



Stolní tenis (nebo ping-pong) má jasně stanovená pravidla, která zajišťují plynulý průběh hry a férové soutěžení.

Zde je přehled základních pravidel:

1. Počet hráčů

- **Jednotlivci (1 proti 1):** Dva hráči, každý hraje na svou polovinu stolu.
- **Dvojice (2 proti 2):** Dva hráči na každé straně. Každý hráč z týmu musí střídat údery.

2. Podání

- Hra začíná podáním. Hráč, který podává, musí postavit míček na dlaň a házet ho do vzduchu tak, aby přeletěl síť a dopadl na soupeřovu polovinu stolu.
- Při podání musí být míček nejprve odražen na vlastní polovině stolu, poté přejít přes síť a dopadnout na soupeřovu polovinu.
- Počet podání je 2 pro každého hráče nebo tým, následně podání přechází na soupeře.
- V případě, že se míček dotkne sítě při podání, ale jinak je podání platné (dopadne na soupeřovu polovinu stolu), označuje se jako „let“ a podání se opakuje.

3. Údery

- Po každém podání se hráči střídají ve výměně úderů. Míček musí být vždy odražen na stůl, a to minimálně jednou na každé straně stolu.
- Při výměně musí hráč trefit míček tak, aby se dotkl soupeřovy poloviny stolu. Pokud hráč nezvládne trefit míček, nebo pokud míček přejde mimo stůl, bod získává soupeř.

4. Bodování

- V **standardních zápasech** se používá systém **11 bodů**. Aby hráč vyhrál set, musí získat minimálně 11 bodů a mít dvoubodový náskok (např. 11:9).
- V **některých formátech** může být bodování až do 21 bodů. Pokud je skóre vyrovnané 10:10, pokračuje se, dokud jeden hráč nezíská 2 body navíc.
- Hráči si vymění strany stolu po každém **setu** (pokud je set na 11 bodů) nebo po každém **druhém setu** (pokud je set na 21 bodů).
- **Bod** se získává, když:
 - o Míček spadne na soupeřovu polovinu stolu.
 - o Soupeř udělá chybu (např. míček vyletí mimo stůl, nedotkne se stolu, nebo ho neodrazí správně).

5. Sety a zápas

- **Zápas** se skládá z několika setů. Nejčastěji se hraje na **3 nebo 5 setů**.
- Pokud hráč vyhraje set, získává 1 bod. Ten, kdo vyhraje většinu setů, vyhrává celý zápas.

6. Chyby

- **Neplatný úder:** Pokud hráč nezasáhne míček, nebo zasáhne míček tak, že ho neodrazí na soupeřovu polovinu.



- **Míček mimo stůl:** Pokud míček přistane mimo stůl (například na zemi nebo mimo hrací plochu).
- **Překročení čáry:** Hráč nesmí během úderu překročit základní čáru stolu.

7. Speciální pravidla pro dvojice (dvojice hráčů)

- V případě, že se hraje ve dvojicích, hráči z jednoho týmu se střídají v úderech.
- Po každém podání se role hráčů v týmu vymění, takže každý hráč podává i přijímá.
- Každý hráč musí v daném setu alespoň jednou podat a přijmout míček.

8. Technické detaily

- Hráči musí používat pátky, které mají plochou část, která je povolena k kontaktu s míčkem.
- Pátky mohou být vyrobeny z různých materiálů, ale musí splňovat určitá pravidla kvality.
- Během zápasu se hráči mohou během výměny upravovat pátky, ale pokud dojde k poruše, hru zastavuje rozhodčí.

11. Významný faktor: Psychika a rychlost

- Stolní tenis je velmi rychlá a náročná hra. Vyžaduje vynikající postřeh, rychlost a přesnost.
- Při profesionálních zápasech jsou výměny velmi krátké a vysoce taktické.