國際圈網球規則

編號 說明 頁數

簡介 圈網球的基本特性 2

第一章規則 場地和裝備 3

第一條 場地面積 3

第二條 場地的準備 3

第三條 網 4

第四條 圈網球 4

第二章規則 圈網球的分項 4

第五條 單打規則 4

第六條 雙打規則 4

第七條 比賽 5

第三章規則 圈網球比賽時間 5

第八條 比賽時間和加時 5

第九條 中斷情況處理 6

第四章規則 得分和比賽結果 6

第十條 得分 6

第十一條 比數和結果 7

第十二條 比賽的評估 7

第五章規則 比賽元素和過程 7

第十三條 比賽前準備工作 7

第十四條 動作 --- 發球 8

第十五條 動作 --- 投擲圈網球 9

第十六條 動作 --- 接圈網球 11

第十七條 動作 --- 12

第十八條 比賽動作 --- 雙打比賽的接續 12

第十九條 比賽動作 --- 比賽中其他元素 12

第二十條 球員和其他相關人員不正當行為 13

第二十一條 比賽後的整理 14

第六章規則 裁判的權限和責任 14

第二十二條 裁判的權力 14

第二十三條 裁判比賽前的職責 14

第二十四條 裁判比賽間的職責 15

第二十五條 裁判比賽後的職責 15

圖表一 場地尺寸 16

**簡介: 圈網球的基本特性**

圈網球的基本目的是用一隻手將網狀的橡膠圈扔到對手場區，以不同明智的技巧來使圈網球擊中地面或者令對手無法接球、再次攻擊。

在比賽期間，圈網球的投擲和接球會不斷出現交替變化，球員將各種不同的技術結合起來，以熟練的技巧進行攻擊和防守，而球會進攻和防守時只能用一隻手來抓住圈網球。

典型的進攻有以下例子，遠距離投擲就是把圈網球扔到對手場區的後面、而短距離投擲就是把圈網球狹窄地射入前半部的一角。而典型的防守擲圈網球便有以下例子，就是高投而不旋轉，投擲到對手半場的後半部分，以使對手遠離前網。

速度快和有運動精神的比賽就是圈網球的吸引之處，從接球到發球起的整個過程中，運動員的所有動作都必須流暢地進行，不能有不可接受的延遲。

為了控制整個比賽，最關鍵的是要獲得一個靠近球網的有利位置，令球員能夠用技巧來進行進攻。靠近球網是當運動員向前跳躍時，伸出手臂抓住高而遠的圈網球。進攻球員在比賽時位置和接圈網球是當中的特徵，透過不停的交接，把圈網球在擲到對手場地就能夠得分。

戰術方面，球員可以限制主要力度來抓住圈網球，並通過防守性投擲將圈網球扔到對手場區的後半部分。 這樣，防守球員就可以迫使對手犯錯誤而反擊得分。

圈網球是一項具有挑戰性和包含所有要素的運動：技術和戰術方面以及對運動員需具備敏捷性和創造力的要求。

《國際圈網球規則》規定在世界圈網球聯合會的領導下進行所有國際活動。 此外，該規則集可以為目前尚未組織這項運動的其他國家/地區，以將圈網球引入其體育領域並成為世界圈網球聯合會的有競爭力成員而成為有用的指南。

第一章規則: 場地和裝備

1. 場地面積 (圖表一：第16頁)

1.1 單打場區：

單人場區是一個長12.20 m，寬4.60 m 的矩形。兩條測量線為12.20 m 的線稱為邊線 ，4.60 m 的線稱為基線。將球場劃分為兩等分的長度為6.10 m 的線稱為中心線。男性單打場和女性單打場的大小完全相同。

1.2 雙打場區：

1.2.1 男子雙打球場的尺寸與單打球場的尺寸完全相同。

1.2.2 女子雙打球場的尺寸與單打球場的尺寸完全相同。

1.2.3 混合雙打場是一個長12.20 m，寬5.50 m 的矩形。長度為12.20 m 的線稱為邊線，長度為5.50 m的兩條線稱為基線。將球場劃分為兩等分的長度為6.10 m 的線稱為中心線。雙打場（男和女）的尺寸與單打場完全相同。

1.3 中立區：

距中心線中間0.90 m 的兩條平行線稱為死線。從中心線的中間到死線的區域

長度0.90 m和5.50 m（混合雙打球場）或4.60 m（單人雙打球場、男女）的寬度，稱為中立區。雙方的中立區為減半區域的長度為1.80 m，寬度為5.50 m（混合雙打球場），寬度為4.60 m（單人雙打球場，男女），但寬度不受限制(關於規則19.2的含義截止線不屬於中性區。)

1.4 比賽區：

在每條邊線的邊線，底線和死線之間的場區範圍為長為5.20 m，長為5.50 m（混雙場），長為4.60 m（單場和男女雙打）寬度，稱為比賽區。邊線，底線和截止線是比賽區域的一部分。

1.5 安全區：

距邊界至少2.00 m的區域（從邊線和基線的外邊緣）稱為安全區，必須有標示作記號，例如應變帶或類似描述。

1.6 線：

1.6.1 除了中線的中心線和側線外，所有提及的線區域必須以相同的顏色清楚地標出，並與球場表面形成對比。所有線的寬度必須在3到5厘米之間。

1.6.2 中立區的中心線和邊線可以省略。 在這種情況下中心線是假想線。

1.6.3 允許將死線延長至距球場尺寸最大2.00 m，對於第19.2條的含義（無論是否標出）均不加限制。

2. 場地的準備

2.1 一致性：

場地一致由塑料，混凝土或其他膠結材料，粘土或紅沙而製成。 必須保證適合和符合速度快和有活力的運動進行，甚至可以避免受傷。

2.2 地點：

可以在室外或室內的球場進行國際圈網球比賽。

2.3 泛光燈：

如果國際性圈網球比賽在沒有或不足夠日光的戶外情況下進行，則可以使用泛光燈照亮場區。

3. 網

3.1 高度和位置：

球網位於中心線上方1.65 m 的高度，並且將場地分為兩個相等的部分。從地面開始計算，上述指定的高度須存在於網上邊的任意點。

3.2 質量和措施：

球網是密閉的棉或合成纖維網狀帆布而成，帶長度在5.50至6.10 m（網格區域）之間，深度在0.40至0.70 m之間。如果網的網格面積大於5.50 m而超出邊線的距離，延伸出來的部份必需要相等在兩個方向上。網的上邊應與網的其餘部分具不同的顏色。

3.3 固定：

網必須用繩索或吊架固定在兩個堅固的垂直立柱上，分別放置在球場兩側的標記或假想中心線上，距離邊線約30厘米。柱子的高度不應超過1.70 m（從地面測量），而且必須符合 (規則第3.1條) 以下條件才能確保網的張力。

4. 圈網球

4.1 材質和質量：

圈網球是由白色或黃色的固態橡膠製成，內部沒有空氣，表面平坦而結實，這樣可以快速旋轉而不會在空中飛行時失去穩定性。

4.2 重量和尺寸：

由世界圈網球聯合會授權的圈網球重量必須在190到220克之間，內徑在11到12厘米內，外徑在17到18厘米之間，而厚度為3厘米（直徑） ，允許厚度變化為正負0.5厘米。

第二章規則: 圈網球的分項

5. 單打規則

5.1 男子單打：

每方派出一名男選手在單打場上進行比賽。

5.2 單打女子：

每方派出一名女選手在單打場上進行比賽。

6. 雙打規則

6.1 男子雙打：

每方派出兩名男選手，在雙打場上進行比賽。

6.2 女子雙打：

每方派出兩名女選手，在雙打場上進行比賽。

6.3 混合雙打：

每方派出一名男選手和女選手，在雙打場上互相對戰。

7. 比賽

7.1 個人錦標賽：

國際單項錦標賽分別針對男子單打，女子單打，男子雙打，女子雙打和混合雙打。個人錦標賽的安排必須根據世界圈網球聯合會的國際比賽模式和比賽規則（第一、二章規則）進行。

7.2 團體冠軍：

國際團體冠軍由10名選手組成（五名男子和五名女子選手），並且包含男子單打，女子單打，男子雙打，女子雙打和混合雙打。團體錦標賽的安排必須根據世界圈網球聯合會的國際比賽模式和比賽規則（第三章規則）進行。

7.3 國際比賽：

可以包含沒有國際性的比賽性質，由兩個國家選擇或以個人錦標賽之間進行男子單打，女子單打，男子雙打，女子雙打和混雙的比賽。 此類活動的安排必須根據世界圈網球聯合會的國際比賽模式和比賽規則（第四章規則）進行。

7.4 年齡組：

規則7.1和7.2的比賽，不受年齡限制。 規則7.3中規定的比賽允許青年組和成年組進行比賽。 青年組年齡限制是通過雙方協議達成共識來決定的，而成年組則沒有年齡限制。

第三章規則: 圈網球比賽時間

8. 比賽時間和加時

8.1 比賽時間：

一場比賽的常規比賽時間為20分鐘，分為上下半場時間，每半場時間為10分鐘。所有以上項目和組別（年齡層）的比賽時間均相等。

8.2 額外時間 (加時)：

如果比賽以淘汰賽來進行，比賽以平局結束，則必須延長常規比賽時間。比賽的額外時間為10分鐘，分為上下半場，每半場時間為5分鐘。所有以上項目和組別（年齡層）的比賽時間均相等。

8.3 最終加時：

萬一額外時間都以平局結束，比賽必須延長第二次也是最後一次的加時模式進行比賽。 在最後的延期不受時間限制，但在一個選手或一方比對手得分高2分後，比賽就會結束。

8.4 休息時間：

8.4休息時間：介於兩次上半場之間，正常比賽時間與加時賽開始之間以及加時賽與最後延長之間的時間稱為休息時間。 休息時間不得超過3分鐘。

8.5 聲音信號：

聲音信號的持續時間，通過聲音或音調來分辨開始或停止半場時間。 這意味著在聲音信號的時間內不可能得分。

9.中斷情況處理

9.1 超時的中斷：

由於較嚴重的情況（例如惡劣的天氣或照明故障）造成的情況導致無法正常繼續比賽，導致時間中斷（超時）。中斷消息必須由組織人員或裁判員發出信號才終止。

9.2 沒有超時的中斷：

刺激或阻礙比賽的情況，但可以在短時間內立即清除（例如，第二個圈網球掉入比賽場區區域），導致打斷而沒有時間的中斷。時間到了，必須由裁判員發信號通知並終止比賽。

9.3 受傷（醫療超時）：

傷害可能會導致超時打斷。 如果其中一名球員正在流血或受傷，裁判員最多可中斷比賽3分鐘，以清洗或提供醫療服務來止血，或為其他受傷提供醫療服務。 中斷後，球員必須立即繼續比賽或放棄比賽。 每名球員在比賽中只允許一次因受傷而暫停比賽。

9.4 恢復比賽：

比賽暫停並超時後，必須考慮已經到超時的時間來恢復比賽。 剩餘時間的計時必須由組織人員或裁判根據規則9.1和由裁判根據規則9.3來進行。

第四章規則: 得分和比賽結果

10. 得分

10.1 基本理解：

可以通過主動或被動方式來進行評分。得分是指球會因為自己而主動得分、而被動得分是指手透過對方球員或一方因非強制性失誤而得分。

10.2 主動計分：

10.2.1 能夠在不違反比賽規則的情況下將圈網球在對方比賽場區地板上的球員可以得分。 在這種意義上，每次成功得分都會得到裁判加分。

10.2.2 有能力迫使對手犯錯的球員亦可以得分。每次成功得分都會得到裁判加分。

10.3 被動得分：

對手犯下非強制性的錯誤而令對方球員或一方得分

10.4 直接得分：

得分的機會不只限於發球一方。 發球一方或接球一方都可以直接得分。

10.5 失誤：

如犯下本規則的所述，每個失誤都必須由裁判員判給對方另一分，以對其進行處罰。

11. 比數和結果

11.1 得分：

裁判必須在每個得分點大聲和清晰地宣布得分。 首先是宣布得分的球員或一方的分數，其次是另一方球員的積分。

11.2 結果：

11.2.1 比賽結束時得分最高的球員或一方是比賽的獲勝者。 如果雙方在比賽結束時得到的得分相同，而並非以淘汰賽為基礎（第8.2條規則），則最終結果為平局。

11.2.2 如果球員或一方沒有在適當的時候開始比賽，或者由於球員或其他相關人員的受傷或行為不當而最終不能比賽，則作為放棄比賽，裁判必須並保留最終結果，而當前或剩餘的球員或一隊獲得20：0而勝出。

12. 比賽的評估

12.1 個人淘汰賽制度:

是進行個人交流的首選比賽制度，而單打作個人比賽，單打世界冠軍比賽。比賽的計算在《國際比賽模式和比賽規則》（第一章規則）中得到了有規則的管理。

12.2 團隊循環賽制度：

循環賽是球隊的首選比賽制度來進行團體比賽，特別是為世界錦標賽指定團隊。比賽的計算在國際比賽模式和競爭條例（第三章規則）列出。

12.3 團隊淘汰賽制度：

在特殊情況下才允許團隊淘汰賽制度。如果國際性圈網球賽事的組織者根據淘汰賽制度對團隊進行完整的比賽或部分比賽，比賽的評估將與基於淘汰賽的個人比賽的規定相均。

12.4 個人循環賽制度：

如果國際圈網球的組織者比賽基於循環賽制進行個人比賽（例如《國際比賽模式和比賽規則》第27條所述的比賽），獲勝比賽將獲得2分，而平局則獲得1分。每個選手輸掉一場比賽為0分。 得分最高的球員是該組或比賽的獲勝者。 單打世界冠軍賽不允許採用循環賽制，但男子雙打，女子雙打和混合雙打則允許。

12.5 國際比賽：

與國際比賽有關的比賽的評估在《國際比賽模式和比賽規則》（第三章規則）中得到了有規則的管理。

第五章規則: 比賽元素和過程

13. 比賽前準備工作

13.1 有關人員：

球員，一名裁判員（視情況而定），每邊一名教練，最多允許兩名巡邊員在比賽場區內。除運動員，裁判，教練，巡邊員以及在特殊情況下，組織人員或醫療服務人員外，其他任何人均不得在比賽前或比賽中進入比賽場地（包括安全區）。

13.2 衣服：

所有球員都必須在適當的情況下穿著運動服和鞋襪。每個球員的球衣必須包含文字或標誌，以標識該球員的國籍。同一隊的球員必須穿著相同的衣服。

13.3 扔硬幣

13.3.1 在比賽開始之前，裁判必須在兩名運動員之間進行一次扔硬幣。比賽的獲勝者可以選擇半場在哪邊比賽。而另一方則在另一半場區開始進行第一盤比賽。圈網球由裁判提供。

13.3.2 如果需要額外的時間或最後的延時，裁判員必須以規則13.3.1所述的相同形式和相同含義進行新的扔硬幣。

13.4 教練的通知：

兩個球員均有權任命一名教練。教練需要參加比賽，比賽開始前必須在裁判員的記分牌上用名字註明。

13.5 位置：

所有相關人員在比賽結束後必須立即輸入比賽的起始位置。教練們和自己隊友的位置需要保持至少1米的距離。

14. 動作 --- 發球

14.1 基本理解：

發球是從網的基線上方單手擲出，擲到對手場區球場區，目的是開始比賽時間，額外時間，最後延長或繼續比賽在得分之後。除了比賽的第一項服務，額外的時間和最後的延展（必須由丟球的人執行）以外，其他所有服務必須由得分達到前一點的玩家或一方執行。

14.2 雙打比賽：

每一方派出兩名球員進行比賽，而不必確定繼承順序或數目限制。對於在職球員提供服務至特定的對方球員或球場另一半的球場空間沒有限制。允許對方的兩個玩家在不影響繼承或限制人數的情況下接受服務。此規則適用於所有雙打學科（男子雙打，女子雙打和混合雙打）。

14.3 發球失誤I（逾越）：

在圈網球離開手時，發球的手、腳或身體的任何其他部位觸摸到比賽區域。

14.4 發球失誤II（腳）：

圈網球離開手時，至少一隻腳必須與基線後面的地面接觸。

14.5 發球失誤III（網）：

在發球過程中，圈網球與網有接觸。

14.6 發球失誤IV（延誤發球）：

得分後，發球手必須立即進行發球。如果球員造成不必要的延誤和緩慢的表現是不可接受的。

14.7 重複發球：如果在得分後太匆忙地進行發球，以致裁判員無法控制其正確性，則裁判員有權要求重新發球。

14.8 發球的位置：

在發球期間，除發球球員外，所有球員都必須將雙腳放在自己的比賽場區區域（規則編號1.4）。

15. 動作 --- 投擲圈網球

15.1 基本理解：

投擲的完整過程是由圈網球引向釋放和在空中飛行的動作。由抓住圈網球時就代表正式開始，直到對手無法接住的情況下將圈網球跌落比賽場區而結束。每次擲球必須用一隻手流暢地執行，以便將圈網球送到對手比賽區域。

15.2 投擲失誤I（界外）：投擲圈網球到對方比賽區域外的地板（規則1.4），而對方球員沒有觸碰。裁判員決定圈網球是否在界外，而關鍵重點是球和地板的第一下接觸點。

15.3 投擲失誤II（錯誤）：

15.3.1 球員不使用手來投擲圈網球過網。

15.3.2 球員同時使用雙手來投擲圈網球過網。

15.3.3 球員使用雙手或多次嘗試才投擲圈網球過網。

15.3.4 選手擲圈網球的過程中，觸及到自己的比賽場區的地板。

15.3.5 球員在接球後，把圈網球由一隻手換到另一隻手。

15.3.6 在雙打的情況下，同隊隊友同時或者連續來投擲圈網球過網。

15.4 投擲失誤III（搖晃）：圈網球在空中沒有平穩的飛行，並且擺動或搖晃的程度超過3厘米的厚度。

15.5 投擲失誤IV（網）：圈網球接觸網後開始搖晃。（特殊情況處理：規則14.5）。

15.6 投擲失誤V（桿）：投擲過程中圈網球接觸到桿。

15.7 投擲失誤VI（向下射擊）：球員直接向下推動或扔擲圈網球。不論圈網球是否向下，裁判對裁判的決定至關重要的是戒指離開手後的第一刻的移動。萬一戒指沒有上升的趨勢或在飛行的第一瞬間和距離上沒有保持相同的高度，而是迅速向下運動，則應嚴格將擲球視為向下射擊。

15.8 投擲失誤VII（投擲延遲）：在接球後或在進一步的投擲圈網球，球員中斷或延遲流暢的動作。 在所有情況下，如果停止或因示範性的緩慢而延遲，裁判必須視為延遲投擲。 (不論是技術故障或故意欺騙對手而造成的中斷或延遲)

15.9 投擲失誤VIII（雙向動作）：球員改變了最初打算或指示的投擲順序，並為該投擲開始新的方向，或者來回移動手臂或手腕，同時把圈網球投擲。這些動作順序不符合流暢投擲的原則，可能會激怒或誤導對手，並且必須由裁判員以雙向動作加以處罰。

15.10 投擲失誤IX（身體接觸）：

15.10.1 投擲過程中，圈網球接觸到球員身體的一部分，但投擲的手除外。 “手” 是指指尖和前臂（肘部）之間的區域。

15.10.2 如果是雙打的情況，在投擲過程中，圈網球接觸到隊友的身體。

15.11 投擲失誤X（腳步）：

15.11.1 如果在接球的過程中，球員用雙腳觸碰地板，則在接球離開手進行擲球之前，不允許隨後一步完成。代表一隻腳與地板接觸，可以是弓步或簡單的接觸。

15.11.2 如果球員在接收圈網球時用一隻腳觸摸地板，則在圈網球離開手擲球之前，不得隨後完成多於一步的動作。代表一隻腳與地板接觸，可以是弓步或簡單的接觸。

15.11.3如果球員在接圈網球時沒有與地板接觸，則在圈網球離開手進行擲球之前，不得隨後超過兩步完成比賽。代表一隻腳與地板接觸，可以是弓步或簡單的接觸。

15.12 投擲失誤XI（轉向）：

15.12.1 允許轉向（用手握住圈網球，繞身體的縱軸完全或幾乎完全扭曲），但如果球員完成的步數超過允許的步數，則為失誤（規則15.11）。

15.12.2 球員在沒有犯下規則15.8和15.11的情況下完成轉身，該球就能夠被允許擲出作進攻。

15.12.3 困難的接球後才轉身是允許的，並且需要受規則16.9.2和16.9.3的規定。

15.13 XII投擲失誤（天花板）：投擲過程中，圈網球接觸到天花板。

15.14 圈網球的速度：為了將圈網球速度加快，球員手臂的擺動在身體前方，身體向側，頭部上方或身體後方執行，並且可以作為一種輪子。