

## NORMAS TENIS DE MESA/ PING-PONG

El ping pong, es uno de los juegos o deportes más recreativos que existen. La gracia reside en que es un juego de tenis, pero que se practica en una mesa pequeña; la cual se puede plegar, transportar y guardar en cualquier parte.

Es fácil de jugar y se puede ir eliminando el estrés, por medio de su práctica. En sí, el ping pong no es un juego costoso y tiene muchos beneficios para nuestra salud física y mental. El tenis de mesa o ping pong es un juego de mesa que se disputa entre dos jugadores/as y cuyo equipamiento básico son dos palas o raquetas, una mesa lisa con red que divide la mesa por la mitad y pelotas de ping pong.

La normativa que rige la liga que se presenta es la siguiente:

1. La liga de ping pong en La Puebla de Almoradiel, organizado por el Club Deportivo "Raqueta Almoradiel" se disputará en las instalaciones dispuestas para tal efecto.
2. El formato de torneo será liga regular hasta junio.
3. Los 8 primeros clasificados jugarán una fase final de cuartos de final, semifinal y final (fecha por determinar).
4. Podrán inscribirse, únicamente, socios/as del Club Deportivo "Raqueta Almoradiel".
5. La superficie superior de la mesa de ping pong será rectangular con una longitud de 2'74m y una anchura de 1'525m, estará situada a 76 cm del suelo, aproximadamente.
6. La pelota tiene que ser esférica, con un diámetro de 40mm y un peso de 2'7g. De color blanca o naranja pero siempre mate.
7. Una jugada es el periodo durante el cual está en juego la pelota. Un tanto es una jugada cuyo resultado es anotado, una anulación es una jugada cuyo resultado no se anota.
8. El primer jugador/a en sacar (servicio) se determina de forma aleatoria. Cada jugador/a sacará dos veces pasando a continuación el saque al jugador/a contraria.
9. Para juegos individuales las líneas blancas de la mesa no significan nada, pero en juegos por parejas cada uno saca en diagonal de derecha a izquierda guiándose por las líneas dibujadas en la mesa.

10. El jugador/a que comienza en un lado en un juego deberá cambiar de lado en el siguiente juego del partido. Al ser siempre juegos impares, en el último juego del partido los jugadores cambiarán de lado cuando el primer jugador/a anota 5 puntos.
11. Un servicio se realiza poniendo la pelota en la palma de la mano. Se lanza al menos a 16cm de altura y se golpea de forma que dé el primer bote en el lado de la red del jugador que sirve. Después de este primer bote la pelota debe botar en el lado del oponente antes que éste le dé con su pala.
12. Una vez la pelota está en juego comienza el periodo de rally. Cada jugador golpea la pelota para pasarla al lado del contrincante, puede ir de un lado a otro de forma indefinida.
13. Cuando un jugador golpea la pelota no puede botar en su lado, pero si puede dar un bote en el lado del oponente.
14. Un jugador/a gana un punto si la pelota da dos botes o más en el lado del oponente; si el adversario golpea la pelota y ésta cae fuera de la mesa sin que haya botado en el otro lado o la haya golpeado el otro jugador o si el oponente golpea la pelota y bota primero en su lado de la mesa.
15. Mientras la pelota está en juego no se permite mover la mesa ni tocarla con cualquier parte del cuerpo u objeto que no sea la pala. Será punto para el equipo contrario.
16. Un jugador ganará un juego cuando alcance los 11 tantos con una diferencia de 2 tantos sobre el contrincante.
17. El partido constará de un número de juegos impar de 3, 5 o 7 juegos dependiendo de la competición y el ganador será el que antes supere la mitad de juegos ganados.
18. Será obligatorio rellenar las actas e introducirlas en el buzón creado para tal efecto.
19. En última instancia y en caso de conflicto entre jugadores/as, la junta directiva podrá determinar la situación.

POR LA BUENA MARCHA DE LA COMPETICIÓN, SE RUEGA A LOS/AS PARTICIPANTES JUEGO LIMPIO Y COLABORACIÓN CON LA ORGANIZACIÓN DEL RANKING.