

PINGIS

- grunderna



LULEÅ
PINGIS

HISTORIA



EM-silver 1982, 16 år gammal

<http://www.oppetarkiv.se/video/1491731/bordtennis-em-i-budapest-1982-singelfinal>

OS guld 1992

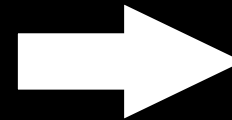


Sista SM guld 2010

Hur det började

1800-talet Osäkert... Indien där de sedan ska spridits vidare till Storbritannien.

1874: Majoren **Walter Clopton Wingfield**



*Tennisvariant - engelska adeln utomhus.
På grund av det engelska vädret började man spela inomhus och då med **normala matbord** som tennisplan. Nu fick sporten namnet **Rumtennis**.*

1875 De första spelreglerna.

1878 Ping Pong istället för Rumtennis. Andra namn **Gossima, Whiff Waff, Flim Flam** och slutligen **bordtennis**. Man vidareutvecklade också racketen.

1892 Celluloidbollar introducerades av James Gibb som hade upptäckt bollarna under en affärsresa i USA.



Fortsatt utveckling

- 1897** Första mästerskapen hålls i Ungern.
- 1899** Variant av Pingis sprids till Japan.
- 1900** Första föreningen grundas!
- 1902** Första nationella förbundet i England.
Samma år hölls ett inofficiellt världsmästerskap. Sporten sprids även mer och mer utanför Storbritannien.
- 1926** International Table Tennis Federation (ITTF) grundas och utarbetade fungerande regler.
Kraftigt bidragande till sportens utveckling var engelsmannen Ivor Montagu
Montagu arbetade aktivt för att bordtennissporten skulle spridas till Kina. Han menade att arbetarklassen behövde avkoppling och rekreation utan dyrbar utrustning.
- 1927** Första officiella VM hålls.
- 1953** Kina gick in som medlem och deltog i VM först.
- 1961** Kina VM i bordtennis 1961. Därvid erövrade Kinas bordtennislag guldmedalj och sportens främsta trofé, Swaythling-pokalen. Denna var 1926 donerad av Lady Baroness Swaythling (1879–1965), Montagus mor, som tillhörde den berömda bankirfamiljen Rothschild.
- 1988** Bordtennis blev olympisk sport.
- 2001** ändrades poängberäkningen från 21 poäng per set till 11.

Kända Svenska Spelare

Hans Alsér, vann EM i singel 1962 och 1970, i dubbel 1966 och i lag fyra gånger mellan 1964 och 1970, vann VM i dubbel 1967 och 1969 tillsammans med Kjell "Hammaren" Johansson

Kjell "Hammaren" Johansson, VM i dubbel med Hans Alsér 1967 och 1969 och med Stellan Bengtsson 1973, 6 gånger lagvärldsmästare. EM 2 gånger i singel, 2 gånger i dubbel

Stellan Bengtsson, vann **VM i singel 1971** samt i dubbel tillsammans med Kjell Johansson 1973 och i lag 1973. Han vann EM i singel 1972 och i dubbel med Kjell Johansson 1976, samt i lag 1970, 1972 och 1974.

Mikael "Äpplet" Appelgren, Sverige, 4 VM-guld (3 i lag, 1 i dubbel), 4 VM-silver, 9 EM-guld och 2 EM-silver

Jan-Ove Waldner, vann **VM i singel 1989 och 1997, OS 1992** och EM i singel 1996. Han vann EM i dubbel 1986 (med Erik Lindh), 1988 (med Mikael Appelgren och 1996 (med Jörgen Persson). Han vann VM i lag 1989, 1991, 1993 och 2000. Han vann EM i lag 1986, 1988, 1990, 1992, 1996, 2000 och 2002.

Jörgen Persson, vann **VM i singel 1991** och EM i singel 1986. Han vann EM i dubbel 1992 (med Erik Lindh) och 1996 (med Jan-Ove Waldner). Han vann VM i lag 1989, 1991, 1993 och 2000. Han vann EM i lag 1986, 1988, 1990, 1992, 1996, 2000 och 2002.

Marie Svensson, Sverige, vann EM i singel 1994 och tog dessutom 3 EM-silver 3 EM-brons och ett VM-silver



Kända spelare - Utländska

Viktor Barna, Ungern och England, vann VM i singel 1930, 1932, 1933, 1934, 1935

Jean-Philippe Gatien, Frankrike, vann VM i singel 1993

Ma Lin, Kina, vann OS i dubbel 2004

Kong Linghui, Kina, vann OS i dubbel 1996, OS i singel 2000

Deng Yaping, Kina, tvåfaldig olympisk mästare i singel och i dubbel (1992 och 1996), vann VM 4 gånger i dubbel

Wang Liqin, Kina, vann VM i singel 2001, 2005 och 2007

Jörg Roßkopf, Tyskland, vann VM i dubbel 1989, vann EM i singel 1992, dubbel 1998

Timo Boll, Tyskland, vann EM i singel 2002, 2007

Angelica Rozeanu, Rumänien, vann VM i singel 1950, 1951, 1952, 1953, 1954, 1955

Vladimir Samsonov, Vitryssland, vann EM i singel 1998, 2003, 2005

Werner Schlager, Österrike, vann VM i singel 2003

Michael Maze, Danmark, vann EM i singel 2009

Ingela Lundbäck – Luleå Pingis (OS RIO 2016)

2 fjärdeplatser i OS 2016



OS-Brons 2012, singel, OS-silver i lag

REGLER

Spelidén



Varje bollduell inleds genom att en spelare kastar upp bollen minst 16 centimeter och **servar**.

Bollen skall då studsas först på egen sida av bordet och därefter över nätet och ned på motståndarens sida. Spelarna slår sedan växelvis bollen över nätet (utan studs på egen sida). Spelet fortsätter tills någon spelare **endera slår bollen utanför bordet, slår bollen i nätet eller slår den utom räckhåll för motståndaren**.

Om bollen träffar nätkanten och därefter faller ned på rätt sida av bordet, räknas slaget som "rätt" och spelet fortsätter.

Detsamma gäller om bollen slås runt nätet (eller till och med under den del som sticker ut utanför bordskanten).

Spelaren **servar två bollar i följd**, varefter **serverätten** övergår till motståndaren. Från och med ställningen 10-10 servar varje spelare endast en gång tills setet är avgjort.

Matchlängd:

En match spelas i allmänhet i bäst av fem set (vid större tävlingar ofta bäst av sju set), där varje set vinnas av den spelare som först vunnit 11 poäng. Emellertid måste setet vinnas med minst 2 poängs marginal. Efter varje set byter spelarna sida. Vid spel i avgörande set (det vill säga oftast femte set) sker sidbytet när den första spelaren når till fem poäng.



Foto: Jörgen Jambertger / PIXFOTO



Pingisbollen

Bollen ska en diameter på 40mm, den ska väga 2,5 g samt ska vara gjord av celluloid eller liknande plast.

Den får enbart vara vit eller gul.



Pingisracket



Konkavt rack Rött Gummi



**Rak rackstomme
Oftast i balsaträ**



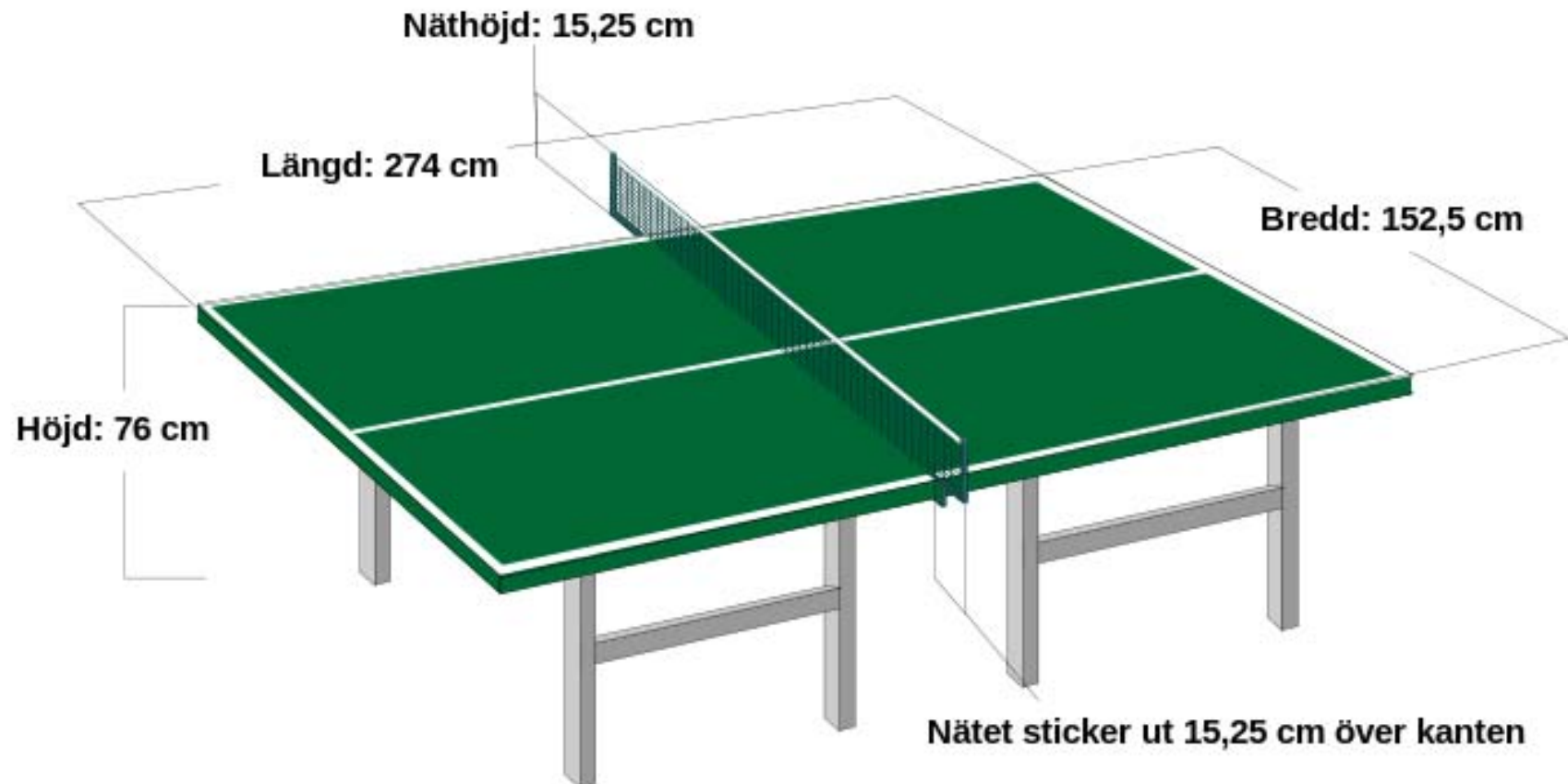
Kanttejp

Reglerna för racketen är inte lika hårt satta, som de för bordet. Storlek, form och vikt får ha vilka mått som helst, enbart att det är **plant och oböjligt** och att **trä ska utgöra 85%** är ett måste för ett regelrätt rack. Racket ska vara täckt med ett slags gummi, där typen av både gummi och sättning av detta varierar. **Man måste ha 2 olika färger på gummit**. Olika spelartyper använder sig av olika rack, beroende på om de är offensiva dvs. tar initiativ och styr spelet, eller om de är defensivt lagda och låter motståndaren styra.

Pingisbordet



Spelytan ska vara "mörk" (oftast mörkgrön, mörkblå, svart, grå) och ha följande mått.



En Match - Set & Speltid

En match är uppbyggd utav **fem, sju eller nio set**. Varje set spelas i sin tur tills någon av spelarna **uppnått elva poäng**. Varje boll som spelaren vinner ger denne en poäng. Om det skulle uppstå en ställning där bägge spelarna har 10 poäng vardera avgörs inte matchen direkt efter att en utav spelarna tagit ytterligare poäng. Regeln säger att **för vinst** erfordras en ledning med **minst två poäng**. Därför tvingas spelarna att fortsätta setet tills någon av spelarna lyckats med detta.

Domartavla:

Poängsiffror (Poängställning 8-5 i 3:e setet)



Setsiffror (Ställning 2-0 i antal set)

Specialregel - Speltid i ett set:

Det finns även regler som begränsar settiden. Om ett set inte avgörs inom den begränsade tiden 10 minuter tillämpas slagräkning, som sedan fortgår resten av matchen. Då får spelarna byta serve efter varje poäng och inte efter varannan, som vanligen görs. När tretton returer gjorts av mottagaren förlorar servaren poängen, detta förutsatt att alla tretton returer gjorts under en och samma boll.

Domare



De som kontrollerar att saker i en pingismatch går rätt till **bär namnet domare**. Dessa fungerar som övervakare under spelets gång. Domarens ord/bedömningar gäller.

Spelare själva hjälper oftast till att vara domare under turneringar (**på lokal och regional nivå**)! Man för ett **matchprotokoll** som lämnas till sekretariat efter match!

Överkurs:

När VM genomförs, ingår även en biträdande domare. Dennes uppgift är t ex. att räkna antal returer under slagräkningen.

Domaren



OBS OBS OBS:

”PINGIS är en FAIRPLAY-sport & gentlemannasport”
Spelarna hjälper oftast till själva att håll koll på om bollen träffar bordet och meddelar domare vid oklarheter!

Serve



Spelare kastar upp bollen **minst 16 centimeter** och servar.

Bollen skall då studsas **först på egen sida av bordet och därefter över nätet** och ned på motståndarens sida. Serven kan slås **var som helst på bordet** i singelspel.

OM bollen tar i nät och trillar ner på motståndarens sida så blir det omserve!

OM bollen tar i nät och trillar ner på egen sida så blir vinner motståndare poängen!



Dubbelregler

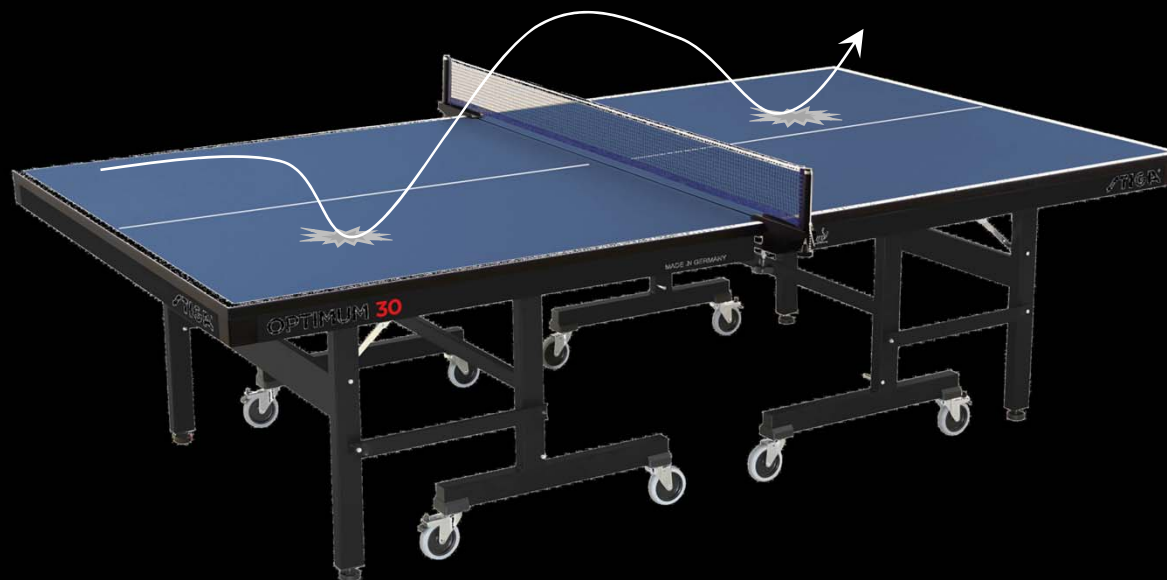


Vid dubbelspel ska bollen slås **växelvis (varannan gång)** av spelarna.

I dubbel gäller en specialregel angående serven:

Bollen ska då först studsa i **servarens högra bordshalva för att sedan träffa mottagarens högra.**

Efter att serven genomförts får bollen snudda nätet, bara den sedan når mottagarens bordshalva.



Grunder

Grepp



”Europeisk” fattning



Mycket handled



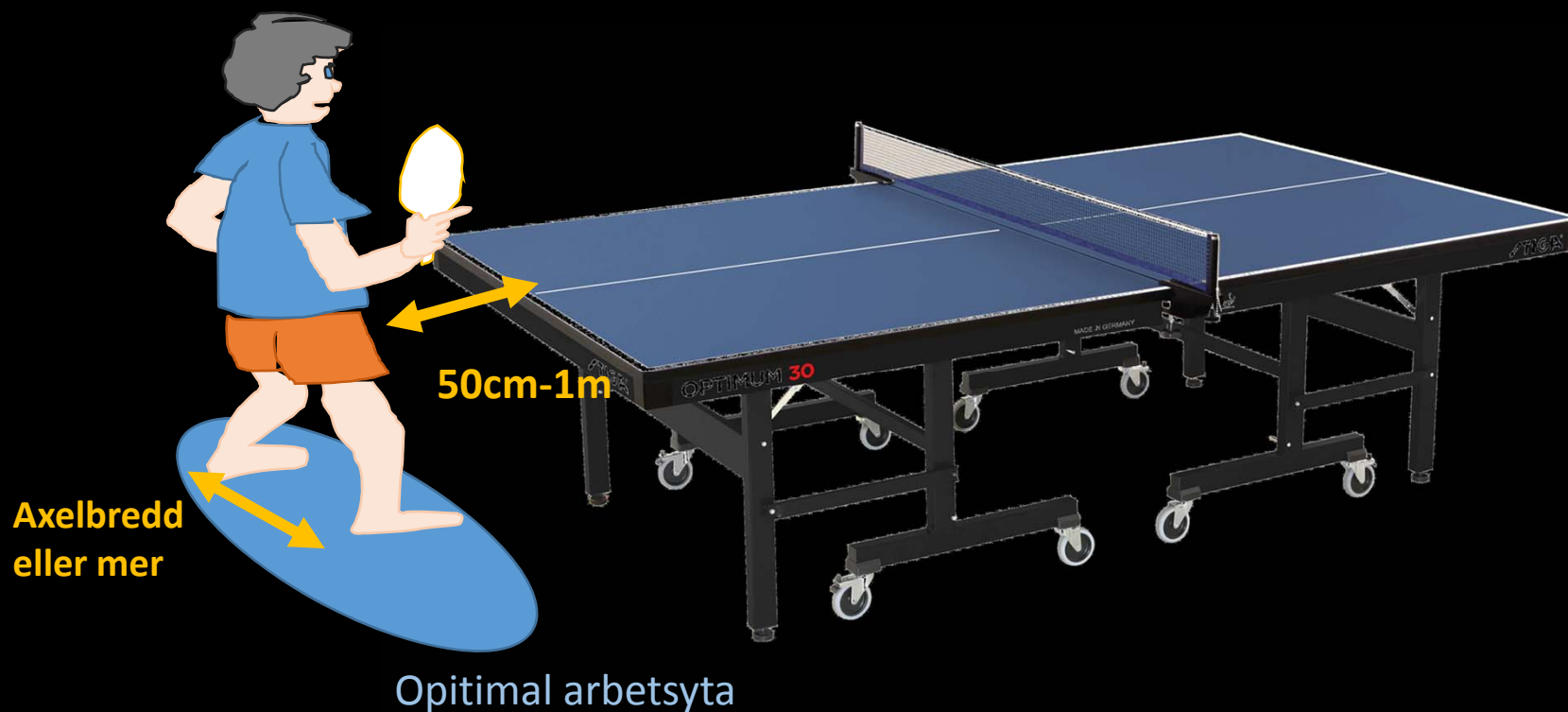
Grundposition



I Pingis gäller följande:

Snabbt fotarbete, använda mycket handled, Försöka stå nära bordet (50 cm till en meter ifrån).

Lätt böjda ben "på tå"



Slag



Begrepp:

Backhand | Forehand

Underskriv | Överskriv | Sidoskriv

Slag:

Serve: Offensiv | Defensiv, Lång | Kort, Backhand | Forehand

Skärande slag: Backhand | Forehand

Blockerande Slag: Backhand | Forehand

Offensiva Slag: Backhand | Forehand

Loop

Drive

Smash

Plockar (Ballongplock)



**En gammal klassisk Pingisskola
Signerad SVT i 6 avsnitt, med:
Hans Alsér, Stellan Bengtsson och
Kjell Johansson mfl**



Avsnitt 1:

Riktiga bord, bollar, racketar : <http://www.oppetarkiv.se/video/2839096/spela-pingis-avsnitt-1-av-6>

Avsnitt 2:

Flat hand och uppkast i serven: <http://www.oppetarkiv.se/video/2839098/spela-pingis-avsnitt-2-av-6>

Avsnitt 3:

Backhand – Forehand: <http://www.oppetarkiv.se/video/2839101/spela-pingis-avsnitt-3-av-6>

Avsnitt 4:

Från ballongplock till Kjells hammare: <http://www.oppetarkiv.se/video/2839106/spela-pingis-avsnitt-4-av-6>

Avsnitt 5:

Pennskaftsfattning, loop och topspin, europeiska och asiatiska finesser:
<http://www.oppetarkiv.se/video/2839103/spela-pingis-avsnitt-5-av-6>

Avsnitt 6:

Att Spela Pingis på heltid: <http://www.oppetarkiv.se/video/2839089/spela-pingis-avsnitt-6-av-6>

Mer film om Pingis

Bragden

Svensk dokumentär från 2012.

<http://www.svtplay.se/video/243390/bragden?info=visa>



Bragden

59 min

Dokumentär Historia Samhälle Sport Sportdokumentärer

Svensk dokumentär från 2012.

Den 4 april 1989 bröt Sveriges herrlandslag äntligen genom den kinesiska pingismuren. Det hade tagit dem tio långa år. Mikael Appelgren, Jörgen Persson, Jan-Ove Waldner var de tre som slutligen valdes ut att spela VM-finalen. Intervjuer och unika filmer ur privata arkiv illustrerar både tidsandan, ett dåtida Kina och hur unga dessa spelare faktiskt var. En dokumentär om idrottens och pingisens väsen. Om lusten och passionen för spelet. Om känslan när man befinner sig i zonen och allt är möjligt.

KAN SES TILL: Lör 24 dec (3 månader)

SÄNDES: Tor 11 feb 06.00

Dokumentärfilm

Svenska och utländska kvalitetsdokumentärer från hela världen

Svenska och utländska kvalitetsdokumentärer samt informativa faktadokumentärer från hela världen.

