



REGOLAMENTO PADEL

Art. 21 Introduzione

Il regolamento tecnico del Padel è stato redatto tenendo in considerazione le indicazioni fornite dalla Federazione Italiana Tennis e Padel (FITP). Pertanto, per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda integralmente al regolamento F.I.T.P. in vigore.

Art. 22 Categorie e limiti d'età (Maschile e Femminile)

MICRO	Fino al 2016
MINI	2014/2015
PROPAGANDA U 14	2012/2013
UNDER 16	2010/2011
UNDER 18	2008/2009
OPEN	2007 e prec.
OVER 55	1970 e prec.
OVER 65	1960 e prec.

Regole generali

Art. 23 Il Campo da Gioco

Il campo da padel è rettangolare e ha le seguenti dimensioni:

- Lunghezza: 20 metri
- Larghezza: 10 metri

Il campo è diviso in due metà da una rete che si trova al centro del campo e ha un'altezza di 88 cm al centro e 92 cm ai lati. Ogni metà campo è divisa da una linea centrale e due linee laterali (delimitano l'area del servizio). La parte posteriore del campo è delimitata da una parete di fondo alta 3 metri con l'aggiunta di una griglia metallica di 1 metro (totale 4 metri), mentre i lati sono delimitati da pareti laterali (griglia e vetro) alte 3 metri, eccezion fatta per l'ultima parete laterale che ha le stesse caratteristiche della parete di fondo.

Per quanto riguarda la categoria MICRO il campo sarà ridotto, le dimensioni saranno rispettivamente di 10 metri per la lunghezza e di 4 metri per la larghezza. Anche la categoria MINI avrà un campo ridotto rispetto al normale, le dimensioni saranno di 14 metri per la lunghezza e di 5 metri per la larghezza. Un'ultima differenza ci sarà nella categoria PROPAGANDA U 14, la quale dovrà giocare o in un campo di dimensione ridotta, rispettivamente 20 metri di lunghezza e 5 metri di larghezza, o in un campo regolamentare; il tutto sarà deciso in base alle necessità degli organizzatori.



Art. 24 I Giocatori

Il padel si gioca principalmente in doppio, ovvero due giocatori per squadra, ma è possibile giocare anche in singolo (1 contro 1). Ogni squadra è composta da due giocatori, uno a destra e uno a sinistra del proprio campo.

Art. 25 La Racchetta

La racchetta da padel è in composta generalmente da tre diversi materiali: fibra di vetro, kevlar o carbonio. La racchetta è composta in due parti, la testa e il manico:

- a) il manico ha le seguenti misure massime: lunghezza 20 cm, larghezza 5 cm, spessore 5 cm;
- b) la testa ha una lunghezza variabile, ma che sommata a quella del manico non deve superare in totale 45,5 cm; la sua larghezza massima è di 26 cm e lo spessore massimo è di 3,8 cm.

La racchetta da padel può avere varie forme (rotonda, goccia o diamante), ed è dotata di fori (è necessario che la racchetta abbia almeno un foro) sulla superficie per migliorarne la resa. Inoltre la racchetta deve avere una corda o un cavo non elastico che la unisca al polso del giocatore come protezione per incidenti. La corda, il cui uso è obbligatorio, deve avere una lunghezza massima di 35 cm. Per le categorie MICRO, MINI e PROPAGANDA la racchetta consigliata è quella Junior.

Art. 26 La Palla

La palla da padel è simile a quello da tennis, ma con una pressione inferiore (pressione interna tra 4,6 e 5,2 kg per ogni 2,54 centimetri quadrati). È una sfera di gomma con una superficie esterna di colore bianco o giallo e il suo diametro è compreso tra 6,35 cm e 6,77 cm e un peso tra 56,0 g e 59,4 g. Per la categoria MICRO si deve invece utilizzare una palla depressurizzata (palla Red), mentre per le categorie MINI e PROPAGANDA si devono utilizzare sempre palle depressurizzate (rispettivamente palla Orange e Green).

Art. 27 Inizio della Partita e servizio

- La partita inizia con un servizio che viene eseguito dal lato destro del campo, in modo da far rimbalzare la palla nel quadrante diagonale opposto. Il servizio deve essere eseguito sotto il livello della vita e la palla deve rimbalzare prima nel proprio campo, fuori l'area del servizio, per poi passare la rete e rimbalzare nel quadrante diagonale avversario. La palla deve necessariamente rimbalzare a terra prima di essere rimandata all'avversario. Nel caso in cui la palla rimbalzasse a terra e poi sulla grata il servizio è da considerarsi come fallo.
- Il servizio deve rispettare le seguenti regole:
 1. Il servizio deve essere eseguito senza che la palla venga lanciata troppo in alto.
 2. La palla deve rimbalzare nel campo opposto, altrimenti si considera un fallo.



3. In caso di fallo nel servizio (ad esempio se la palla va fuori o non rimbalza nel campo opposto), il giocatore ha diritto a un secondo tentativo. Se commette un doppio fallo (due errori consecutivi), l'avversario guadagna il punto.
- Il servizio alternato: il giocatore deve cambiare lato di servizio (a destra e a sinistra) dopo ogni punto vinto, alternando sempre le due posizioni.
 - Il servizio viene ripetuto se la palla colpisce la rete e cadendo rimbalza nel campo dell'avversario.

Art. 28 Svolgimento del Gioco

- Dopo il servizio, i giocatori devono colpire la palla per farla passare sopra la rete e farla rimbalzare nel campo avversario. La palla può rimbalzare nel proprio campo una sola volta prima che venga colpita. Inoltre, è possibile colpire la palla al volo (nel servizio non è consentito), senza che essa rimbalzi prima nel proprio campo.
- Dopo il rimbalzo, la palla può toccare le pareti laterali e/o posteriori del campo, purché ciò non avvenga prima che la palla abbia rimbalzato nel campo avversario. È fondamentale sapere che:
 1. La palla che colpisce le pareti laterali può rimanere in gioco, sia se colpisce prima il terreno che dopo un rimbalzo.
 2. La palla che colpisce le pareti di fondo può rimanere in gioco solo se il rimbalzo è avvenuto nel campo avversario prima del contatto con la parete.
- Se la palla colpisce un ostacolo (come una parete o una rete) prima che rimbalzi nel campo avversario, il punto è perso.

Art. 29 Punteggio

Il sistema di punteggio nel padel segue quello del tennis:

- Un game è costituito da punti che vengono conteggiati in questa maniera: 15, 30, 40, e game.
- Se un punteggio arriva a 40-40 (cioè “parità”), il giocatore deve vincere due punti consecutivi per aggiudicarsi il game. Il primo punto vinto dopo la parità dà il vantaggio (ad esempio, vantaggio giocatore A), e se l'altro giocatore vince il punto successivo, si torna in parità.
- Un set viene vinto da chi per primo raggiunge 6 game, con un margine di almeno due game. Se il punteggio arriva a 6-6, si gioca un tiebreak (a 7 punti) per determinare il vincitore del set.
- La partita può essere decisa al migliore dei 3 set. La scelta dipende dalle regole del torneo o dalla preferenza dei giocatori.
- Per le categorie under il punteggio può essere ridotto per facilitare lo svolgimento della partita. Il tutto a discrezione del responsabile dell'evento (Es. un set secco a 4 game).

Art. 30 Comportamento e Falli

Durante una partita di padel, i giocatori devono comportarsi con fair play. Ecco alcuni falli comuni:

1. Doppio rimbalzo: se la palla rimbalza due volte nel proprio campo, si perde il punto.



2. Fuori campo: se la palla esce dai limiti del campo, senza toccare il suolo nel campo avversario, si perde il punto.
3. Errore nel servizio: se il servizio non è eseguito correttamente (ad esempio, se non rimbalza nel quadrante opposto o tocca la rete), si perde il punto dopo due errori consecutivi.
4. Tocco della rete: se un giocatore colpisce la rete prima della fine del punto è da considerarsi come fallo

Art. 31 Regole Speciali

- Il Padel "al volo": Quando la palla viene colpita senza rimbalzare, si parla di "colpo al volo". I colpi al volo sono comuni nel gioco del padel, soprattutto nelle fasi più avanzate di un punto.
- La palla può rimbalzare sulle pareti: le pareti laterali e di fondo possono essere utilizzate come parte del gioco per indirizzare la palla verso l'avversario. L'utilizzo frequente delle pareti è una delle caratteristiche distintive del padel.