

# RINGO – uproszczone przepisy gry

*Obowiązujące na Międzynarodowych Igrzyskach Olimpijskich w Kościerczycach.*

Jest to gra, którą wymyślił i jej zasady regulaminowe ułożył znany polski szermierz **Włodzimierz Strzyżewski**. Jest grą bardzo prostą, ale jednocześnie wymagającą dużej sprawności. Rozwija refleks, wytrzymałość, koordynację ruchów.

## Boisko

Wymiary boiska przy grze indywidualnej wynoszą **7m x 7m**, a **dwójkowej 9m x 9m** każde i są przedzielone linką (siatką) na wysokości **224 cm**.

## Przepisy gry

1. Mecze rozgrywa się gumowym kółkiem, wewnątrz pustym, o średnicy zewnętrznej **17 cm** i ciężarze około **16,5 dkg**. Celem gry jest spowodowanie upadku kółka na boisku przeciwnika.
2. Zawodnicy grają **jednym kółkiem**.
3. Ustawienie graczy jest dowolne, a chwyt i rzut może następować także z za boiska.
4. Rozpoczęcie gry następuje przez zagrywkę (serw) jednego z zawodników według wyniku losowania. Zawodnik wygrywający losowanie wybiera stronę boiska. Zagrywka odbywa się na **gwizdek sędziego** z dowolnego miejsca poza końcową (tylną) linią własnego boiska. W momencie rzutu co najmniej jedna stopa musi dotykać ziemi, tuż po rzucie dozwolone jest wejście na własne boisko.
5. Serwuje kolejno po **5 razy** każda ze stron, a zmiana serwu następuje, gdy suma punktów obu stron dzieli się przez 5.
6. Jeśli po serwisie kółko dotknie linki (siatki) z góry i upadnie na ważne pole przeciwnika (net), serw powtarza się bez utraty punktu. **Drugi** kolejny „net” powoduje utratę punktu.
7. Gra toczy się do **15** punktów. Po czym następuje zmiana pól boiska. Do zwycięstwa wystarcza różnica **2** punktów.
8. Kółko chwyta się dowolnie – dłonią prawą lub lewą, jednakże rzut musi nastąpić tą samą dłonią bez przekładania, przy czym od dotknięcia kółka do odrzucenia lub zatrzymania wolno wykonać tylko 4 kroki hamowania. Nie wolno wykonać więcej niż pół kroku, jeśli kółko zostało schwyte w miejscu lub w pionowym wyskoku.
9. Jeśli chwytający nie odrzuci kółka w czasie 4 kroków hamowania – wolno mu, po zatrzymaniu się, uczynić jeszcze wykrok dowolną nogą (pół kroku), bez odrywania nogi wykroczonej do momentu wykonania rzutu.
10. Jeśli kółko przy pierwszym dotknięciu wymknie się z dłoni, wolno je chwytać tą samą dłonią jeszcze raz.
11. Czas od chwytania kółka do jego odrzucenia nie jest ograniczony, jednakże sędzia może wprowadzić czas „**5 sekund**”, liczonych od jego komendy.
12. Punkty zdobywa się lub traci przez popełnienie następujących błędów:
  - rzut autowy, kiedy kółko pada za boiskiem przeciwnika,
  - dotknięcie przez kółko jakiegokolwiek części ciała poza chwytającą dłonią,
  - dotknięcie kółkiem trzymanym w ręku: boiska lub linki (siatki),
  - kółko leci na boisko przeciwnika w pozycji zbliżonej do pionowej (około 90 stopni w stosunku do podłoża), kółko może „**falować**” w locie,
  - obracanie się kółka wokół pionowej lub poziomej osi jego lotu o 180 stopni lub więcej („**koziółek**”). Jednakże kółko, które dotknie w grze góry linki (siatki) i spadnie na boisko przeciwnika koziółkując - jest ważne,
  - pchnięcie kółka bez rotacji,

- zatrzymanie ruchu albo zmiana kierunku rzutu w czasie jego wykonywania („zwód”). Rzut rozpoczęty – musi być kontynuowany w tym samym kierunku. Technika rzutu dowolna.
- wypadnięcie kółka poza wszystkie palce na dłoń lub przedramię. Kółko musi być schwytane choćby jednym palcem,
- przełożenie kółka po schwytaniu do drugiej ręki,
- rzut z oderwaniem obu stóp od ziemi,
- zatrzymanie się kółka na linie (siatce) przy serwisie lub grze i upadek kółka na własne boisko lub poza boisko,
- naruszenie linii środkowej boiska jakąkolwiek częścią ciała lub przełożenie ręki nad linką (siatką).

13. Punkt zdobywa zawodnik wtedy, gdy przeciwnik popełni błąd – niezależnie od tego kto serwuje.

#### Czas gry

Do dwóch wygranych setów.

#### Sposób rozegrania turnieju

Każdy z każdym.

*Opracował: mgr Roman Czechowski*