



# Volleyboll

Regelbok



# Regler

## Poängräkning

1. Poäng på varje boll.
2. Matcherna spelas i bäst av tre set.
3. Finalen spelas i bäst av fem set.
4. Samtliga set måste vinnas med minst två poängs marginal.
5. Poäng per set enligt nedan:

Gruppspel			Slutspel			Final				
Set 1	Set 2	Set 3	Set 1	Set 2	Set 3	Set 1	Set 2	Set 3	Set 4	Set 5
15p	15p	15p	25p	25p	15p	25p	25p	25p	25p	15p

## Serve

1. Serve innan domarens signal leder till omserve.
2. Nätserve som tar i nätkanten och sedan går över till andra sidan räknas som en godkänd serve.
3. Man har endast ett serveförsök.
4. Övertramp resulterar i förlorad boll & poäng till motståndarlaget.

## Boll- och nätberöring

1. Bedömningen av bollberöring är mild för att underlätta för försvarande lag och för att få mera spel.
2. Första beröring efter serve får inte vara block vid nät eller smash.
3. Grov nätberöring resulterar i förlorad boll och motståndarlaget får poäng.
4. Övertramp till motståndarlagets sida resulterar i förlorad boll och motståndarlaget får poäng.



# Lag

1. Lagen ska ha minst 4 och max 6 spelare på plan.
2. Minst 2 pojkar och 2 tjejer måste finnas på plan.



<b>Nätberöring</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>Touch-ut</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a forehand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>4 beröringar</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>Boll ute</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>Igångsättande av serve</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>Omboll</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>Hållen boll (fös)</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>Dubbelslag</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>Boll inne</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.
<b>Lag som ska serva</b>	A line drawing of a tennis player in a white shirt and shorts, hitting a backhand shot with a tennis racket. The ball is in the air near the racket head.

# Volleyboll

Volleyboll kom till Sverige genom organisationerna **4H**, **KFUM** och **Sveriges Kommunistiska Ungdomsförbund** som lärde sig sporten på internationella läger och tog med sig den till Sverige. Sporten har sedan dess varit en självklarhet på 4H:s Riksläger och många andra 4H-arrangemang.

## Kuriosa

- **Volleyboll räknas som en av världens största idrotter.**
- **Det finns ca 800 miljoner regelbundet utövande av volleyboll i världen.**
- **Volleyboll är en av de populäraste korp- och studentidrotterna i Sverige.**

Text och design är framtaget av **Filip Axbrink Jönsson** från Kronoberg inför 4H:s Riksläger 2013 i Ingelstad. Reglerna i häftet är anpassade efter hur volleyboll spelas inom 4H och sammanfaller därför inte nödvändigtvis med officiella regler från **FIVB**.