

## **Charakteristika sportu RINGO**

Ringo je hra, která rozvíjí snad všechny vlastnosti potřebné člověku v dnešním životě – postřeh, rychlou reakci, prostorovou orientaci, obratnost, fyzickou kondici, vůli a především sportovní chytrost. Hraje se s gumovým kroužkem uvnitř dutým, na hřišti stejných rozměrů jako je hřiště pro odbíjenou. Účelem hry je umístit kroužek do hřiště soupeře.

Svémi vlastnostmi se jeví ringo jako výborný doplňkový a hlavně základní sport, a to především pro děti a mládež. Technika hry je málo náročná a umožňuje hráči zapojit se do soutěží již po krátkém zaškolení. Také materiálové nároky jsou minimální – stačí pouze zmíněný kroužek a hřiště. Vedle volejbalových kurtů a hřišť v halách a tělocvičnách lze využít i malého přenosného rozkládacího hřiště.

RINGO vzniklo v Polsku v roce 1959 a u nás vznikl Český klub ringa v roce 1982. Jako doplňkový sport je velmi vhodný pro mladé brankáře, odbíjenkáře, házenkáře, protože při hře je nutné často chytat kroužek skokem v pádu. Pro všechny je pak ringo prostředkem pro zvýšení všeobecné tělesné přípravy, fyzické kondice a postřehu. Díky těmto vlastnostem a své přístupnosti každému bylo ringo dokonce nazváno jako „esperanto“ sportů.

### **Rekreační pravidla hry RINGO**

Vývojem ringa se některé body pravidel mění, ale jejich podstata zůstává stejná:

1. Ringo se hraje gumovým kroužkem uvnitř dutým o vnějším průměru 17 cm a hmotnosti 16,5 dkg. Účelem hry je umístit kroužek do hřiště soupeře.
2. Hrají se dvouhry, čtyřhry a smíšené trojice (2 muži a 1 žena nebo naopak) a smíšené čtyřhry.
3. Čtyřhry, smíšené trojice a smíšené čtyřhry se hrají na hřišti rozměrů 9x18 m rozděleném sítí (lankem nebo vlaječkami) ve výšce 243 cm. Dvouhry se hrají na hřišti rozměrů 8x18 m. Pro děti lze postavit hřiště rozměrů 6x12 m s výškou sítě 224 cm.
4. Dvouhry se hrají jedním kroužkem, čtyřhry, smíšené trojice a smíšené čtyřhry se hrají dvěma kroužky. Body se počítají za každý kroužek tzn., že jedno družstvo může získat najednou dva body nebo každé z družstev může získat 1 bod.
5. Hra začíná podáním jednoho z hráčů. Podávat lze z libovolného místa za zadní čarou vlastní poloviny hřiště. V době hodů alespoň jedna noha musí být na zemi, tzn. není dovoleno házet z výskoku (toto se týká nejenom podání, ale všech hodů z kteréhokoliv místa hřiště). Těsně po podání je dovoleno vběhnout do kteréhokoliv místa vlastní poloviny hřiště. U čtyřhry, smíšených trojic a smíšené čtyřhry podává každé z družstev jeden kroužek. Podání se musí uskutečnit najednou na znamení rozhodčího.
6. U dvouhry každý z hráčů podává 5krát po sobě, změna podání následuje v době, kdy je součet bodů dělitelný pěti. U čtyřhry, smíšených trojic a smíšené čtyřhry se podání mění podobným způsobem, ale teprve až po ukončení hry oběma kroužky.

7. V případě, že podávající hráč zahrál „teč“, ale kroužek dopadl do hřiště soupeře, má podávající hráč právo opakovat podání bez ztráty bodu. Případný následující „teč“ znamená už ztrátu bodu. Podávající hráč ztrácí bod také tehdy, když kroužek po „teči“ dopadne mimo hřiště. Při čtyřhrách, smíšených trojicích a smíšených čtyřhrách se kroužek, který zasáhl síť a dopadl do hřiště soupeře, nepočítá a hra pokračuje pouze zbylým kroužkem. Po jeho dopadnutí na zem jedno z družstev získává 1 bod. Dopadne-li kroužek, který zasáhl síť, mimo hřiště soupeře, podávající ztrácí bod.
8. Zápasy ringo se hrají do 15 bodů s tím, že k vítězství stačí rozdíl jednoho bodu, tzn. že zápas může skončit výsledkem 15:14. Změna stran hřiště následuje, jakmile jeden z hráčů (jedno z družstev) získá 8 bodů (při čtyřhrách a smíšených trojicích však až po dopadnutí druhého kroužku na zem).
9. Postavení hráčů je libovolné. Chytat a odhazovat kroužek se může také mimo hřiště s tím, že kroužek musí letět nad sítí a ne mimo ní.
10. Při čtyřhrách a smíšených trojicích musí každý z hráčů odehrát uchopený kroužek přes síť sám, bez přihrávek spoluhráči. Je dovoleno současné uchopení kroužku dvěma hráči, ale odehrát jej může pouze jeden.
11. Kroužek lze chytat libovolnou rukou, odhodit se však musí stejnou rukou, do které byl uchopen. Přeložení kroužku z jedné ruky do druhé znamená ztrátu bodu.
12. Vypadne-li hráči kroužek z dlaně, může jej chytat stejnou dlaní ještě jednou. Dotyk kroužku druhou dlaní znamená ztrátu bodu. Vypadne-li při čtyřhrě nebo smíšené trojici kroužek z dlaně jednomu hráči, může jej chytat ještě jednou spoluhráč libovolnou rukou. Více než 2 dotyky kroužku jedním družstvem znamenají ztrátu bodu.
13. Kroužek lze chytat na místě, ve výskoku, v běhu, skokem na zem. Po uchopení kroužku na místě nebo ve výskoku může hráč před odhozením kroužku udělat jeden a půl kroku. Po uchopení kroužku skokem na zem se může hráč napřed klidně postavit a potom odhodit kroužek. Uchopí-li hráč kroužek v běhu, může s ním udělat maximálně 3 kroky, než se zastaví, při čemž nesmí zvyšovat rychlost a nesmí protahovat kroky směrem k síti. Kroužek může odhodit v průběhu uvedených 3 kroků nebo jej odhodit po úplném zastavení stejným způsobem jako po uchopení na místě.
14. Čas držení kroužku není omezen, dokud rozhodčí nezačne odečítat 3 sekundy, v jejichž průběhu musí hráč kroužek odhodit. Hráč, který tak neučiní, ztrácí bod.
15. Není dovoleno dotýkat se jakéhokoli místa vlastního těla, těla spoluhráče, hřiště nebo sítě, kroužkem držným v dlaní.
16. Let kroužku musí napodobovat let disku, tzn. nesmí být hozen svisle směrem letu a nesmí se otáčet kolem vodorovné osy.
17. Hráč, který kroužek hodil do autu nebo do sítě, ztrácí bod.
18. Pohyb ruky držící kroužek musí být plynulý, není dovolen pohyb ruky v opačném směru, než ve kterém byl započat. Klamání tělem nebo volnou rukou je dovoleno.
19. V zápase není dovoleno hráčům přesáhnout jakoukoliv částí těla půlící čáru hřiště nebo ji přesáhnout rukou nad sítí.
20. Body se získávají nebo ztrácejí za každou chybu, bez ohledu na to, kdo podával (neexistují „ztráty“).