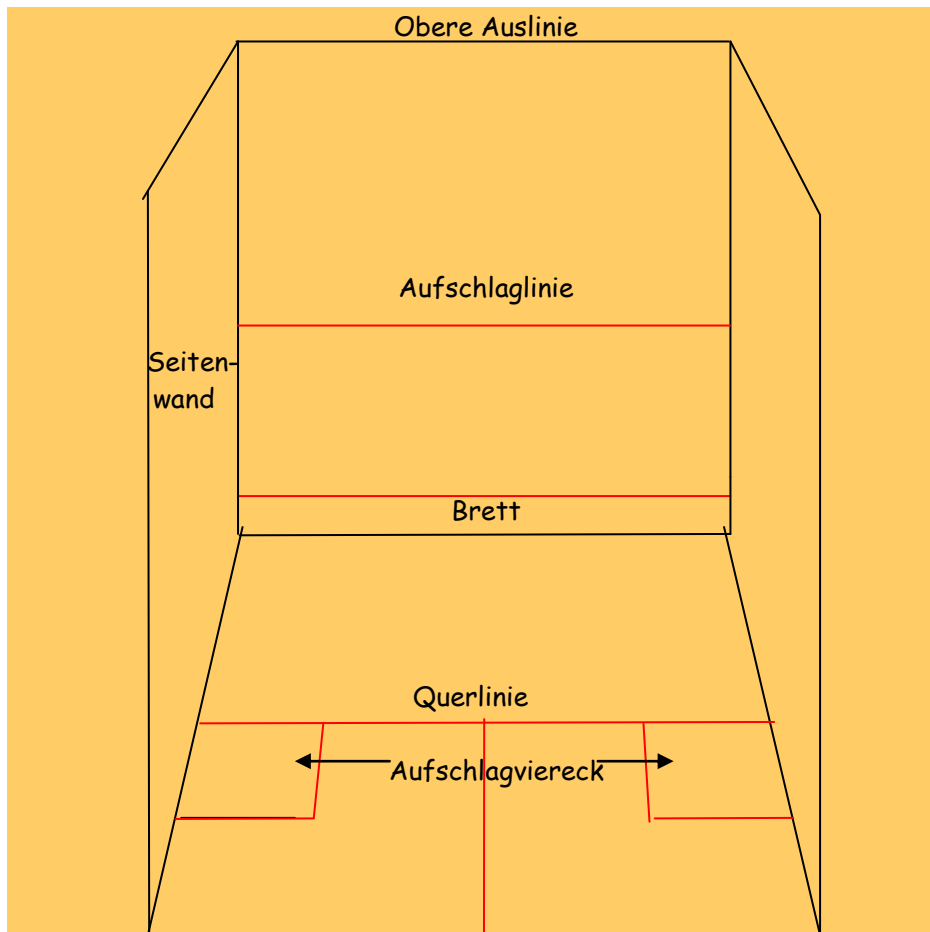


ds Hotel & Freizeitcenter

- Top renovierte Hotelzimmer
- Tagungsraum mit Technik
- Lounge und Terrasse
- Wohnmobilstellplatz
- Saunacenter
- Indoor Soccer
- Hallentennis
- Hallenbad im Sportpark
- Freibad im Sportpark
- W-Lan im gesamten Komplex



SQUASH SPIELREGELN

ds Hotel & Freizeitcenter Betriebs GmbH

Ottensteiner Str. 59, 48691 Vreden

Tel: 02564 97727

Fax: 02564 97725

E-Mail: info@ds-betriebs-gmbh.de

www.ds-betriebs-gmbh.de

Kennen Sie SQUASH?

Böse Zungen behaupten, da wird wahllos ein kleiner Ball immer gegen die Wand geschlagen und das in einem kleinen Zimmer.

Weit gefehlt! Das sogenannte Zimmer heißt „Court“ und ist mit stolzen 62,4 m² größer als manche Mietwohnung.

SQUASH gehört zu den Rückschlagsportarten, wie Tennis und Tischtennis, mit dem Unterschied, dass sich beide Spieler ein Spielfeld teilen. Das „Netz“ bildet die Frontwand, die bei jedem Ballwechsel vom Ball getroffen werden muss. Wie der Ball die Frontwand erreicht, bleibt dem Geschick und Spielwitz des Spielers überlassen.

Für Könnern bedeutet SQUASH weit mehr. Man benötigt die Schnelligkeit eines Sprinters, die Ausdauer eines Marathonläufers, die Beweglichkeit eines Gymnasten, die Koordination eines Fechtlers und die taktischen Fähigkeiten eines Schachspielers, um den Gummiball bei Tempo 200 km/h zu kontrollieren.

Aber bitte keine Angst. Auch wenn man kein Multitalent ist, macht SQUASH viel Spaß, denn der kleine Gummiball kommt durch die Wände im Billardeffekt in das Spielfeld zurück. So kann sich auch schon der Anfänger an mehreren Ballwechseln erfreuen, ohne nach jedem verunglückten Schlag den Ball aus der Landschaft zurückzuholen.

Wir bieten Ihnen folgende Aktivsportmöglichkeiten:

- 2 Hallen-Tennisplätze mit Tennisschule
- 2 Squashcourts
- 2 Soccercourts mit Kindergeburtstagspauschalen sowie Weihnachts-, Vereins- und Firmenfeiern
- 90° Sauna mit Kaltwasserbecken und Ruheraum
- Frei- und Hallenbad im Sportpark

Will man jedoch mehr über den Sport wissen, so empfiehlt es sich, die ausgefeilte Technik und die richtige Laufarbeit zu erlernen.

Da SQUASH zu den schnellsten Ballsportarten der Welt gehört, kommen die Spieler auch mächtig ins Schwitzen. Manche sehen aus, als entstiegen sie einem Schwimmbad. Der Körper eines geübten Squashers kann ohne weiteres bis zu 1500 Kalorien während einer Spielzeit verbrennen.

Was benötigt man zum SQUASH?!

Squashschläger und Ball können im Sportcenter ausgeliehen werden. Die Schuhe müssen Hallenschuhe sein und eine rutschfeste und „helle“ Sohle haben. Die Kleidung sollte dem Spieler Bewegungsfreiheit lassen, Farbe und Form spielen keine Rolle.

Die vereinfachten Spielregeln:

Das Spiel beginnt mit dem Aufschlag, welcher vorher z. B. durch Schlägerdrehen ausgelost wird. Der Ball wird vom Aufschläger - aus dem kleinen Aufschlagviereck - direkt an die Frontwand zwischen der Aufschlaglinie und der oberen Begrenzung gespielt, so dass er in dem gegenüberliegenden hinteren Spielviertel auftrumpfen müsste. Der Aufschläger kann sich die Seite des Aufschlagfeldes bei jedem Aufschlagwechsel neu aussuchen, muss die Seite nach einem erspielten Punkt aber wechseln.

Der Ball darf zwischen jedem Schlag nur einmal den Boden berühren, kann aber auch direkt aus der Luft angenommen werden (Volley).

Nun wird der Ball abwechselnd von beiden Spielern geschlagen, bis er ungültig ist, d. h. zweimal den Boden, die Wände oder Decke außerhalb der oberen Spielbegrenzung, oder das Brett an der Frontwand berührt hat.

Ein kleiner Shopverkauf bietet:

- Leih- und Verkaufsartikel für alle angebotenen Sportarten
- Zubehörmaterial wie Bälle, Griffbänder, Saiten, ...
- Besaitungsservice für Squash- und Tennisschläger

Unser Hotel mit Wohnmobilstellplatz bietet:

- Renovierte Zimmer ggf. mit XXL-KingSize-Betten incl. Frühstück, Sauna und Hallen- bzw. Freibadnutzung
- Tagungsraum mit Pauschalen sowie Gastroservice
- W-Lan (gegen Entgelt!)

Hat der Aufschläger den Ballwechsel gewonnen, so erhält er einen Punkt; hat der Rückschläger den Ballwechsel gewonnen, so erhält er das Aufschlagrecht.

Ein Satz ist zu Ende, wenn ein Spieler neun Punkte erspielt hat (Ausnahme: bei Spielstand 8:8 entscheidet der Rückschläger ob bis 9 oder bis 10 gespielt wird. Diese Entscheidung ist nur für diesen Satz gültig). Der Gewinner eines Satzes beginnt den Nächsten. Gespielt werden 3 Gewinnsätze, d.h. wer zuerst drei Sätze gewonnen hat, ist Gewinner der Begegnung.

Da sich nun beide Spieler ein Spielfeld teilen müssen, sollten sie einige Regeln zur Sicherheit beachten. Der Schlag sollte keine übertriebene Aushol-/ Aufschwungbewegung haben. Falls ein Spieler befürchtet, den Partner mit Ball oder Schläger zu treffen, hält er im Schlag inne und ruft „LET“. Der Ballwechsel wird vom gleichen Aufschläger wiederholt. Jeder Spieler sollte sich im Squashcourt so verhalten, dass er nicht im Weg oder in der Flugbahn steht. Der Spieler mit dem Schlagrecht muss die Möglichkeit haben, die gesamte Frontwand anzuspielen. Erst mit der Kenntnis der genauen LET-Regeln kann auch ein Strafschlag gegeben werden.

Gibt es Unstimmigkeiten über die Gültigkeit eines Balls, sollten sich die Spieler auf ein „LET“ einigen.

Wie bei jedem Bewegungssport gehört auch zum SQUASH eine Aufwärmphase zur Vorbereitung zum Spiel. Nicht nur der Squashball bedarf Temperatur, sondern auch der Körper des Spielers. D.S./04.10.09