

# KJÆRE SPILLERE & LAGLEDERE!

Velkommen til årets store høydepunkt for Videregående skoler.

Det er viktig at alle lagene passer på å være klar til kamp og ta ansvar for dommeroppgavene.

Det blir ikke satt av ekstra tid til oppvarming. Kampstart rett etter forrige kamp er ferdig.

Dømmer laget kampen før de skal spille, blir det maks. 10 min til kampstart.

Vi ønsker at alle får **GODE** opplevelser, minnerike øyeblikk, oppleve **samhold** og volleyballglede.

**LYKKE TIL!**



## LA DOMMEREN FÅ DØMME!

- Dommeren dømmer det de ser, om ballen er inn/ut, om de ser touch, overtramp eller annet.
- Det er **KUN Kaptein** som kan snakke til 1. dommer under kampen.
- Trenerne, lagledere og innbyttere bruk energien deres på å HEIE og lage GOD stemning.

## VINN MED STIL!

- Man kan enten bytte ved spillerbytte (en spiller ut og en spiller inn og evt. bytte første spiller tilbake). Maks 6 spillerbytter pr. sett! Evt så kan man rullere inn spillere, men da må ALLE spillerne være ute hver sin gang, spiller for spiller (evt. jente for jente og gutt for gutt på mix)
- Kaptein og lagledere må gå foran som gode eksempler.
- Bruk volleyballreglene positivt og fokuser på det sportslige.

## SPILLEREGLER!

- **BLOKK:** Blokk teller ikke som et slag, så laget har fortsatt 3 slag igjen før ballen må sendes over til motstander selv om de var borti ballen ved blokk.
- **SERVE:** Det er IKKE lov å trække på streken ved serve. Ballen skal kastes opp og slås med en arm.
- **NETTBERØRING:** En spiller kan ikke være borti nettet på vei for å berøre ballen eller i etterkant av en ballberøring. NB. Håret teller ikke som berøring av nett og skal ikke blåses på.
- **MIDLINJEN:** Hele foten skal være over før man skal blåse for overtrakk på midtlinjen. Kroppen kan være over streken uten at man trenger å blåse, men forstyrrer spilleren motstanderen eller hele foten er over, skal det selvfølgelig blåses.
- **BALL I TAKET:** Fra sesongen 2022-2023 kan ballen gå i taket(takbjelke) og komme tilbake til egen spilleflate uten at dette er en feil. Dersom ballen går fra egen side – i taket – og over til motstander, så er dette en feil, og motstander får poeng.

PS. Det er lov å bruke fot eller andre kroppsdeler som et slag, men ballen kan kun berøre personen 1 gang. MEN man har best kontroll om man bruker mest mulig volleyballslag, samt det er mindre fare for medspillerne om de prøver å gå etter ballen også.

## KAMPSKJEMA!

- 1) KAMPSKJEMA viser tydelig hvilket lag som er HJEMMELAG og BORTELAG.
- 2) Her skriver dere opp lagene slik at de står på «riktig» side når du gir poeng.
- 3) Når settet er slutt setter du inn hjemmelaget poeng i første kolonne, og bortelaget i andre kolonne, uavhengig av hvilke side på banen lagene har stått, eller hvem som har vunnet. Summer ved kampens slutt.
- 4) Her fylles Vinnerlaget inn, samt hvor mange sett de har vunnet og tapt.
- 5) SIGNERING av kampskjema gjøres av kaptein etter kampskjema er ferdig utfyllt

Kamp mellom	
1	ASKøY MIX 2
	DANIELSEN MIX 3
HJEMMELAG	BORTELAG

5

SIGN. TRENER/KAPTEIN HJEMMELAG, GODKJ. SPILLERLISTE	SIGN. TRENER/KAPTEIN BORTELAG, GODKJ. SPILLERLISTE
---	--

2

Føring av poeng			
1. sett	2. sett	3. sett	4. sett
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5

Resultat		
	Hjemmelag	Bortelag
1. sett	3	
2. sett		
3. sett		
4. sett		
5. sett		
Poeng totalt		
Vinnerlag	ant. vunne sett	ant. tapte sett
4		

#FairPlay

#mangfold

#respekt

#volleyballglede

#stolthet

#engasjement

#SamspillForAlle