



Helmstedter Tennis-Verein e. V.

Pickleball-Regelwerk – ausführlich erklärt

Spielfeld & Ausrüstung

Pickleball wird auf einem rechteckigen Feld von $13,41 \times 6,10$ m gespielt – etwa ein Drittel eines Tennisplatzes. Gespielt wird mit stabilen Kunststoffschlägern (Paddles) und einem gelochten Kunststoffball (Wiffleball). Das Netz ist an den Seiten 91 cm und in der Mitte 86 cm hoch.

Grundprinzip

Der Aufschlag erfolgt unterhalb der Hüfte mit einer fließenden Bewegung nach oben, diagonal ins gegenüberliegende Aufschlagfeld. Der Ball muss dabei aus der Hand fallen (kein Aufwurf). Nach dem Aufschlag muss der Ball auf jeder Seite einmal aufspringen, bevor er direkt gespielt werden darf – dies ist die sogenannte *Two-Bounce-Regel*. Danach darf der Ball volley (direkt) oder nach dem Aufsprung gespielt werden.

Spielverlauf & Ballwechsel

Ein Ballwechsel beginnt mit dem Aufschlag und endet, wenn der Ball ins Aus gespielt wird, im Netz landet oder ein Regelverstoß vorliegt. Gespielt wird meist bis 11 Punkte, wobei ein Vorsprung von 2 Punkten erforderlich ist. Wird der Ball im Spiel von einer der Parteien nicht korrekt zurückgespielt, erhält das aufschlagende Team einen Punkt.

Zählweise & Aufschlagwechsel

Nur das aufschlagende Team kann Punkte erzielen. Nach jedem erzielten Punkt wechselt der Aufschlagende innerhalb seines Teams die Aufschlagseite (rechts/links). Verliert das Aufschlagteam den Ballwechsel, verliert es das Aufschlagrecht. Im Doppel hat zunächst der rechte Spieler des aufschlagenden Teams den ersten Aufschlag. Nach einem Fehler wechselt der Aufschlag zum Partner – erst wenn beide Spieler ihres Teams verloren haben, geht das Aufschlagrecht an das gegnerische Team über. Die Ansage der Punkte erfolgt in der Reihenfolge **eigene Punkte – gegnerische Punkte – Aufschlagspieler** (1 oder 2).

Kitchen / Non-Volley-Zone

Die *Kitchen* oder *Non-Volley-Zone* ist der Bereich 2,13 m vor dem Netz auf beiden Seiten. In dieser Zone darf kein Volley-Schlag (direkt aus der Luft) ausgeführt werden. Spieler dürfen sich nur hineinbewegen, wenn der Ball vorher aufspringt. Diese Regel sorgt für kontrollierte Ballwechsel und verhindert zu aggressive Netzangriffe.

Fehler & Punkteverlust

Ein Fehler liegt vor, wenn:

- der Ball im Aus landet oder das Netz nicht überquert,
- der Ball vor dem Zurückspielen mehr als einmal aufspringt,
- ein Spieler die Kitchen betritt und den Ball volley schlägt,
- ein Aufschlag im falschen Feld landet oder die Linie nicht trifft.

Spielmodi

Es wird im Einzel (1 gegen 1) oder Doppel (2 gegen 2) gespielt. Der Doppelmodus ist am weitesten verbreitet. In Turnieren werden häufig zwei Gewinnsätze bis 11 Punkte gespielt. Bei Gleichstand (z. B. 10:10) wird so lange weitergespielt, bis ein Team 2 Punkte Vorsprung hat.

Fairplay & Spaß am Spiel

Pickleball steht für Sport mit Freude, Bewegung und sozialem Miteinander. Fairness, Rücksichtnahme und gegenseitiger Respekt sind zentrale Bestandteile des Spiels – besonders im Freizeit- und Vereinsbetrieb.

■ **Weiterführendes Regelwerk:** Deutscher Pickleball Bund –
www.deutscher-pickleball-bund.org/rules_of_game