge le richieste improprie.

Il secondo arbitro controlla il numero dei tempi di riposo utilizzati da ciascuna squadra e segnala al primo arbitro ed ai giocatori il completamento del tempo di riposo usufruito in quel set.

In caso di infortunio di un giocatore, il secondo arbitro autorizza la sospensione.

Durante la gara il secondo arbitro controlla anche che il pallone mantenga le condizioni regolamentari.

RESPONSABILITÀ

Durante la gara, il secondo arbitro decide, fischia e segnala:

- a) il contatto falloso con la parte inferiore della rete o con l'antenna situata dalla sua parte;
- b) l'interferenza nella penetrazione nel campo opposto e sotto la rete;
- c) la palla che attraversa il piano verticale della rete, totalmente o parzialmente ad di fuori dello spazio di passaggio verso il campo opposto, o colpisce l'antenna dal suo lato;
- d) il contatto della palla con un oggetto esterno

Al termine della gara firma il referto.

I giocatori devono rivolgere le proprie richieste di interruzione (tempo di riposo) al secondo arbitro, ma se ciò non è possibile o il secondo arbitro non se ne avvede, possono essere rivolte al primo arbitro, il quale deve intervenire accogliendo la richiesta di interruzione.

SEGNAPUNTI

POSIZIONE

Il segnapunti esplica la sua funzione seduto ad un tavolo sistemato dalla parte opposta e di fronte al primo arbitro.

RESPONSABILITÀ

Il segnapunti compila il referto secondo le Regole, in collaborazione con il secondo arbitro.

Prima della gara e del set, il segnapunti registra i dati della gara e delle squadre secondo le modalità previste e raccoglie le firme dei capitani.

Durante la gara il segnapunti:

- a) registra i punti acquisiti e si assicura che il tabellone indichi il punteggio corretto;
- b) controlla l'ordine di servizio per ciascun giocatore e la sua alternanza nel set;
- c) indica l'ordine di servizio a ciascuna squadra ed avvisa gli arbitri immediatamente di ogni errore;
- d) registra i tempi di riposo, ne controlla il numero e informa il secondo arbitro;
- e) segnala agli arbitri le richieste di improprie di tempo di riposo;
- f) comunica agli arbitri la fine del set e i cambi di campo.

Alla fine della gara, il segnapunti:

- a) registra il risultato finale;
- b) firma il referto, raccoglie le firme dei capitani e poi degli arbitri;
- c) in caso di reclamo, scrive o permette di scrivere all'interessato sul referto di gara le annotazioni in relazione all'accaduto contestato

ATTREZZATURE COMPLEMENTARI

- a) un seggiolone per il primo arbitro, posto in posizione centrale rispetto al campo, ad una distanza dalla rete tale da non disturbare il gioco, in modo da permettere all'arbitro di osservare il gioco da un'altezza di circa 50 cm al di sopra del bordo superiore della rete;
- b) un tavolo con sedia ed ombrellone per il segnapunti;
- c) le sedie e gli ombrelloni per gli atleti;
- d) l'asta di misurazione dell'altezza della rete;
- e) il tabellone segnapunti da tavolo;
- f) manometro per la misurazione della pressione interna dei palloni;
- g) due palette numerate 1 e 2 per indicare il giocatore al servizio;
- h) rete di riserva;
- i) antenne di riserva.

BILIARDINO

Il seguente regolamento è valido per tutte le competizioni e manifestazioni di qualsiasi disciplina organizzate dall'UISP SdA Giochi Settore Biliardino a tutti i livelli.

Nell'organizzazione delle competizioni e manifestazioni possono collaborare le ASD/SSD affiliate.

REGOLAMENTO

Sono previste le seguenti categorie:

Mista da 11 anni in poi; Master Maschile/Femminile dai 17 ai 50 anni; Over 50.

ARTICOLO 1

Ogni inizio di gara sarà preceduto dal lancio della moneta per stabilire la scelta del campo e la coppia che sceglie il campo inizia con la rimessa in gioco del proprio difensore, dopodiché nella partita successiva le coppie invertiranno il campo e la conseguente rimessa in gioco, mentre nell'eventuale bella si sorteggerà la rimessa in gioco e il campo. Nelle partite ai 7 goals si cambia campo alla somma di tale valore.

ARTICOLO 2

Il portiere ogni qualvolta dovrà rimettere in gioco la pallina dalla propria porta lo potrà fare appoggiando la pallina al piano di vetro e a palla ferma dovrà metterla in movimento verso una qualsiasi sponda, dopodiché avrà a disposizione max 3 tocchi con gli omini (in totale tra difesa e portiere) e dovrà obbligatoriamente toccare una qualsiasi sponda o il proprio portiere prima di poter effettuare il tiro.

Se dopo aver messo in movimento la pallina, il giocatore non riesce a colpirla, questa gli va restituita e l'eventuale goal verrà annullato.

ARTICOLO 3

Il gioco viene effettuato "veloce".

La pallina, in fase di impostazione di gioco, non può essere toccata più di 3 volte (3 tocchi) dagli omini dello stesso giocatore (esclusa la parata su tiro dell'avversario) e per poterla toccare ancora, la pallina nel frattempo dovrà essere stata toccata da un omino di un giocatore avversario.

E' ammessa la parata e tiro con un qualsiasi omino, la parata non fa tocco*

*La parata non fa tocco solamente su tiro dell'avversario, può essere effettuata sia con la parte anteriore dell'omino, (in questo caso si può tirare direttamente con lo stesso omino oppure con un altro omino della stessa stecca se la pallina gli arriva senza alcun passaggio volontario), sia con la parte posteriore dell'omino (in questo caso per continuare il gioco si dovrà passare la pallina ad una qualsiasi sponda). Il portiere (stecca ad 1 omino) dopo aver effettuato la parata su tiro dell'avversario e non potendo passare agevolmente la pallina ad una sponda, potrà passare la pallina ai difensori, i quali a loro volta prima di effettuare il tiro dovranno passare la pallina ad una qualsiasi sponda, sempre nel limite dei 3 tocchi in totale con le 2 stecche.

Attenzione: vengono considerate sponde anche le spondine posteriori e laterali inclinate.

Qualsiasi giocatore potrà tirare la pallina nelle sponde perimetrali senza limite di sponde toccate dalla pallina stessa (le sponde non fanno tocco) e potrà essere colpita con un omino qualsiasi, fermo restando il numero massimo di 3 tocchi con gli omini della stessa stecca, (esclusa la parata su tiro dell'avversario) tranne il difensore che potrà fare i 3 tocchi in totale con le 2 stecche (esclusa la parata su tiro dell'avversario).

ARTICOLO 4

Chi subisce goal, rimetterà la pallina come da articolo 1.

Qualora la prima pallina di ogni incontro fuoriesca dal campo di gioco, verrà rimessa dal portiere che ha iniziato il gioco.

Qualora la pallina fuoriesca dal campo di gioco, verrà rimessa dal portiere che ha subito l'ultimo goal.

Qualora la pallina si fermi in una delle due metà campo, verrà rimessa in gioco dal portiere più vicino.

Se la pallina tocca qualsiasi cosa entro lo spigolo (compreso) del perimetro interno delle sponde verticali del campo di gioco, compreso l'angolo curvo in metallo dietro il portiere, è da considerarsi buona.

ARTICOLO 5

Non è consentito toccare due volte la pallina con lo stesso omino o con omini della stessa stecca con 2 tocchi consecutivi (parata su tiro dell'avversario esclusa) a meno che la pallina tocchi la sponda tra un tocco e l'altro, fermo restando il limite max di 3 tocchi.

Non è consentito trascinare o accompagnare la pallina durante il tocco.

Il "Gancio" su tiro unico è da considerarsi valido

Se con un unico tiro la pallina colpisce un altro ometto della stessa stecca, il tiro e l'eventuale goal è da considerarsi valido.

Nel caso in cui la stecca è tenuta in opposizione al tiro avversario e la pallina colpisce i due omini della stessa stecca senza alcun passaggio volontario tra di essi, il gioco è da considerarsi valido (eventuale goal compreso).

Nel caso di autorete su tiro che sbatte su due omini della propria stecca, il goal sarà ritenuto valido.

La parata, il rimpallo e le sponde non fanno tocco.

Una pallina che entra in porta e poi esce è da considerarsi goal.

Se la pallina proviene da sopra e passa tra la sponda posteriore e la stecca del portiere stesso, l'eventuale goal viene annullato.

ARTICOLO 6

Pallina schiacciata: per pallina schiacciata si intende solo ed esclusivamente quando la pallina colpita resta bloccata fra il vetro e gli omini; se rimane in movimento (su tiro unico senza trascinamenti) è da considerarsi buona, e potrà essere colpita dallo stesso giocatore dopo che avrà toccato la sponda o un omino avversario.

ARTICOLO 7

Il fallo di gioco potrà essere chiamato solamente ed esclusivamente dall'avversario, in caso contrario il gioco prosegue senza interruzioni.

In caso di goal annullato causa presunto fallo di gioco con discordanza di versione da ambo le parti, si procederà alla cosiddetta "½ pallina "nel seguente modo:

- rimette la pallina la coppia a cui è stato negato il goal, dopodiché se la stessa fa goal viene confermato il goal inizialmente contestato;
- se invece fa goal la coppia avversaria, si riprende a giocare dal punteggio antecedente la contestazione.

ARTICOLO 8

Se durante il tiro un giocatore perde il controllo della stecca (gli sfugge di mano) senza che la stecca stessa effettui un giro di 360°, il tiro è da considerarsi valido.

ARTICOLO 9

E' assolutamente vietato insultare e/o offendere gli avversari e/o il proprio compagno di gara, in questo caso il giocatore verrà ammonito ufficialmente. In caso di reiterazione il giocatore verrà espulso dalla gara.

GIOCATE NON VALIDE

- Non sono consentiti i "ganci " se effettuati con due tiri.
- Non è consentito effettuare trascinamenti e/o accompagnamenti della pallina con lo stesso omino.
- Non è consentito far girare la stecca di 360° (un giro completo dal punto in cui viene toccata la pallina) mentre si effettua il tiro.
- Il gioco è nullo quando la pallina colpisce le persone.
- Il gioco è nullo quando la pallina, uscendo dal campo, colpisce cose che non siano collocate entro il perimetro interno del rettangolo del biliardino.
- Nell'azione di gioco non è consentito fermare la pallina volontariamente.
- Non è mai consentito tirare a pallina ferma (se gira su se stessa significa che è ancora in movimento, quindi viene considerata buona).
- Non è consentito disturbare l'avversario, mentre si prepara ad effettuare il tiro, sbattendo la propria stecca contro la sponda.
- Non è consentito sbattere le stecche contro la sponda per "richiamare" la pallina quando essa è in movimento ma non è raggiungibile da nessun omino.
- Non è consentito spostare il biliardino volontariamente durante l'azione di gioco.

REGOLAMENTO DEL GIOCO DEL BASKET 3 CONTRO 3

Art. 220 LE SQUADRE

1. Ogni squadra è composta di un minimo di tre giocatori ed un massimo di quattro giocatori (3 + 1 riserva).
2. Le squadre composte da tre giocatori non potranno in nessun caso effettuare sostituzione, neanche se uno dei giocatori per infortunio o qualsiasi altro motivo dovesse abbandonare una singola gara o l'intero torneo.

Art. 221 IL CAMPO DI GIOCO

1. E' costituito da una superficie piana, dura, libera da ostacoli di dimensioni:
 - Largezza - minima ml. 10,00 - massima di ml. 15,00;
 - Lunghezza - minima ml. 12,00 - massima di ml. 14,00;
2. Sulla superficie dovranno essere tracciati:
 - la linea per battere i tiri liberi posta a 5,80 m. dalla linea di fondo campo;
 - la linea del tiro da **quattro** punti posta a 7,50 m. dal centro del canestro

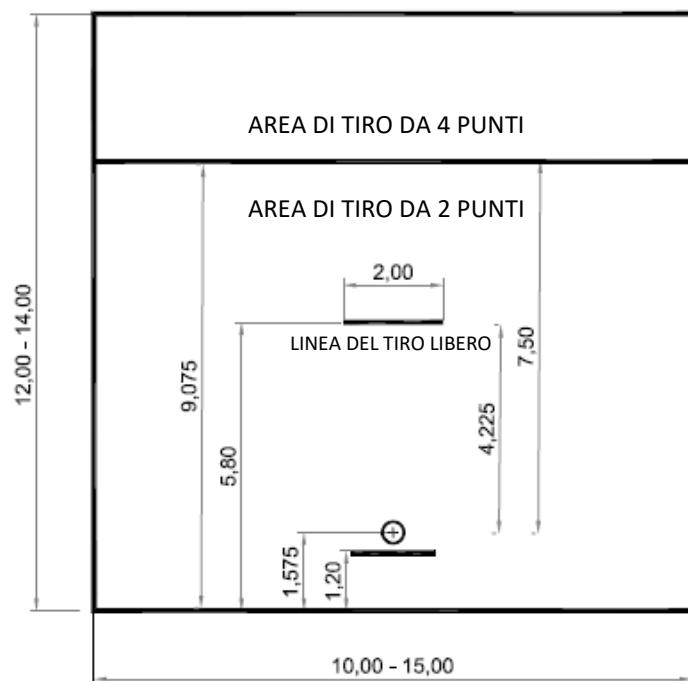


Figura 14 - Campo di gioco

Art. 222 LE ATTREZZATURE

1. Sono necessarie le seguenti attrezzi:
 - Unità di supporto consistenti, nel tabellone, nel canestro, nella retina, nella struttura di supporto del canestro e nelle relative protezioni;
 - Palloni;
 - Cronometro di gara;
 - Segnali acustici o un fischietto;
 - Referto di gara;

Art. 223 IL TEMPO DI GIOCO

1. La gara consiste in unico periodo di 12 minuti.
2. Nei primi 11 minuti di gioco il tempo è di tipo CONTINUATIVO. Il cronometro decorre senza interruzioni e può essere interrotto solo nei seguenti casi
 - Quando ad una squadra viene accordato una sospensione;
 - Quando l'arbitro, a suo insindacabile giudizio, ritiene opportuno interrompere il tempo di gioco perché si è verificata una situazione che esula dalla normale disputa del gioco. (Es. per l'infortunio di un giocatore; per l'allontanamento della palla dal campo di gioco; per cause dovute alle condizioni del campo di gioco o delle attrezzature che richiedono un intervento per porvi rimedio etc.).
3. Nell'ultimo minuto di gioco il tempo è invece di tipo EFFETTIVO. Il cronometro va fermato in tutti quei casi previsti dalle "Regole del gioco della Pallacanestro" di cui al presente RTN.

Art. 224 LA GARA

1. La gara si disputa ad un solo canestro. Un canestro vale un punto su tiro libero, due punti su tiro all'interno dell'area delimitata dalla linea de quattro punti, quattro punti su tiro al di fuori della predetta linea
2. Vince la squadra che per prima raggiunge o supera i 24 punti o quella che risulta essere in vantaggio vantaggio nel punteggio dopo i previsti 12 minuti di gioco
3. Se al termine dei 12 minuti di gioco il punteggio tra le due squadre fosse in parità, la gara continuerà con tanti tempi supplementari di di 3 minuti (i primi due continuativi, l'ultimo effettivo) quanti sono necessari per determinare la squadra vincente.
4. In ogni caso se durante la disputa del tempo supplementare una delle due squadre raggiunge o supera i 24 punti la partita termina e la squadra che ha raggiunto o superato i 24 punti risulta vincitrice.

Art. 225 IL GIOCO

1. Il possesso palla ad inizio gara è determinato per sorteggio, la squadra sorteggiata inizierà il gioco con una rimessa. Le successive situazioni di "palla a due" sono gestite con la regola del possesso alternato di cui all'art. 181 (parag. 4 e 5). Il sorteggio determina anche l'alternanza del possesso palla nelle situazioni di "palla contesa". La squadra che non acquisisce il controllo della palla dopo il sorteggio, avrà diritto al primo possesso alternato. NON ESISTONO MAI SITUAZIONI DI "SALTO A DUE"
2. Ad ogni canestro realizzato il possesso palla cambia e la palla viene rimessa in gioco dalla squadra che ha subito canestro.
3. Ogni volta che cambia il possesso palla da una squadra all'altra, la palla deve sempre uscire dall'Area di tiro da 2 Punti e la squadra in attacco deve effettuare almeno un passaggio prima di poter eseguire un tiro a canestro, pena la perdita del possesso palla a favore della squadra avversaria
4. Nelle rimesse il passaggio obbligatorio è la rimessa stessa.
5. L'azione offensiva termina: con un canestro realizzato, con un tiro a canestro fallito che colpisce il cerchio oppure con una infrazione/sanzione rilevata dal direttore di gara.
5. E' stabilito il limite di 20 secondi per ogni azione offensiva.

Art. 226 RIMESSA IN GIOCO DELLA PALLA

1. La rimessa in gioco della palla può avvenire sia da fuori campo che dal campo di gioco.
2. La rimessa da fuori campo (dal fondo o laterale) deve essere amministrata nei modi indicati dalle "Regole del gioco della Pallacanestro" di cui al presente RTN.
3. Si ha una rimessa dal campo di gioco quando la palla è passata all'interno del terreno di gioco dal giocatore incaricato della rimessa che deve essere posizionato con entrambi i piedi all'interno dell'area di tiro da 4 punti.

4. Nella rimessa dal campo di gioco il giocatore incaricato della rimessa, può palleggiare e muoversi in maniera "legale" ma non può mai entrare nell'area di tiro da 2 punti.
5. Nell'ultimo minuto a "tempo effettivo", nel caso di rimessa dal campo di gioco, la palla diventa viva dal momento in cui è nella piena disponibilità del giocatore incaricato della rimessa.

Art. 227 FALLI

1. Ogni fallo commesso sia in una situazione di difesa che in una situazione di attacco, comporta sempre una rimessa.
2. Se il fallo avviene su una'azione di tiro a canestro:
 - nel caso il tiro a canestro non sia stato realizzato, la squadra che ha subito il fallo mantiene il possesso di palla e procede ad una rimessa
 - nel caso che il tiro a canestro sia stato realizzato, il canestro è valido e la squadra che ha subito il fallo mantiene anche il possesso di palla e procede ad una rimessa.
3. Non sono previsti limiti ai falli personali.
4. Una squadra è in situazione di penalità per falli (bonus di squadra esaurito) quando ha commesso 5 falli di squadra nell'intera gara.

Art. 228 TIRI LIBERI

1. I tiri liberi sono previsti nei seguenti casi:
 - quando una squadra che ha raggiunto il "Bonus" di 5 falli di squadra commette un fallo, sia su azione che su tiro. In questo caso la squadra in attacco avrà a disposizione un tiro libero, che sarà battuto da chi ha subito il fallo oltre al possesso di palla, sia che il tiro libero sia realizzato che sbagliato; -
 - quando ad una squadra viene fischiato un fallo tecnico, un fallo antisportivo od un fallo squalificante (sono previsti sempre due tiri liberi e possesso di palla a favore della squadra non sanzionata).

Su tiro libero non esiste mai rimbalzo, il possesso palla rimane sempre alla squadra che lo ha battuto.

2. I tiri liberi dovranno essere battuti entro 5 secondi da quando l'arbitro mette la palla a disposizione del battitore.

Art. 229 SOSTITUZIONI

1. La sostituzione di un giocatore può avvenire in qualsiasi momento del gioco ed anche mentre la palla è in gioco non la modalità definita del cambio volante.
2. Non è necessario che la sostituzione di un giocatore sia autorizzata dall'Arbitro.

Art. 230 SOSPENSIONI

Ogni squadra ha a disposizione una sola "sospensione" per l'intera gara, che può essere rihesto all'arbitro in qualsiasi momento della gara stessa purchè la squadra richiedente controlli il possesso della palla.

Art. 231 NORMA TRANSITORIA FINALE

1. Per ogni situazione non espressamente prevista nel presente REGOLAMENTO DEL GIOCO DEL BASKET 3 CONTRO 3, fanno fede le regole del GIOCO DELLA PALLACANESTRO di cui al presente RTN.

TENNIS TAVOLO

Il seguente regolamento è valido per tutte le competizioni e manifestazioni dall'UISP SdA Giochi Settore Tennis Tavolo del rispettivo livello.

Nell'organizzazione delle competizioni e manifestazioni possono collaborare le ASD/SSD affiliate.

Il Tennis Tavolo, noto anche come ping pong, è uno sport che può essere praticato da 2 o 4 giocatori di qualsiasi età, per praticare questo sport occorre un tavolo, una rete, una racchetta e una pallina.

DIMENSIONI REGOLAMENTARI DEI TAVOLI DA PING PONG



La racchetta può essere di qualsiasi dimensione, forma e peso, ma il telaio deve essere piatto e rigido. Almeno l'85% dello spessore del telaio deve essere di legno naturale; i lati del telaio usati per colpire la pallina debbono essere ricoperti, o con normale gomma punitinata con punitinatura esterna avente uno spessore totale, compreso l'adesivo, di non più di 2 mm., o con gomma sandwich con punitinatura interna o esterna avente uno spessore totale, compreso l'adesivo, di non più di 4 mm. La superficie del materiale di copertura su un lato del telaio o la superficie di un lato del telaio se esso non è ricoperto, deve essere colorata in modo opaco, rosso su di un lato e nero sull'altro; qualsiasi guarnizione sui bordi della racchetta deve essere opaca e non deve contenere il bianco.

Le palline hanno un diametro di 40 cm ed un peso di 2,7 grammi.

La partita ha inizio quando la pallina lascia la mano del giocatore che gioca il primo servizio (la battuta). Un incontro standard si svolge in cinque set (o partite). Vince l'incontro chi si aggiudica tre partite su cinque, con un risultato quindi che va da 3-0, a 3-1, e a 3-2. La singola partita invece si chiude a 11 punti, quando l'avversario ne ha totalizzati meno di 10. Se invece ci si trova all'interno della partita con un punteggio di 10 a 10, si va a oltranza finché uno dei due giocatori riesce per primo ad andare sopra di due punti dall'altro giocatore (13-11, 15-13 ecc.).

Prima dell'inizio dell'incontro di ping pong viene effettuato il sorteggio con monetina per chi effettuerà la prima battuta (o servizio). Il giocatore che quindi batte per primo effettua due battute consecutive e poi cede il servizio all'altro giocatore. Si prosegue fino al termine della partita, due servizi ciascuno. Nel caso in cui ci si trovi con un punteggio di 10 a 10, e per tutte le battute successive fino al termine della partita, le battute saranno una a testa. Per battuta, o servizio, si intende il colpire la pallina con la propria racchetta facendola rimbalzare una sola volta nel proprio campo e facendole superare la rete toccando il tavolo avversario, una o più volte. Qualora la pallina sfiorasse la rete durante la battuta, prima che essa tocchi il campo avversario, è considerato fallo e si ripete la battuta, senza che vengano aggiudicati punti a nessuno. Anche qualora la pallina colpisce i supporti in ferro o plastica, sarà da ritenersi fallo e il servizio dovrà essere ripetuto.

Nel gioco del ping pong esistono i falli, intesi come azioni errate da non commettere. I falli che si possono commettere sono i seguenti:

- il giocatore (o la sua racchetta) toccano la rete
- il giocatore appoggia la mano libera (quella che non impugna la racchetta) sul tavolo
- il giocatore sposta anche inavvertitamente il tavolo di gioco
- la pallina è toccata con una parte del corpo diversa della racchetta del giocatore o dalla mano dello stesso che la impugna

Punteggio: un giocatore guadagna un punto in uno dei casi seguenti:

- l'avversario effettua un servizio che non è valido (secondo quanto descritto sopra in merito alla battuta)
- l'avversario manca la palla con la racchetta durante un rinvio
- l'avversario colpisce la palla con la racchetta durante un rinvio ma la manda fuori dal tavolo

- l'avversario commette un fallo (vedi la sezione falli)
- la pallina rimbalza due o più volte nel campo avversario
- la pallina viene colpita dall'avversario due volte consecutivamente.

E' consentito colpire la pallina senza che essa abbia rimbalzato neanche una volta nel proprio campo (con il cosiddetto "colpo al volo"), a patto che il colpo sia eseguito con la mano all'interno del perimetro del tavolo (in questo caso è il giudice di gara a validare l'azione).