

● HOW TO PLAY PADEL

SPIELREGELN

Basisregeln

Padel wird offiziell **im Doppel** gespielt – zwei gegen zwei.
Natürlich könnt ihr im Freizeitbereich auch zu zweit trainieren.

Die Teams stehen sich auf den Spielfeldhälften gegenüber.
Der Aufschlag erfolgt **von unten**. Der Ball darf vorher nur **einmal auf den Boden tippen**.

Danach gilt: Bälle dürfen direkt **aus der Luft** geschlagen werden (→ Volleys) und **an die Glaswände** prallen – sie sind im Spiel, solange sie nicht zweimal den Boden berühren. Dadurch entstehen die langen, spektakulären Ballwechsel, die Padel so spannend machen!



Zählweise

Jeder Ballwechsel gibt einen Punkt. Gezählt wird grundsätzlich wie im Tennis: **0 – 15 – 30 – 40 – Spiel**. Zum Sieg braucht es mindestens zwei **Punkte Vorsprung**.

Wer 6 Spiele gewonnen und 2 Spiele Vorsprung hat, gewinnt einen **Satz**. Steht es 6:6, entscheidet ein **Tie-Break**, ein Mini-Spiel bis 7 Punkte – mit 2 Punkten Vorsprung für den Sieg. Ein **Match** geht über 2 oder 3 Gewinnsätze, je nach Turnier-Modus.

PUNKT → SPIEL → SATZ → MATCH

PUNKTE 0 15 30 40 Spiel

6 SPIELE

2-3 SÄTZE

Punkte

Ein Punkt geht ans andere Team, wenn ...

- zwei Aufschläge hintereinander fehlerhaft sind.
- der Ball im Rückschlag zuerst die Wand oder den Zaun berührt, bevor er den Boden erreicht.
- der Ball ein zweites Mal im eigenen Feld aufkommt.
- der Ball nach deinem Schlag den Zaun im eigenen Feld trifft (die Glaswände sind erlaubt).
- ein Spieler oder Schläger das Netz berührt.
- man versehentlich den Mitspieler trifft.

Der Aufschlag

Der Aufschlag wird **unterhalb der Hüfte** gespielt.

Der Ball muss zuvor **einmal hinter der Aufschlaglinie** auf den Boden geprellt werden.

Der Aufschläger steht **mit beiden Füßen hinter der Linie** und spielt **diagonal** ins gegenüberliegende Feld.

Los geht's immer von der **rechten Seite**, dann wird gewechselt.

Trifft der Ball beim Aufschlag das Netz, landet aber trotzdem korrekt im Aufschlagfeld → Wiederholung.

Fehler beim ersten Versuch → zweiter Aufschlag.

flash fields

PLAY URBAN.
ANYWHERE.



