

RACKETBALL



Racketball vihdoin meillä, tervetuloa kokeilemaan

3A-Sport Liikuntakeskus tuo Englannin nopeiten kasvavan mailapelin toisena hallina Suomeen.

Racketball on squashkentällä pelattava mailapeli, joka tuo uuden ulottuvuuden vanhoille squashkonkareille ja helposti opittavan lajin niin aloittelijoille kuin lapsille.

[Youtube-video racketballista: LINKKI](#)

Mailat ja pallot

- Mailat ja pallon voi lainata 3A-Sportin kassalta.
- Mailoja on tulossa myyntiin kesänaikana. (Mailoja tulee rajoitettu erä, joten varaa omasi ilkka@3asport.fi)

Miksi racketball?

- Helppo mailapeli oppia ja pelata. - Loistava peli lapsille. - Erittäin hyvä yli 50-vuotiaille mailapelaajille - Terveysvaikutukset jopa parempia kuin squashissa: pitkät pallorallit polttavat kaloreita ja kehittävät sydäntä sekä verenkiertoelimistöä.

Missä pelata racketballia?

- Racketballia pelataan squashkentällä missä tahansa.

Miten racketball eroaa squashista?

- Pallon pomppu on hitaampi ja korkeampi, joten siihen on enemmän aikaa reagoida.
- Pallo on isompi, joten sitä on helpompi hallita, eikä sitä tarvitse lämmittää.
- Mailan varsi on lyhyt, mikä helpottaa silmä-käsi-koordinaatiota, jonka vuoksi tulee vähemmän lyöntivirheitä.
- Maila on lyhyt ja lähellä vartaloa, jonka takia se on turvallinen.
- Pallo elää pidempään ilmassa. Tästä syystä peli soveltuu erinomaisesti lapsille, aloittelijoille ja yli 50-vuotiaille mailapelaajille.

Säännöt

- Säännöt ovat syöttöä lukuun ottamatta samat kuin squashissa.
- Syöttö lyödään pompusta eikä se saa lentää takalasiin pomppaamatta ensin lattiassa.
- Pistelasku sama kuin squashissa: joka pallosta piste ja ottelut pelataan 11:n pisteen erillä paras kolmesta erästä.