



# اسکواش سه طرف دیوار



## مقدمه

کمیته توسعه فدراسیون اسکواش برای همگانی کردن این ورزش ، به طراحی کورت ابنیه اسکواش با کمترین هزینه اجرایی اقدام کرده است تا بتواند شناخت عموم را نسبت به اسکواش توسعه دهد و نسبت به اسکواش تک دیواره ، جذابیت بیشتری داشته باشد. در این جزوه قوانین و مقررات اسکواش سه طرف دیوار را برای آشنایی مخاطبان و برگزاری رویداد رقابتی ارایه شده است.

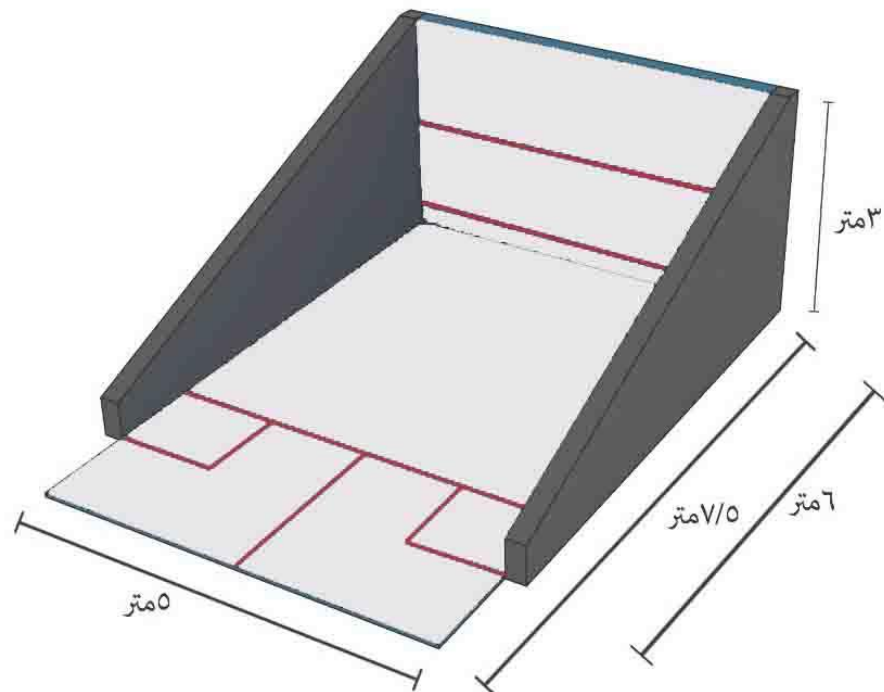
## ویژگی ها

۱. سرگرم کننده و مناسب برای تفریح و قابل دسترس در همه مناطق
۲. ارزان و قابل اجرا در همه جا به خصوص در مناطق کم برخوردار و مناطق روستایی
۳. ساده و قابل یادگیری برای هر فرد در هر سطحی از آمادگی و در هر سنی
۴. حفظ و ارتقای آمادگی بدنی در زمان قرنطینه و تعطیلی مجموعه ها و حتی انجام بازی به صورت فردی
۵. آمادگی مقدماتی و آشنایی اولیه با ورزش اسکواش با بازی زمین ساده اسکواش

## تعریف واژگان تخصصی اسکواش

- ۱ - کورت ( Court ) : به زمین بازی اسکواش گفته می شود .
- ۲ - تین ( Tin ) : بر روی دیوار جلو سه خط به نام خط سرویس و دو خط اوت وجود دارد که محدوده خط اوت پایین تا کف زمین را محوطه تین TIN می گویند ، ارتفاع خط تین از زمین ۴۳ سانتی متر است.
- ۳ - منطقه سرویس ( Service Box ) : منطقه ای در کف زمین برای زدن سرویس است و یک پای بازیکن هنگام زدن سرویس باید در منطقه سرویس باشد.

## ابعاد کورت اسکواش سه طرف دیوار



• ابعاد کورت با در نظر گرفتن ابعاد استاندارد اسکواش و با هدف اجرائی تر شدن این نوع اسکواش تغییر داده شده است.

300 cm	ارتفاع دیوار مقابل
500 cm	عرض دیوار مقابل
750 cm - 600 cm	طول زمین
100 cm (به انضمام خطوط)	طول و عرض باکس سرویس
5 cm	عرض تمام خطوط
43 cm از کف زمین + 5 cm خط	ارتفاع خط ( TIN ) <sup>۱</sup>
5 + 145 cm سانتی متر خط	ارتفاع خط سرویس

## روش بازی

اسکواش سه طرف دیوار را می توان با راکت و توپ اسکواش و همچنین راکت های همگانی اسکواش و یک توپ اسفنجی انجام داد.

قوانین

الف. سرویس

۱. برای تعیین زننده سرویس ، یکی از بازیکنان ابتدا یک راکت را می چرخانند و آن فردی که دسته راکت به سمت وی باشد آغاز کننده بازی است.
۲. مسابقه با زدن سرویس شروع می شود و زننده سرویس تا وقتی امتیازی از دست ندهد سرویس بعدی را خواهد زد.
۳. یک پای بازیکن در حین زدن سرویس باید در محل ( BOX ) سرویس باشد.
۴. سرویس باید به دیواره جلویی و بالاتر از خط سرویس و پایین تر خط اوت بالایی باشد و توپ باید پس از برخورد به دیواره روبرو به سمت حریف در قسمت نیمه عقب زمین برگردد .
۵. اگر زننده سرویس موفق به کسب امتیاز شد سرویس بعدی را در سمت مخالف خود بزند . ( به عبارت دیگر اگر شما از سمت راست سرویس بزنید و امتیاز کسب کنید سرویس بعدی را باید از سمت چپ بزنید . )
۶. اگر زننده سرویس موفق به کسب امتیاز نشد بازیکن حریف سرویس را در محلی که قبلا مستقر بوده آغاز می کند.

## ب . بازی

۱. پس از سرویس ، یک رالی با ضربه زدن بازیکنان به توپ به طور متناوب ، یا روی والی یا پس از یک بار بار خورد با زمین ادامه می یابد.
۲. بازیکن در شرایط زیر امتیاز خود را از دست بدهد:
  - توپ را روی خط خارج از زمین یا در بالای آن بزند.
  - توپ را به تین می زند.
  - توپ را قبل از رسیدن به دیواره جلویی به زمین می زند.
  - پشت سر هم دو بار توپ را می زند.
  - اگر توپ به هر بازیکن برخورد کند ، یا بازیکنان مانع یکدیگر شوند ، باید " بجا " ( Let ) داده شود و امتیاز دوباره تکرار می شود ، در حالی که سرویس از همان جهت از سوی همان بازیکن زده شود.

## پ . امتیاز دهی

۱. هدف این بازی بردن با کسب امتیاز است. در هر رالی ، یک امتیاز کسب می شود ، چه رالی از سوی زننده سرویس باشد یا گیرنده .
۲. بازیکنی که ابتدا ۱۱ امتیاز کسب کند ، برنده گیم است.
۳. اگر بیش از یک گیم انجام شود ، ابتدا برنده بازی قبلی سرویس می زند.
۴. بازی های اسکواش به صورت ۲ گیم از ۳ گیم یا ۳ گیم از ۵ گیم انجام می شود.
۵. در صورت تساوی ۲ بازیکن در عدد ۱۰ بازیکنی برنده خواهد شد که بتواند ۲ رالی متوالی را به سود خود پایان دهد .

## مراحل ساخت كورت سه طرف ديوار









کمیته توسعه همگانی فدراسیون اسکواش جمهوری اسلامی ایران

اردیبهشت ۱۴۰۰

[www.squashiran.ir](http://www.squashiran.ir)