

# **SPELREGELS: COOL MOVES VOLLEY**

## **NIVEAU 1.** Veldafmeting 6x4,5 mtr. nethoogte 2mtr.

### **Aanvang:**

- De bal mag vanaf elke plaats in het veld over het net worden gegooid, waarbij de bal het net mag raken.

### **Spelregels:**

- Wanneer een speler de bal over het net gooit draait het hele team, met de klok mee, een plaats door.
- Niet lopen met de bal.
- De bal mag het net raken.
- De bal mag worden overgegooid naar een teamgenoot als het veld van tegenstander te ver weg is.
- De speler die een fout maakt verlaat het spel.
- Komt de bal tussen 2 spelers in op de grond, dan moet de speler die het dichtst bij de bal staat het speelveld verlaten.
- De speler die het langst buiten het veld staat mag als eerste in het veld terugkeren.
- Het spel wordt direct hervat door de speler die de bal heeft.
- Is het veld van de tegenstander 'leeg' dan krijgt het team dat nog in het veld staat 1 punt.
- Het spel begint opnieuw met 4 tegen 4 spelers.
- Een slingerworp en het dunken van een bal is niet toegestaan.
- Lijn en netfouten worden op dit niveau niet afgefloten.

**Bij een (1) vangbal van een teamgenoot mag een speler terugkeren in het veld.**

# **SPELREGELS: COOL MOVES VOLLEY**

## **NIVEAU 2.**      **Veldafmeting 6x4,5 mtr. nethoogte 2mtr.**

### **Aanvang:**

- De bal wordt vanaf elke plaats in het veld met een onderhandse opslag over het net geserveerd, waarbij de bal het net mag raken.

### **Spelregels:**

- Wanneer een speler de bal over het net gegooid heeft, draait het hele team, met de klok mee, een plaats door.
- Niet lopen met de bal.
- Een vangbal moet in één keer terug over het net worden gegooid of gespeeld.
- Alle spelers mogen terugkeren in het veld als een speler de bal met twee armen onderarms omhoog speelt en waarna de bal door een teamgenoot of door hem-/haarzelf gevangen wordt.
- De speler die een fout maakt verlaat het spel.
- De speler die het langst buiten het veld staat mag als eerste terug in het veld hij/zij geeft met zijn vingers het aantal vangballen aan.
- Komt de bal tussen 2 spelers in op de grond, dan moet de speler die het dichtst bij de bal staat het speelveld verlaten.
- Is het veld van de tegenstander 'leeg' dan krijgt het team dat nog in het veld staat 1 punt.
- Het spel begint opnieuw met 4 tegen 4 spelers.
- Op de plaats waar de bal is wordt geserveerd, je mag de bal niet aan een ploeggenoot geven.
- Een slingerworp, gooien vanuit de nek en het dunken van een bal is niet toegestaan.
- Lijn en netfouten worden op dit niveau niet afgefloten.

**Bij drie (3) vangballen achter elkaar van een teamgenoot mag een speler terugkeren in het veld. De drie vangballen hoeven niet in een rally gemaakt te worden.**

# **SPELREGELS: COOL MOVES VOLLEY**

## **NIVEAU 3.** Veldafmeting 6x4,5 mtr. nethoogte 2mtr.

### **Aanvang:**

- De bal wordt vanaf elke plaats in het veld met een onderhandse opslag over het net geserveerd, waarbij de bal het net mag raken.

### **Spelregels:**

- Wanneer een speler de bal over het net heeft gooit/speelt, dan draait het hele team (met de klok mee) een plaats door.
- Elke eerste bal die over het net komt, moet onderarms gespeeld worden, een teamgenoot vangt de bal op.
- De bal moet hierna in één keer over het net gegoid/gespeeld worden.
- Niet lopen met de bal.
- De speler die een fout maakt verlaat het veld.
- Het spel wordt direct hervat op de plaats in het veld waar de bal is. Je mag de bal niet aan een teamgenoot geven.
- Komt de bal tussen 2 spelers in op de grond, dan moet de speler die het dichtst bij de bal staat het speelveld verlaten.
- Is het veld van de tegenstander 'leeg' dan krijgt het winnende team één (1) punt
- Het spel begint opnieuw met 4 tegen 4 spelers.
- Een slingerworp, gooien van uit de nek, het dunken van een bal en een bal van onder de kin wegstoten is niet toegestaan.
- Lijn en netfouten worden niet af gefloten.

**Een speler mag terugkeren wanneer een medespeler een onderarms gespeelde bal heeft gevangen of wanneer de laatst overgebleven speler de bal voor zichzelf opspeelt en vangt.**

# **SPELREGELS: COOL MOVES VOLLEY**

## **NIVEAU 4.**      Veldafmeting 6x4,5 mtr. nethoogte 2mtr.

### **Aanvang:**

De bal moet vanaf de (gehele) achterlijn verplicht onderhands geserveerd worden. De speler op de mid-achter positie begint met serveren, waarbij de bal het net mag raken.

### **Spelregels.**

- Het team moet de bal in drie keer spelen.
- Er wordt niet meer door gedraaid door het team dat de bal over het net speelde, zoals bij niveau 1,2, en 3.
- Niet lopen met de bal.
- De eerste bal die over het net komt moet onderarms of bovenhands worden gespeeld.
- De tweede bal moet worden gevangen.
- De tweede bal mag maar enkele tellen vast gehouden worden tijdens de vanggooi- vangstoot beweging.
- De derde bal moet onderarms of bovenhands over het net worden gespeeld.
- Na drie opslag beurten achter elkaar van dezelfde spelerverplicht doordraaien en een nieuwe speler gaat serveren.
- Verplicht indraaien op de serveerplaats, bij meer dan 4 spelers.
- Het eerste en het derde balcontact mag zowel met de onderarms als de bovenhandse techniek gespeeld worden.
- Lijn en netfouten affluiten.
- Smashen en blokkeren is niet toegestaan.
- Een tip- of pushbal (met een hand) is wel toegestaan.

**Telling:** Rallypoint, elke fout levert een punt op voor de tegenstander.

# SPELREGELS: COOL MOVES VOLLEY

## NIVEAU 5.      Veldafmeting 6x6 mtr. nethoogte 2mtr.

### Aanvang:

Na het fluitsignaal van de scheidsrechter gaat de speler die op de “mid-achter positie” staat beginnen met de bal onderhands te serveren.. Een sprongservice is niet toegestaan.

Er moet kort vanaf de achterlijn van het speelveld en voor de 7 meter lijn geserveerd worden. De bal mag het net raken

### Spelregels.

- Het team mag de bal maximaal in drie keer spelen. Daarna moet de derde bal over het net gespeeld worden.
- De spelers spelen de bal door met een kort balcontact.
- Het team dat de bal 3 keer weet over te spelen krijgt een bonuspunt. Dit bonuspunt wordt direct bij de score opgeteld.
- Het bonuspunt telt alleen wanneer de derde bal over het net en in het veld van de tegenstander wordt gespeeld.
- Na drie opslag beurten achter elkaar van dezelfde speler een plaats doordraaien en een nieuwe speler gaat serveren.
- Indien een team uit meer dan 4 spelers bestaat moet er verplicht ingedraaid worden op de serveerplaats.
- Lijn en netfouten worden afgefloten.
- Het blokkeren is toegestaan.
- Een smash en pushbal is toegestaan.
- Een slag, tipbal (in sprong) wordt niet afgefloten.
- Er zijn geen time-outs toegestaan.
- Een competitiewedstrijd duurt 3 x 15 minuten, een set moet altijd eindigen met 1 pnt. verschil.
- Voor toernooien zijn aangepaste speeltijden.

**Telling:** Rallypoint, elke fout levert een punt op voor de tegenstander. Is er dubbelfout gegeven dan wordt de hele rally overgespeeld en de bonuspunten vervallen eveneens.

**Let op :** Bonuspunten zijn te verdienen door 3 keer over spelen. In een rally kunnen beide teams bonuspunten verdienen.

# **SPELREGELS: COOL MOVES VOLLEY**

## **NIVEAU 6.** Veldafmeting 6x6 mtr. nethoogte 2mtr.

### **Aanvang:**

Na het fluitsignaal van de scheidsrechter gaat de speler die op de “mid-achter positie” staat beginnen met de bal onderhands- of bovenhands te serveren. Een sprongservice is toegestaan.

Er moet vanaf (achter) de achterlijn geserveerd worden, waarbij de bal het net mag raken.

### **Spelregels.**

- Er mag geen enkele bal gevangen worden, de spelers spelen door met een kort balcontact.
- Het team mag de bal maximaal drie keer spelen, daarna moet de bal over het net naar de tegenstander.
- Na drie opslag beurten achter elkaar van dezelfde speler, doordraaien en een nieuwe speler gaat serveren.
- De wisselers moeten verplicht indraaien op de serveerplaats.  
Lijn en netfouten worden afgefloten.  
Het blokkeren is toegestaan.
- Wanneer iemand een bal uit stand met één hand over het net slaat, is dit toegestaan.
- Een smash uit stand, pushbal of smash in sprong is toegestaan.
- Er zijn geen time-outs toegestaan.
- Een competitiewedstrijd duurt 3 x 15 minuten, een set moet altijd eindigen met 1 pnt. verschil.
- Voor toernooien zijn aangepaste speeltijden.

**Telling:** Rallypoint, elke fout levert een punt op voor de tegenstander.

**Let op :** Er kunnen géén bonuspunten voor drie keer spelen verdiend worden.