

# Ringtennis

**Vielen Dank, dass Sie sich für dieses Produkt entschieden haben!**

Damit Sie viel Freude an diesem Produkt haben und die Sicherheit gewährleistet ist, sollten Sie diese Spielanleitung zunächst vollständig durchlesen. Für Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



## Die Spielidee

Als Spielgerät dient ein Gummiring, der möglichst platziert mit einer Hand über ein Netz so in das gegnerische Feld geworfen wird, dass er nur mit Mühe oder gar nicht gefangen werden kann. Es kommt ein schnelles Spiel zustande, wenn der Gegner den Ring fängt und ihn mit der gleichen Absicht wieder zurückwirft.

## Das Spielfeld

Das Spielfeld ist insgesamt 12,20 m lang, im Einzel 3,70 m und im Doppel bzw. Mixed 5,50 m breit. In der Mitte wird es durch ein 1,50 m hohes Netz und einen 1,80 m breiten Sperrraum getrennt.

## Die Regeln

Ringtennis wird im Einzel, Doppel und Mixed auf Zeit gespielt. Je nach Spielklasse variiert die Spielzeit von 2x 10 Minuten bis 2x 6 Minuten. Ein fließendes Spiel kommt dann zustande, wenn folgende Regeln eingehalten werden:

- Gespielt wird mit einem Vollgummiring. Der Ring wiegt ca. 220 g, der Durchmesser des Gummis beträgt ca. 3 cm und die lichte Weite des Ringes ca. 11 cm.
- Der Ring wird mit einer Hand gefangen und in einer durchgehenden Bewegung mit derselben sofort wieder abgeworfen.
- Der Ring darf während des Fluges nicht wackeln.
- Der Ring darf nicht von oben nach unten geschmettert werden.
- Mit dem Ring in der Hand darf nicht gelaufen werden.
- Das Netz darf nicht berührt und der Sperrraum nicht betreten werden.

Die Aufgabe erfolgt immer hinter der Grundlinie, und schon kann das Spiel beginnen...

## Die Technik

Ein erfolgreiches Ringtennispiel erfordert eine ausgefeilte Fang- und Wurftechnik sowie Reaktionsvermögen. Entscheidend für das Fangen des Ringes ist eine gute Beinarbeit. Lang in's Feld gespielte Riege werden idealerweise im Vorwärtssprung hinter dem Körper gefangen, um bis zum Abwurf möglichst nahe an das Netz zu kommen.

Gute Spieler/innen beherrschen ein vielseitiges Wurfrepertoire, wobei dem Ring unterschiedliche Rotationen auf verschiedenen Flugkurven mitgegeben werden.

