



FLOGBÓLTSSAMBAND FØROYA
FAROESE VOLLEYBALL ASSOCIATION

Kidsregler level 0 Flogbóltssamband Føroya

september 2022

Eventuelle ændringer fra tidligere regler markeret med gul

A. Regler for serveren

1. Spillet sættes i gang ved at en spiller fra en vilkårlig position på banen kaster bolden over nettet.
2. Bolden kastes over nettet med et underhåndskast (baggerslagskast).

B. Spilreglerne

1. Der er 3 - 5 spillere på et hold, hvoraf maksimalt 4 må være på banen. Deltager man med 7 spillere til et stævne er der 4 spillere på A holdet og 3 spillere på B holdet
2. Bolden skal gribes.
3. Bolden skal kastes over nettet. Spilleren må ikke gå med bolden.
4. Er afstanden til nettet for stor må bolden kastes til en medspiller, der så kaster den over nettet.
5. Når en spiller på ens eget hold kaster bolden over nettet, så roterer spillerne på holdet én position i urets retning.
6. Bolden er tabt når: Bolden ikke gribes, kastes i nettet eller kastes ud af banen – også ved "serv".
7. Når bolden tabes, forlader spilleren, der har begået fejlen banen. I tvivlstilfælde peger coachen spilleren ud, der skal forlade banen. Et nyt kast sætter spillet i gang igen.
8. En bold grebet, kastet fra modstanderen betyder, at én spiller befries og atter må komme ind på banen.

C. Regler for banestørrelsen og net

1. Der spilles på en badmintonbane til de yderste streger i bredden, men de inderste streger i længden.
2. Nethøjden er 2,0 meter.
3. Overtrådt og berøring af nettet er tilladt, blot det ikke generer modstanderne.

D. Spilletid og point

1. Der kan spilles 10 minutter pr. kamp
2. En time-out pr. kamp pr. hold.
3. Et point til holdet hver gang modstanderens bane er tom.

E. Bolde

1. På Level 0 spilles med bolde af Light typen med en vægt mellem 210 g og 235 g eller Mikasa Kids Volleyball SKV5 160 g.