

Volleyball-Regeln

- Ballannahme: - der Ball darf mit einem beliebigen Körperteil gespielt werden
- er darf nicht geführt, gehalten oder gestoppt werden
- Doppelberührung: - der Ball darf nicht von einem Spieler zweimal hintereinander abgenommen werden (Ausnahme: Erste Berührung = Mauer)
- Abnahme des Aufschlags und des Schmetterballs:
- bei der 1. Berührung des Teams darf der Ball mehrere Teile des Körpers eines Spielers treffen, sofern diese innerhalb einer Aktion stattfinden
- Zuspiel: - bei der 3. Ballannahme muss der Ball übers Netz
- der Ball darf weder den Boden, noch die Decke, die Wände oder anderen nicht zum Spielfeld gehörende Geräte berühren
- Aufschlag:** - **der Ball darf das Netz berühren**
- der Ball darf nicht geführt werden
- er kann entlang der ganzen Grundlinie ausgeführt werden
- die Füße müssen vollständig ausserhalb des Feldes stehen
- Feldlinien: - die Linien gehören zum Spielfeld, der Ball ist also "out", wenn er komplett ausserhalb der Linien aufschlägt
- Mittellinie: - die Mittellinie darf betreten, aber nicht überschritten werden
- Spielen am Netz: - man darf den Raum über dem Netz nur im Fall der Mauer, nach einem Angriff übergreifen
- es ist nicht erlaubt, einen Aufschlag mit einer Mauer oder einem Schmetterball zu kontern
- Netz: - der Spieler darf das Netz nicht berühren
- das Netz zählt nicht als Ballberührung
- Verteidigung: - die Verteidigung darf in der Angriffszone nicht mauern oder schmettern
- Punktzuteilung:** - **das Team, das eine Spielsequenz gewinnt, gewinnt einen Punkt**
- wenn das Annahmeteam eine Spielsequenz gewinnt, bekommt sie einen Punkt und das Recht zum Aufschlag, das Team dreht im Uhrzeigersinn eine Position weiter
(-> in kürzerer Zeit können also mehr Punkte erzielt werden!)

Lizenzierte Spielerinnen: Es ist pro Team nur 1 lizenzierte Spielerin auf dem Feld erlaubt.

Mittellinie: die Mittellinie gilt als übertreten, wenn die Ferse darüber ist.