

## Tischtennis Regeln für Einsteiger

Die Regeln im Tischtennis sind simpel. Üble Gerüchte machen jedoch manchmal ein Durcheinander. Die wichtigsten Regeln werden in der Folge aufgezählt, damit Ihr mit klarem Kopf um den nächsten Ball kämpfen könnt.

Mit dem **Aufschlag** beginnt jeder Ballwechsel. Der Ball berührt zuerst die eigene Tischhälfte, dann jene des Gegners. Ein Netzroller gibt Wiederholung. Nach jeweils 2 Punkten ändert das Aufschlagsrecht. Ein unkorrekter Aufschlag ergibt einen Punkt für den Rückschläger.

Bei einem **Ballwechsel** muss der Ball direkt auf die gegnerische Tischhälfte fliegen, ohne dabei etwas zu berühren (ausgenommen die Netzgarnitur).

Ein **Tischtennismatch** geht in der Regel über 3 Gewinnsätze (best of five). Einen Satz gewinnt, wer zuerst 11 Punkte erzielt hat und mindestens 2 Punkte Vorsprung aufweist. Nach jedem Satz wechseln die Spieler die Seite. Im Entscheidungssatz ebenfalls, sobald der erste Spieler 5 Punkte erreicht hat.

Im Tischtennis geistern immer wieder **Schauermärchen** herum, die absolut haltlos sind. Ein paar falsche Aussagen seien hier schon entkräftet, alle anderen Fragen werden am Besten im Training gerne beantwortet:

1. Ein Aufschlag muss im Einzel nicht über das Kreuz gespielt werden.
2. Ein 11:10 ist kein Satzergebnis, sondern 11:9; 12:10; 13:11 usw.
3. Einen Ball aus der Luft abzunehmen (Volley) ist verboten.
4. Die freie Hand darf die Spielfläche während eines Ballwechsels nicht berühren.
5. Ein Ball darf neben und hinter dem Tisch gefangen werden (sogar mit dem Schläger), sofern klar ist, dass der Ball des Gegners die Platte nicht mehr berührt.
6. Die Seite der Tischplatte gehört nicht zum Spielfeld, seine Kante aber schon.

Zu den Tischen und dem übrigen Material tragen wir Sorge – schliesslich spielen wir gerne damit!

**Fairplay** gehört dazu, deshalb schütteln sich zwei Spieler vor jeder Partie die Hand und wünschen sich eine schöne Partie. Zum Dank gehört am Schluss ebenfalls ein Händedruck dazu. Für Netzroller und Kantenbälle entschuldigt sich der „Sünder“.

Tischtennisspieler sind **faire Sportsleute**. Lieber ein Spiel verlieren als betrügerisch gewinnen. Selbst Weltklasse-Cracks bleiben bei knappen Spielständen ehrlich und „verschenken“ Punkte, wenn sie einen Ballwechsel zu ihren Ungunsten gesehen haben. Tischtennis ist deshalb nicht nur eine der schnellsten, sondern auch eine der fairsten Sportarten der Welt!