

# Nieuwe regels voor Cool-Move-Volleybal Haarlem

## Niveau 2:

- Er wordt rallypoint gespeeld, dus iedere fout is een punt voor de tegenpartij.
- Je blijft in het veld als je een fout gemaakt hebt, zodat er altijd 4 spelers in het veld staan, tenzij je team uit 3 spelers bestaat.
- De bal wordt vanaf de kant waar de bal na de fout is, onderhands over het net geserveerd, waarbij het net geraakt mag worden.
- Wie de bal opgepakt heeft moet de bal ook serveren.
- Als iemand fout geserveerd heeft, mag een ander daarna serveren. (i.v.m. te veel tegenpunten)
- Alle manieren van gooien zijn hier toegestaan.
- De bal vangen via een teamgenoot is ook goed.
- Na het serveren of gooien van de bal moet iedereen verplicht een plaats doordraaien.
- Je mag niet lopen met de bal.
- Speel je met 5 of 6 personen, dan wordt er doorgedraaid met de reservespeler: rechtsvoor eruit en de reservespeler rechtsachter erin.
- Na een onderhandse of bovenhandse pass (**minimaal een baldikte hoog**), gevangen door een teamgenoot of door de passer zelf, krijgt het team een bonuspunt.
- Het is geen fout als het net aangeraakt wordt, of als je onder het veld doorkomt.
- (Het is niet de bedoeling dat je onder het net door, de tegenpartij bewust hindert!)

## Niveau 3:

- Er wordt rallypoint gespeeld: d.w.z. iedere fout levert een punt op voor de tegenstander.
- Onderhands serveren vanaf het veld waar de bal zich bevindt (snel opstellen), waarbij het net geraakt mag worden.
- Er moet onderhands of bovenhands gepast worden bij iedere bal die van de tegenpartij over het net komt, waarbij de bal door een medespeler gevangen moet worden.
- Nadat de bal gevangen is, gooit de vanger deze bal onderhands voor zichzelf omhoog en speelt hij de bal over het net op een volleybal-eigen manier: bovenhands, onderhands, smashend, tippend.
- Na het serveren of spelen van de bal over het net moet iedereen verplicht een plaats doordraaien.
- Speel je met 5 of 6 personen, dan wordt er doorgedraaid met de reservespeler: rechtsvoor eruit en de reservespeler rechtsachter erin.
- N.B. Als de vanger buiten het veld staat, kan hij met zijn onderhandse opgooi de bal een stuk naar voren gooien, zodat hij daarna de bal makkelijker over het net kan spelen.

#### **Niveau 4:**

- De bal moet van achter de gehele achterlijn **onderhands of bovenhands** over het net geserveerd worden, waarbij het net geraakt mag worden.
- Sprongservice is toegestaan.
- Het team moet de bal in drie keer spelen.
- **Als de eerste bal onderhands of bovenhands gepast wordt, moet de tweede bal gevangen worden en met een vang-gooi-beweging (zonder het lichaam te draaien, de voeten blijven dus op hun plaats) omhoog gespeeld worden, zodat een teamgenoot de bal over het net kan spelen.**
- De maximale tijd voor een vang-gooi-beweging is 2 seconden in poule A en B. Bij de lagere poules gaan we daar coulant mee om. (wel tempo erin houden)
- Na drie opslagbeurten achter elkaar door dezelfde speler moet de ploeg die aan opslag is een plaats doordraaien en gaat de volgende speler serveren.
- De wisselers moeten verplicht indraaien bij de opslagplaats.
- Er wordt niet meer doorgedraaid door het team dat de bal over het net gespeeld heeft.
- De derde bal moet met een volleybal-eigen manier over het net worden gespeeld. (smash, tip, onderhands, bovenhands)
- Hierbij mag gesprongen worden, maar er mag niet “gedunkt” worden, de bal moet dus omhoog gespeeld worden of gesmasht.
- Netfouten worden afgefloten.
- Er mag niet geblokt worden.
- Telling: rallypoint, d.w.z. elke fout levert een punt op voor de tegenstander.

#### **Niveau 6 :**

- De spelers moeten de bal onderhands of bovenhands van achter de gehele achterlijn over het net serveren, waarbij het net geraakt mag worden.
- Sprongservice is toegestaan.
- Er mag geen enkele bal gevangen worden, de spelers spelen door, met kort balcontact.
- De bal moet minimaal in twee keer over het net gespeeld worden.
- Het team mag de bal maximaal drie keer spelen, daarna moet de bal over het net gaan
- De wisselers moeten verplicht indraaien bij de opslagplaats.
- Na drie opslagbeurten achter elkaar door dezelfde speler moet de ploeg aan opslag een plaats doordraaien en gaat de volgende speler serveren.
- Er mag gesmashed en geblokkeerd worden. (Armen gestrekt omhoog met een sprong is een blok)
- Telling: rallypoint d.w.z. elke fout levert een punt op voor de tegenstander.