

## REGLAMENT

El voleibol 4x4 és una variant del voleibol tradicional en la qual dos equips de quatre jugadores cadascun competeixen en una pista més petita.

Objectiu del Joc: L'objectiu del voleibol 4x4 és guanyar punts guanyant intercanvis de la pilota amb l'equip oponent i fer que la pilota toqui el terra dins del camp contrari.

Equipament: Es juga amb una pilota de voleibol estàndard i una xarxa de voleibol. La xarxa estarà a l'alçada de 2,35m.

Equip: Cada equip consta de quatre jugadors/es (mínim 1 o 2 substituïts).

Puntuació: Els punts es guanyen quan la pilota toca el terra dins del camp de l'oponent o quan l'oponent comet una falta (com una xarxa o una doble).

Inici del Joc: Els equips es col·loquen a ambdós costats de la xarxa, amb un equip servint i l'altre equip defensant.

El joc comença amb un servei, que es realitza des de darrere de la línia de fons i ha de passar per sobre de la xarxa cap al camp de l'oponent.

Moviment: Els jugadors han de moure's per tot el seu propi camp per colpejar la pilota i defensar.

No es permet colpejar la pilota més d'una vegada consecutiva pel mateix jugador (a excepció del bloc).

Servei: El servei es realitza des de darrere de la línia de fons i ha de passar per sobre de la xarxa cap al camp de l'oponent.

El servei s'alterna entre els jugadors o equips després de cada punt.

Bloc i Atac: Els jugadors poden bloquejar l'atac de l'oponent saltant per tallar la trajectòria de la pilota a la xarxa.

No hi haurà jugadors/es davanters ni defensors.

Els jugadors poden atacar la pilota cap al camp de l'oponent després d'un toc de recepció o una passada.

Faltes: Les faltes es cometran quan un jugador no compleixi les regles del joc, com ara un toc de doble, una xarxa o un "tocatge" de la pilota fora dels límits de la pista. En cas de falta, l'oponent guanya un punt i el dret de servir.

Guanyar el Joc: Els equips han de guanyar un nombre predeterminat de punts (normalment 25 o 21) i tenir una diferència de dos punts per guanyar un joc. El partit generalment es juga a tres o cinc jocs.

Aquest és un reglament simplificat del voleibol 4x4 que es pot utilitzar per a partits recreatius o principiants. Si vols jugar en un nivell més avançat o en una competició oficial, et recomano consultar les regles oficials del voleibol de 4x4 de l'Associació Internacional de Voleibol (FIVB) o les regles específiques del torneig en el qual participis.