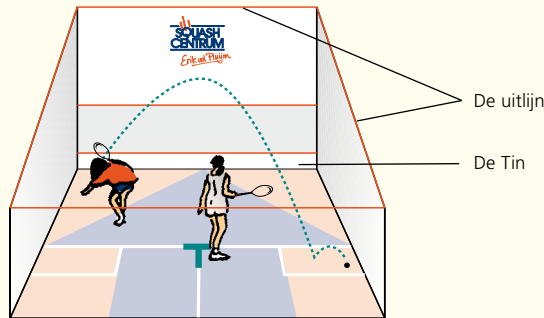
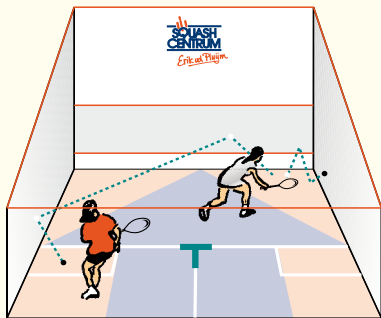


Squash, hoe speel je dat?

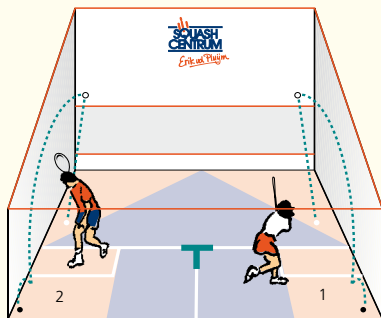


De bal wordt tegen de voormuur gespeeld, boven de 'Tin' en onder de (rode) uitlijn. De bal mag een of meerdere zijmuren en/of de achtermuur raken, maar moet de voormuur raken voordat hij de grond raakt. De rally is voorbij als de bal meer dan één keer op de grond stuit of de muur boven de uitlijn raakt of de uitlijn zelf raakt. Lijn is dus uit!

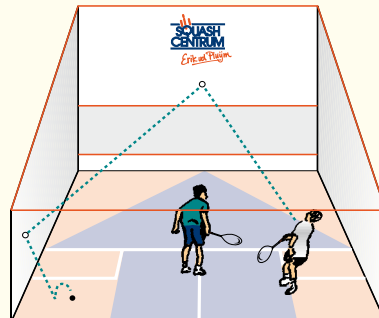
Veel voorkomende slagen



Erik (in rood) speelt de bal via de zijmuur tegen de voormuur. Dit heet een **'boast'**. Manon speelt een **'drop shot'**, een korte, langzame bal in de voorhoek. Je kunt de bal ook via de achtermuur tegen de voormuur slaan, dit heet een **'back wall boast'**.

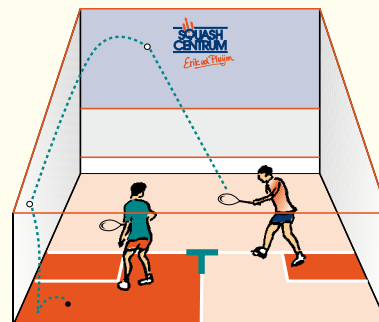


1. Een **'forehand drive'** is een bal die met de forehand langs de zijmuur naar de achterhoek gespeeld wordt. 2. Een **'backhand drive'** is een bal die met de backhand langs de zijmuur naar de achterhoek gespeeld wordt.



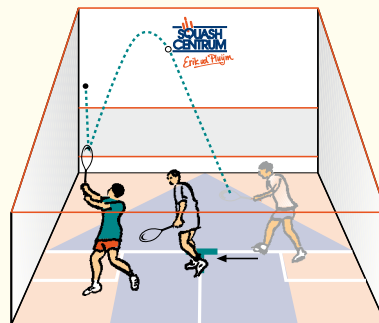
Een **'cross-court'** is een bal die diagonaal over de baan geslagen wordt.

De opslag



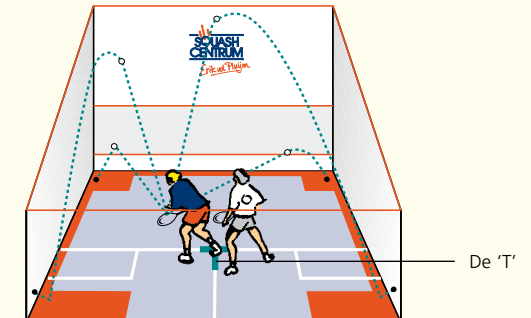
Om te serveren moet je binnen het kleine servicevak staan. Eén voet moet geheel binnen de lijnen van het servicevak staan. Lijn is hier ook fout. De opslag moet het blauwe gedeelte van de voormuur raken en vervolgens binnen het grote servicevak van de tegenstander stuiten (tenzij de tegenstander besluit om de bal te volleren). Als je het punt wilt moet je van de andere kant serveren. Hier zie je een opslag van rechts. Men heeft maar één opslag.

De return



De beste plaats voor de ontvanger om de bal te retourneren is dichtbij de achterhoek van het kleine service-vak. Dit maakt het voor de ontvanger mogelijk om de bal te volleren voordat deze in de achterhoek komt, van waaruit hij moeilijker te retourneren zou zijn. Het beste is om de bal langs de muur te volleren. De serveerder moet direct naar de 'T' gaan.

Tactiek



Speel de bal in de (rode) hoeken om je tegenstander te laten lopen. Probeer de bal buiten het lichtblauwe kruis te houden en zo dicht mogelijk langs de muur te spelen. Probeer nadat je de bal hebt gespeeld op de groene 'T' te gaan staan. De **'T'** is (tactisch gezien) het midden van de baan.

Telling

Punt per rally telling (PAR): de winnaar van iedere rally wint een punt, ongeacht wie er geserveerd heeft. Men speelt voor een punt per rally tot en met 11 punten, en bij een score van 10 gelijk dient een speler met 2 punten verschil te winnen. De speler die 3 games wint, wint de wedstrijd.

Welke bal



Beginners worden geadviseerd een bal te gebruiken die goed stuit. De nieuwe Max Progress bal is iets groter, en stuit daardoor beter. Deze bal is speciaal ontwikkeld voor beginners. De squashbal met één gele stip is voor recreatieve spelers en de squashbal met twee gele stippen is voor gevorderde spelers en wordt gebruikt voor wedstrijden. Kies de bal waarmee je voor je gevoel het beste kunt spelen.

Speeldata thuiswedstrijden Squashcentrum Erik van der Pluijm, gesponsord door NLcom/ ict solutions, eerste divisie 2009-2010:

Za	26-09-2009	13.00 u	tegen	Squash Delft
Za	10-10-2009	13.00 u	tegen	Victoria Rotterdam
Za	21-11-2009	13.00 u	tegen	Amstelpark Amsterdam
Za	05-12-2009	13.00 u	tegen	Squash Utrecht
Za	16-01-2010	13.00 u	tegen	Oudenbosch
Za	06-02-2010	13.00 u	tegen	TSSV Lancelot Tilburg
Za	20-03-2010	13.00 u	tegen	Max Sports Beverwijk

Het squashteam bestaat uit:

Sam van Brussel (2^e België), Wim van Asten, Ben van der Zanden, Tim van der Pluijm (Ned. jeugdkampioen 2008), Marc Christie (Clubtrainer) en Erik van der Pluijm.