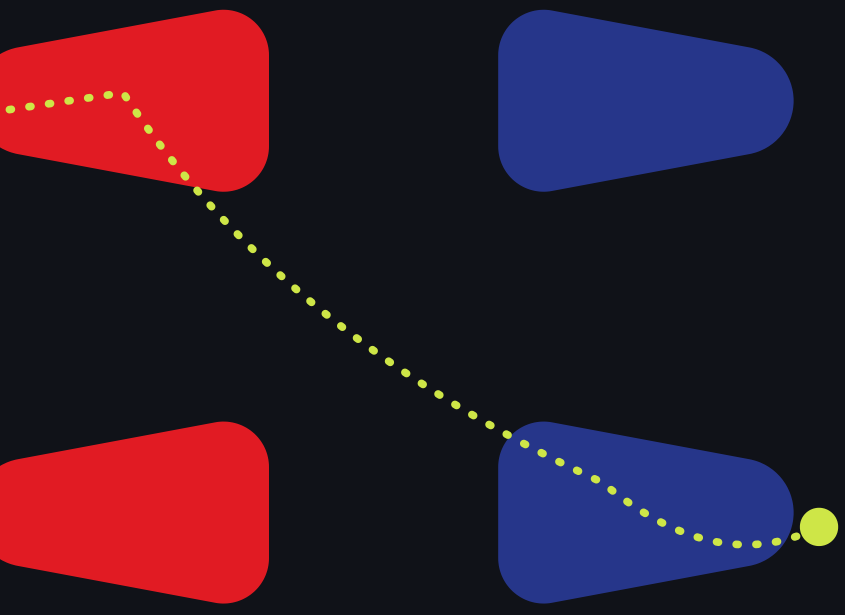
HANTIS

النمط الحر + النمط التنافسي

دليل قواعد هانتس الرسمي

كل قواعد نمطي اللعب، مع رسوم توضيحية. أربع طاولات.
كرة واحدة. ضربتان.



إصدار 2026 · آخر تحديث أكتوبر 2026

المحتويات

ماذا في هذا الدليل

1 **البداية** 03
المعدات، أماكن اللعب، ترتيب الطاولات، الحدود، العوامل X، من يقف أين

2 **الإرسال** 05
الإرسال القانوني، الإرسالات الاستعراضية، خط التمركز، الأخطاء

3 **الاستحواذ** 06
الضربات، التمرير، انتقال الاستحواذ، التنطيط، الضربات المتزامنة

4 **كيف تسجّل نقطة أو تُخرج لاعبًا** 07
الطرق الثماني التي ينتهي بها تبادل الكرة، ومنها الضربة المزدوجة

5 **قاعدة الحافة** 08
متى تُحتسب إصابة الحافة على الطاولة

6 **قواعد النمط التنافسي** 09
احتساب النقاط، طول المباراة، تناوب الإرسال، تبديل الجهات، نقطة الشوط

7 **قواعد متنوعة** 10
الاحتكاك، تحريك الطاولات، الخلافات، السلامة

8 **الحركات الاستعراضية** 10
إتقان هانتس، التنطيط مع حركة استعراضية

★ **القواعد في لمحة** 11
صفحة واحدة تطبعها وتحتفظ بها قرب الملعب

نمطان وقواعد واحدة

للعبة هانتس نمطان. **النمط الحر** لعبة دوران تناسب المجموعات مهما كان عددها. وفي **النمط التنافسي** يتنافس فريقان ثابتان من لاعبَين على النقاط. تنطبق القواعد كلها تقريبًا على النمطين، وحين تختلف قاعدة ينبّه هذا الدليل إلى ذلك.

كيف تُرقَّم القواعد

تُرقَّم القواعد حسب القسم، ثم المجموعة، ثم القاعدة. فمثلًا **4.0.7** تعني القسم 4، المجموعة 0، القاعدة 7. استعن بالأرقام لحسم الخلافات بسرعة.

ما الجديد · أكتوبر 2026

السلامة: 7.0.3 لا تصعد على الطاولات، 7.0.4 العب الكرة لا اللاعب، 7.0.5 مساحة آمنة، 8.0.2 لا لحركة Walking the Dog في المدارس. **توضيحات:** 1.1.5 التدخل، 1.2.0 الدوران بعد الضربة المزدوجة، 2.0.1 و2.1.0 الإرسال، 1.1.2 و4.0.6 الحدود، 6.0.3 الإرسال الأول في الأشواط التالية.

ابتُكرت لعبة هانتس عام 2005 على يد طلاب مدرسة سكوت كاونتي الثانوية في مدينة جورجتاون بولاية كنتاكي الأمريكية.

الناشر: Hantis USA, LLC. © 2026. جميع الحقوق محفوظة. يجوز طباعة هذا الدليل ومشاركته مجانًا للاستخدام غير التجاري. HANTIS™ وشعار هانتس علامتان تجاريتان لشركة Hantis USA, LLC.

القسم 1

البداية

كل ما تحتاج إليه كرة تنس، وأربع طاولات متماثلة في الحجم، وثلاثة أصدقاء.

1.0 المعدات

1.0.0 الكرة

كرة التنس هي الكرة الأكثر استخدامًا في لعب هانتس. وللحصول على أفضل ارتداد، احرص على أن تكون جديدة من علبة مضغوطة. ويمكن استخدام كرات أخرى على الطاولات البلاستيكية الأقل ارتدادًا، مثل الكرة المطاطية عالية الارتداد.

1.0.1 الطاولات

يمكن لعب هانتس على أي نوع من الطاولات. وستحتاج إلى 4 طاولات متماثلة في الحجم.

1.1 التجهيز

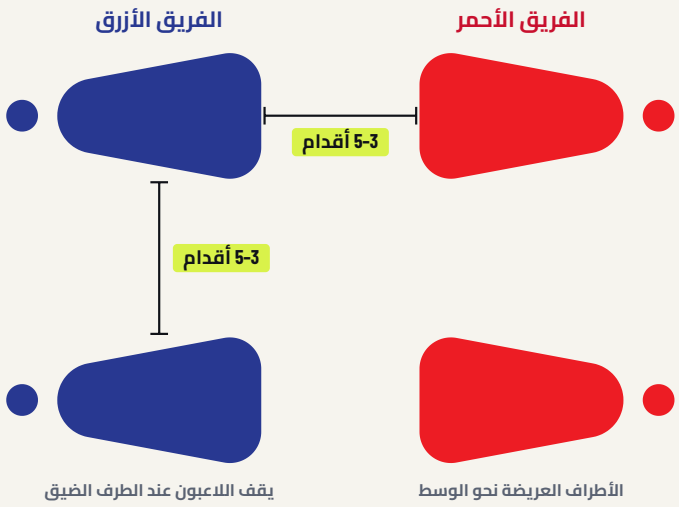
1.1.0 أين تلعب

يمكنك لعب هانتس في أي مكان تقريبًا: في الداخل أو في الهواء الطلق، على الشاطئ، في حديقة، في ملعب كرة سلة، بل حتى في ملعب إسكواش لتحصل على ارتدادات إضافية من العوامل X. وملاعب الكرة الطائرة الشاطئية هي المفضلة لدينا، لأنها توفر منطقة لعب ذات حدود واضحة، ويمكنك أن ترتمي على الرمل.

1.1.1 ترتيب الطاولات

رتّب الطاولات الأربع في مربع 2×2 كما في الشكل 1.1. وتعتمد المسافة بين الطاولات على مستوى اللاعبين.

المستوى	المسافة بين الطاولات
مبتدئ	3 أقدام (90 سم)
متوسط	4 أقدام (120 سم)
متقدم	5 أقدام (150 سم)



الشكل 1.1 ترتيب الطاولات: مربع 2×2، الزميلان متجاوران، والخصمان في الجهة المقابلة

1.1.2 حدود الملعب في النمط الحر

من 8 م × 8 م حتى 16 م × 8 م. يحددها المعلم أو المنظم بالأقماع أو بشريط لاصق على الأرض. وإن لم يحددها أحد، يحكم اللاعبون بأنفسهم أو يلعبون بلا حدود.

نصيحة: صغّر الحدود حتى لا يُكثر اللاعبون من الضربة الساحقة.

1.1.3 حدود الملعب في النمط التنافسي

الحدود	بالمتر	بالقدم
الحدود الرسمية	**8 م × 8 م**	**26.25 قدم × 26.25 قدم**
بديل: ملعب رملي كامل	**16 م × 8 م**	**52.5 قدم × 26.25 قدم**
بديل: نصف ملعب رملي	**8 م × 8 م**	**26.25 قدم × 26.25 قدم**
بديل: ملعب راكيت بول أو إسكواش	**13.7 م × 7.6 م**	**45 قدم × 25 قدم**

نصيحة: هيّئ بيئة محايدة خالية من أي أشياء تعترض اللعب (كرات أو كراسٍ أو أشخاص أو ملابس أو حقائب).

1.1.4 ما العامل X؟

أي سطح غير اللاعبين وأسطح الطاولات الأربع والأرض يُسمّى **العامل X**، وهو محايد تمامًا. ومن العوامل X الجدران والأسقف وأي شيء آخر يحيط بمنطقة اللعب، بل يمكن أن ترتد الكرة عن أرجل الطاولات وتبقى في اللعب. وفي أثناء الإرسال وطوال تبادل الكرة، يجوز أن ترتد الكرة عن هذه الأسطح دون أي عقوبة على الفريق الآخر. وإذا علقت الكرة أو توقفت عن الحركة على عامل X، تصبح كرة ميتة، ويتحمّل الخطأ آخر من لمسها: فآخر لاعب ضربها، أو صاحب آخر طاولة ارتدت عنها، يخرج (في النمط الحر) أو يخسر النقطة (في النمط التنافسي). وتابع عدد لمساتك وارتداداتك، لأن **العوامل X لا تبدأ عدّ ضرباتك من جديد**.

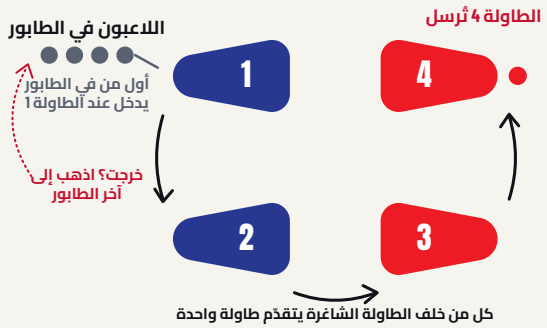
1.1.5 التدخل

الأشخاص ليسوا عوامل X. فإذا اعترض أحدُ المنتظرين في الطابور، أو أحد المتفرجين، أو كرة شاردة من ملعب آخر، طريق الكرة أو أحد اللاعبين، فأعيدوا النقطة.

1.2 من يقف أين؟

1.2.0 هانتس بالنمط الحر

للعب نمطان: النمط الحر والنمط التنافسي. في النمط الحر يتنافس فريقان من لاعبَين، ويقف كل لاعب من اللاعبين الأربعة عند طاولته. وعندما يخرج لاعب يذهب إلى آخر الطابور، ويتقدّم اللاعبون الآخرون إلى الطاولة الشاغرة أمامهم باتجاه طاولة الإرسال. وإن كنت قد لعبت لعبة «المربعات الأربعة» (four square)، فالدوران هنا هو نفسه. وبعد الضربة المزدوجة (4.0.7) يذهب اللاعبان الخارجان كلاهما إلى آخر الطابور، ويتقدّم اللاعبان الآخران نحو الطاولة 4 لملء الطاولات الشاغرة، ويدخل أول لاعبَين في الطابور عند أدنى الطاولات الشاغرة رقمًا.



الشكل 1.2 الدوران في النمط الحر. الطاولتان 1 و2 فريق، و3 و4 الفريق الآخر. الانتقال من الطاولة 2 إلى 3 يعني تغيير الفريق.

1.2.1 هانتس بالنمط التنافسي

في النمط التنافسي تكون مواقع البداية كما في النمط الحر، لكن لا يوجد دوران ولا طابور. تحتفظ بزميلك نفسه طوال اللعب، وتسجّل النقاط بدلًا من إخراج اللاعبين. ولمزيد من التفاصيل عن النمط التنافسي، انظر القسم 6.

القسم 2

الإرسال

2.0 إرسال الكرة

2.0.0 الإرسال القانوني

لكي تُرسل، أمسك الكرة بإحدى يديك، واضربها باليد الأخرى إلى أسفل لترتد على طاولتك أولًا، ثم على إحدى طاولتَي خصميك. ويجوز لك أيضًا أن ترمي الكرة إلى أعلى وتُرسلها باليد نفسها. ويجب أن تكون خلف الطرف الخلفي لطاولتك عند الإرسال.

2.0.1 ما لا يجوز

لا يجوز أن تُرسل برمي الكرة. ولا يجوز أن تضرب الكرة مباشرة إلى طاولة الخصم. ولا يجوز أن تُرسل إلى طاولة زميلك. ولا يجوز للمُرسِل ولا لزميله لمس الكرة مجددًا حتى ينتقل الاستحواذ، أي حتى تلمس الكرةُ أحدَ الخصمين أو طاولته.

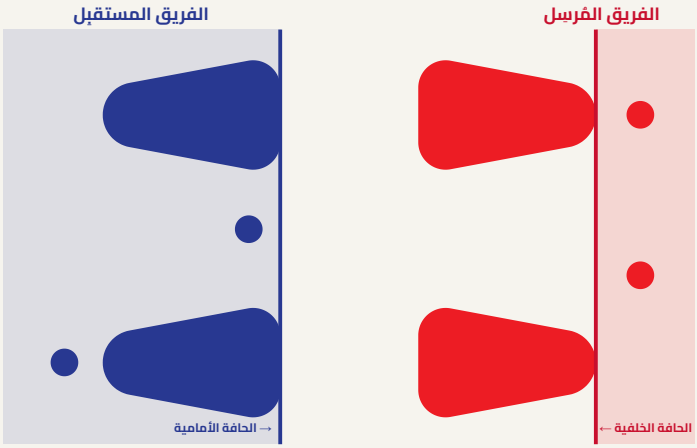
2.0.2 الإرسالات الاستعراضية

تُسمّى بعض أشكال الإرسال إرسالات استعراضية، ومنها الإرسال بالركلة، والإرسال بالركلة المقصية، والإرسال بالكوع أو بالرأس، والإرسال من بين الساقين. وما دمت تضرب الكرة بأي جزء من جسمك لترتد على طاولتك ثم على طاولة أحد الخصمين، فالإرسال قانوني.

2.1 خط التمركز

2.1.0 مواقع البداية أثناء الإرسال

يحدد خط التمركز أين يقف كل فريق قبل الإرسال مباشرة. يقف **الفريق المُرسِل** في أي مكان خلف **الطرف الخلفي** لطاولتيه، ويقف **الفريق المستقبِل** في أي مكان حتى **الطرف الأمامي** لطاولتيه. وبمجرد أن تلمس الكرة المُرسَلة طاولة المُرسِل، يجوز لكل لاعب أن يتحرك إلى أي مكان. ويجوز للمستقبِل أن يلعب الكرة المُرسَلة قبل أن ترتد على طاولته: فهذه اللمسة تنقل إليه الاستحواذ وتُعدّ ضربته الأولى (3.0.2).



الشكل 2.1 ابقَ في منطقتك المظلّلة حتى تُرسَل الكرة

2.2 أخطاء الإرسال

2.2.0 الأخطاء في النمط الحر النمط الحر

خطأ الإرسال هو أن تُخطئ طاولة الخصم عند الإرسال. ولك خطأ واحد طوال وجودك عند الطاولة 4: إن أخطأت في إرسال فلك إعادة واحدة. وإن أخطأت في إرسال ثانٍ في أي وقت ما دمت عند الطاولة 4، تخرج، حتى لو أرسلت إرسالات صحيحة بين الخطأين.

2.2.1 الأخطاء في النمط التنافسي النمط التنافسي

لا يحق لك إعادة الإرسال بعد الخطأ إلا حين يواجه فريقك نقطة الشوط أو نقطة المباراة. وفي غير ذلك، يمنح كل إرسال ضائع الفريقَ الآخر نقطة. أما الخطأ المزدوج فيمنح الفريق الآخر نقطة، ومعها الشوط أو المباراة.

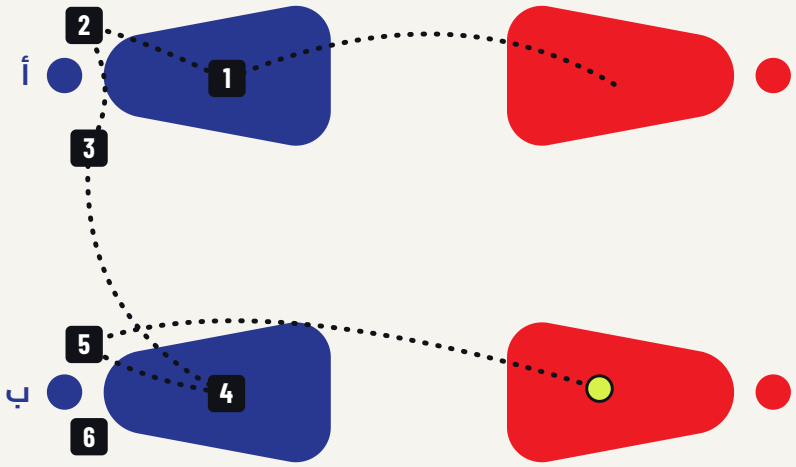
القسم 3

الاستحواذ

الاستحواذ هو جوهر هانتس. اعرف لمن الكرة، وكم بقي من الضربات والارتدادات.

3.0.0 الضربات

بعد الإرسال يصبح الاستحواذ للفريق المستقبل. ويحق لكل لاعب من اللاعبَين المستحوذَين **ارتداد واحد على طاولته** و**ضربتان** بجسمه. واليدان أكثر أجزاء الجسم استخدامًا لأنهما تمنحان أكبر قدر من التحكم، لكن يمكنك استخدام قدميك أو ركبتيك أو رأسك أو أي جزء آخر، ما دمت لا تضرب الكرة أكثر من مرتين. وارتداد الكرة عن ملابسك يُحتسب ضربة من ضرباتك.



1. يرتد الإرسال على طاولة اللاعب أ
2. اللاعب أ يرفعها (الضربة 1)
3. اللاعب أ يمرّرها (الضربة 2)
4. ترتد على طاولة اللاعب ب
5. اللاعب ب يهيّئها (الضربة 1)
6. اللاعب ب يضربها إلى طاولة الفريق الأحمر (الضربة 2). ينتقل الاستحواذ.

الشكل 3.0 استحواذ كامل: يستخدم كل لاعب ضربتيه، وتستقبل كل طاولة ارتدادًا واحدًا

3.0.1 التمرير

الهدف في هانتس تسجيل النقاط أو إخراج الخصوم، بحسب النمط الذي تلعبه: التنافسي أو الحر. ومن أفضل الطرق لتحقيق ذلك الاستعانة بزميلك: فبينما يتخذ زميلك موقعًا مثاليًا، تستخدم ضرباتك لتمرير الكرة إليه، فيسجّل هو. ويمكنك أن تخدع خصومك وتمرّر عدة مرات حتى تستنفد ضرباتك، فإرباك الفريق الآخر يمنحك الأفضلية.

3.0.2 انتقال الاستحواذ

بمجرد أن تلمس الكرة طاولة الفريق الآخر أو أحد لاعبيه، ينتقل الاستحواذ. فيصبح لكل لاعب منهم ضربتان وارتداد واحد، ويبدأ عدّ ضرباتك من جديد.

3.0.3 التنطيط

كلما ضُربت الكرة إلى لاعب أو طاولة انتقل الاستحواذ، لذا يمكن ضرب الكرة مرة أخرى لإبعادها عن متناول الخصوم. وهذا يعني أنه يمكن تنطيط الكرة على طاولات الفريق الآخر بلا حد، لأن الاستحواذ ينتقل بعد كل ارتداد وكل ضربة. ويجوز للاعبين الذين يُنطّط على طاولاتهم محاولة اعتراض الكرة في أي وقت.

3.0.4 الضربات المتزامنة

إذا استُخدمت اليدان معًا في الوقت نفسه لضرب الكرة، تُحتسب ضربتين، حتى لو لمست الكرةَ يدٌ واحدة فقط. والضربة المتزامنة التي تليها ضربة مفردة تُحتسب 3 ضربات، فتخرج (في النمط الحر) أو تخسر النقطة (في النمط التنافسي).

3.0.5 ضربات متزامنة من خصمين

إذا ضرب لاعبان متنافسان الكرة في الوقت نفسه، ثم خرجت من اللعب دون أن تلمس أيًّا منهما أو أي طاولة، يقرر الحَكَم منح النقطة لأحد الفريقين أو إعادتها. وفي غياب الحَكَم، احسموا الأمر كما في القاعدة 7.0.2.

القسم 4

كيف تسجّل نقطة أو تُخرج لاعبًا

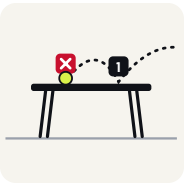
تنطبق كل قواعد هذه الصفحة بالطريقة نفسها في النمطين، باستثناء واحد للنمط الحر في 4.0.4. والنتيجة وحدها هي التي تختلف.

النمط الحر	يخرج اللاعب **من اللعب** وينضم إلى آخر الطابور.
التنافسي	يكسب الفريق الآخر **النقطة**.

4.0.0 ثلاث لمسات

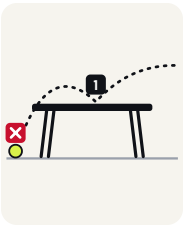
إذا لمست الكرة 3 مرات في استحواذ واحد، تخرج. ويشمل ذلك ثلاث ضربات متتالية، أو ضربة ثالثة بعد أن يعيد زميلك الكرة إليك وقد استنفدت ضربتيك.

4.0.1 طاولة ثم طاولة



إذا ارتدت الكرة على طاولتك مرتين في استحواذ واحد، تخرج، سواء جاء الارتدادان متتاليين أو تخللتهما عدة ضربات.

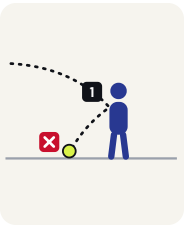
4.0.2 طاولة ثم أرض



إذا ارتدت الكرة على سطح طاولتك ثم لمست الأرض، تخرج.

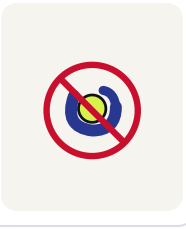
أصابت الحافة ثم سقطت؟ انظر القسم 5، قاعدة الحافة.

4.0.3 جسم ثم أرض



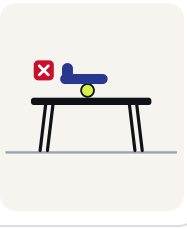
إذا لمست الكرة جسمك ثم الأرض، تخرج. ويسري ذلك على الضربة الخاطئة في الهجوم، وعلى إصابتك بالكرة وأنت تدافع. فإن كنت آخر من لمس الكرة، تخرج.

4.0.4 قبض · حمل · إمساك · التقاط · احتضان



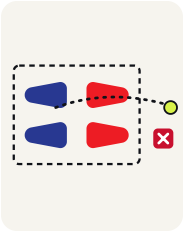
التعامل مع الكرة يكون بالضرب أو الصفع فقط. فلا يجوز احتضانها بالكف أو القبض عليها أو الإمساك بها أو التقاطها أو حملها. وإن فعلت أيًّا من ذلك، تخرج. **استثناء النمط الحر:** 8.0.2.

4.0.5 حبس الكرة



إذا حبست الكرة فتوقفت بين يدك (أو أي جزء من جسمك) وطاولة خصمك، تخرج.

4.0.6 خارج الحدود



تكون الكرة خارج الحدود حيث تسقط أولًا خارجها، ويخرج آخر من لمسها. فإن ضربت ضربة ساحقة ارتدت على طاولتهم ثم سقطت خارج الحدود، فأنت من يخرج. وحيث لا حدود، لا خروج عن الحدود (1.1.2).

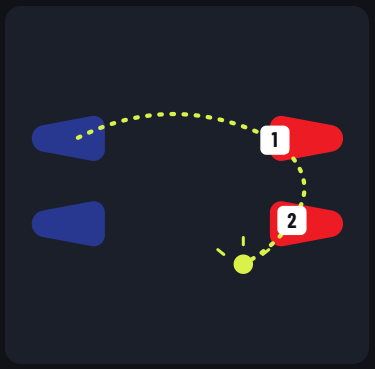
تذكّر

لمن الاستحواذ؟

ينتقل الاستحواذ في اللحظة التي تلمس فيها الكرة الفريق الآخر أو طاولته (3.0.2)، فيبدأ عدّ الضربات والارتدادات كله من جديد. أما العوامل X (الجدران والأسقف وأرجل الطاولات) فمحايدة، لكنها **لا** تبدأ عدّك من جديد (1.1.4).

4.0.7 · أكثر حركة يتمناها لاعبو هانتس

النقطة المزدوجة / الخروج المزدوج



تحدث الضربة المزدوجة حين تضرب الكرة فترتد على طاولتَي خصميك **كلتيهما** دون أن يعترضها شيء، ثم تلمس الأرض. لقد هزمت لاعبَين دفعة واحدة. وإذا لمس أحدّ الكرة بعد ضربتك، فلا تكون ضربة مزدوجة وتُطبّق القواعد المعتادة.

وإذا ارتدت على إحدى الطاولتين، ثم لامست حافة الأخرى وعادت لترتد على الطاولة الأولى، فللأسف ليست ضربة مزدوجة، بل ارتدادان على الطاولة الأولى (4.0.1).

النمط الحر · يخرج الخصمان كلاهما | التنافسي · نقطتان

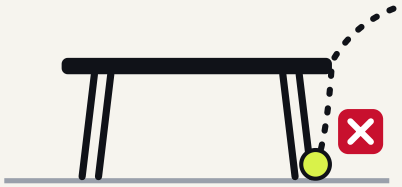
القسم 5

قاعدة الحافة

هل لمست الكرة الطاولة أم لا؟ يعتمد ذلك على الحافة التي أصابتها الكرة، والاتجاه الذي ذهبت إليه بعدها.

الضارب على اليمين ←

5.0.0 من الحافة القريبة إلى أعلى = تُحتسب على الطاولة



الضارب على اليمين ←

5.0.1 من الحافة القريبة إلى أسفل = لا تُحتسب على الطاولة

الضارب على اليمين ←

5.0.2 من الحافة البعيدة إلى أسفل = تُحتسب على الطاولة

5.0.0 **الحافة القريبة وإلى أعلى**

إذا ضربت الكرة فأصابت الحافة القريبة من الطاولة (الحافة الأقرب إليك) وارتفعت إلى أعلى، تبقى في اللعب. فإن لمست الأرض بعد ذلك، يخرج صاحب تلك الطاولة.

5.0.1 **الحافة القريبة وإلى أسفل**

إذا ضربت الكرة فأصابت الحافة القريبة من الطاولة (الحافة الأقرب إليك) واتجهت إلى أسفل، تخرج. فلكي تُحتسب على الطاولة، يجب أن تصيب الكرة السطح العلوي.

5.0.2 **الحافة البعيدة وإلى أسفل**

إذا ضربت الكرة من فوق الطاولة فأصابت الحافة البعيدة واتجهت إلى أسفل، فهي تُحتسب على الطاولة وقد كسبت النقطة. فمع أن الكرة سقطت عن الطاولة إلى أسفل، فإنها لامست السطح العلوي للطاولة، لا جانبها كما في 5.0.1.

كيف تحكم على كرة الحافة

يُحكم على الكرة من الموضع الذي ارتدت منه أو ضُربت منه آخر مرة. اسأل نفسك: هل مرّت الكرة فوق سطح الطاولة قبل أن تصيب الحافة؟ إن كانت الإجابة نعم، فهي تُحتسب على الطاولة. وإن أصابت الحافة مباشرة دون أن تمر فوق السطح، فلا تُحتسب على الطاولة إلا إذا ارتدت إلى أعلى.

القسم 6

قواعد النمط التنافسي

فرق ثابتة من لاعبَين تتنافس على النقاط. تنطبق هذه القواعد على النمط التنافسي فقط.

6.0.0 الأساسيات

على عكس النمط الحر، تسجّل في النمط التنافسي نقاطًا بدلًا من إخراج اللاعبين، ولا تتنقل بين الطاولات. وتحتفظ بزميلك نفسه طوال كل مباراة وطوال البطولة كلها.

6.0.1 النقطة والشوط والمباراة

تُلعب المباراة التنافسية من **1 أو 3 أو 5 أو 7 أشواط**، ويفوز بها من يكسب أغلب الأشواط. ويفوز بالشوط أول فريق يبلغ 21 نقطة بفارق نقطتين. ويختار منظم البطولة طول المباراة.

6.0.2 ضيق الوقت

إذا ضاق الوقت المتاح لإنهاء المباريات، يجوز خفض عدد نقاط الفوز، فيكون الفوز مثلًا لأول من يبلغ 15 نقطة أو 11 نقطة. ويجب دائمًا الفوز بفارق نقطتين.

6.0.3 حجر، ورقة، مقص

قبل بدء المباراة التنافسية، حددوا من يُرسل أولًا بلعبة «حجر، ورقة، مقص». وفي كل شوط تالٍ، يبدأ بالإرسال الفريق الذي استقبل أولًا في الشوط السابق.

6.0.4 تناوب الإرسال

يختار الفريق الذي يبدأ بالإرسال أيَّ لاعبَيه يُرسل، فيُرسل هذا اللاعب 5 مرات. ثم يتناوب الإرسال بين اللاعبين الأربعة حتى نهاية المباراة، فيُرسل كل لاعب 5 مرات ثم ينتقل الإرسال إلى الفريق الآخر. احسبوا الإرسالات لا النقاط: فالضربة المزدوجة تمنح نقطتين، لكنها لا تستهلك إلا إرسالًا واحدًا من إرسالات المُرسِل الخمسة.

الإرسالات	المُرسِل	الإرسالات	المُرسِل	
5–1	الفريق 1، اللاعب أ	25–21	الفريق 1، اللاعب أ	**بدّلوا الجهات** بعد كل 10 نقاط: عند 10 و20 و30 وهكذا (6.0.6).
10–6	الفريق 2، اللاعب ج	30–26	الفريق 2، اللاعب ج	
15–11	الفريق 1، اللاعب ب	35–31	الفريق 1، اللاعب ب	عند نقطة الشوط أو المباراة، يُرسل **الفريق المتأخر** حتى تتعادل النتيجة (6.0.7).
20–16	الفريق 2، اللاعب د	40–36	الفريق 2، اللاعب د	

تُعدّ الإرسالات بالترتيب على مدار الشوط. الضربة المزدوجة نقطتان، لكنها إرسال واحد فقط.

6.0.5 جهة الإرسال

يجوز لكل لاعب أن يختار الطاولة التي يُرسل منها، لكن عليه أن يؤدي إرسالاته الخمسة كلها من تلك الطاولة، ولا يجوز له التبديل حتى دوره التالي في الإرسال. ويميل مستخدم اليد اليمنى غالبًا إلى الطاولة اليمنى، والأعسر إلى اليسرى، لأن كلًّا منهما يتيح لليد المفضلة لدى المُرسِل الوصول إلى طاولتَي الخصمين كلتيهما.

6.0.6 تبديل الجهات

بعد كل 10 نقاط، يجب على الفريقين تبديل الجهات. وهذا يوازن أثر العوامل الخارجية مثل أشعة الشمس والرياح.

6.0.7 نقطة الشوط ونقطة المباراة

عندما تصل مباراة هانتس إلى نقطة الشوط أو نقطة المباراة، يُرسل الفريق المتأخر حتى تتعادل النتيجة. وبعد التعادل، يُرسل الفريق الذي بلغ تلك النتيجة أولًا. فلا ينبغي أبدًا أن يُرسل فريقٌ وهو على بُعد نقطة واحدة من الفوز بالشوط أو المباراة. ويجوز للفريق المُرسِل أن يختار اللاعب الذي يُرسل.

القسم 7

قواعد متنوعة

7.0.0 الاحتكاك

هانتس رياضة بلا احتكاك جسدي، لكن قد يحدث بعض الاحتكاك العرضي. والحُكم الرسمي أن الأمر كما في كرة السلة: يجوز احتكاك خفيف أثناء التنافس على الكرة، لكن لا يجوز إعاقة حركة لاعب آخر. وفي النمط التنافسي، يبتّ الحَكَم في حالات الإعاقة: فإما أن يمنح النقطة للفريق الذي تعرّض للخطأ، وإما أن تُعاد النقطة. وفي غياب الحَكَم، احسموا الخلاف كما في القاعدة 7.0.2.

7.0.1 تحريك الطاولات

إذا تحركت طاولة أو اختلّ وضعها عن غير قصد أثناء اللعب، فاستمروا في اللعب، إلا إذا تسبب ذلك مباشرة في نقطة غير عادلة، فحينئذ تُعاد النقطة. وإذا حرّك لاعب طاولة عمدًا ليحصل على أفضلية، يخسر تلك النقطة. **استثناء النمط الحر:** 8.0.2.

7.0.2 الخلاف على النقاط

هانتس لعبة صدق وإنصاف. إذا كنت تعلم أنك لمست الكرة، فاعترف بذلك. وإذا نشأ خلاف على حمل الكرة أو الإعاقة أو اللمسات، فحُلّوه بروح رياضية بإحدى الطرق الآتية:

- الاتفاق على إعادة النقطة؛
- لعب «حجر، ورقة، مقص» على النقطة؛ أو
- مشاهدة تبادل الكرة في تسجيل فيديو، إن أمكن.

7.0.3 لا تصعد على الطاولات

لا يجوز لأحد أن يجلس على طاولة أو يقف عليها أو يجثو عليها أو يتسلقها أو يحمّلها وزنه، سواء أثناء اللعب أو بين النقاط، فالطاولات ليست مصممة لتحمل وزن شخص. وإن فعلت ذلك، تخرج. أما لمس الطاولة وأنت تمد يدك إلى الكرة فلا بأس به، وأما الاتكاء عليها بوزنك فممنوع.

7.0.4 العب الكرة، لا اللاعب

لا تصوّب الكرة أبدًا نحو رأس لاعب، وأبعد ركلاتك عن رؤوس اللاعبين الآخرين. وإذا أصبت أحدًا في رأسه عمدًا، تخرج. **في لعب الناشئين والمدارس:** إذا أصابت الكرة لاعبًا فوق كتفيه، تُعاد النقطة بدلًا من إخراج أحد.

7.0.5 مساحة آمنة

قبل اللعب، أخلِ الملعب من الحقائب والكراسي والكرات المتناثرة، واترك مساحة للمشي بين الطاولات والجدران. ولا ترتمِ إلا على الرمل أو أرض لينة. ويمكن للمبتدئين وصغار السن استخدام كرة إسفنجية أطرى أو كرة منخفضة الضغط.

القسم 8

الحركات الاستعراضية

8.0.0 إتقان هانتس

بعد أن تتقن الضربة الساحقة التي لا يستطيعون صدّها، واللمسة الخفيفة التي لا يلحقون بها، اكتشف ما تقدمه اللعبة غير ذلك. فهانتس قائمة على الإبداع: استخدم ضرباتك في ضربات استعراضية بالرأس أو القدمين، وضربات من بين الساقين، وجُمل لعب متفق عليها مع زميلك. ولا شيء يُشعل حماس الجمهور مثل تبادل طويل للكرة يُختم بحركة استعراضية مذهلة أو بضربة مزدوجة.

8.0.1 التنطيط مع حركة استعراضية

من أفضل الطرق للتمهيد لضربة استعراضية أن تنطّط الكرة على طاولة خصمك. فكل ارتداد يبدأ عدّ ضرباتك من جديد، مما يمنحك وقتًا أطول للاستعداد، وتكون قريبًا جدًا من طاولاتهم لتحقيق أقوى أثر.

8.0.2 حركات للنمط الحر فقط

النمط الحر أكثر تساهلًا من النمط التنافسي في أمرين. ففي حركتَي Hand1 و Reverse Hand1 تدور الكرة حول جسمك داخل قميصك، وهو ما يُعدّ حملًا للكرة في غير هذه الحالة (4.0.4). وفي حركة Walking the Dog يسحب لاعب طاولة الخصم بعيدًا بينما يُنطّط زميله الكرة عليها، وهو ما يُفقد فريقه النقطة في غير هذه الحالة (7.0.1). والحركتان مسموح بهما في النمط الحر فقط. ولا تؤدِّ حركة Walking the Dog أبدًا في المدرسة أو في حصص التربية البدنية، ولا على أرضية صالة رياضية.

اطبع هذه الصفحة

القواعد في لمحة

HANTIS

1 التجهيز

- 4 طاولات متماثلة في مربع 2×2 (1.1.1)
- 3 أقدام للمبتدئ · 4 للمتوسط · 5 للمتقدم
- كرة تنس واحدة جديدة من علبة مضغوطة (1.0.0)
- الجدران والأسقف وأرجل الطاولات عوامل X محايدة (1.1.4)

2 الإرسال

- اضرب الكرة لترتد على طاولتك، ثم على إحدى طاولتَي الخصم (2.0.0)
- لا رمي، ولا إرسال إلى طاولة زميلك (2.0.1)
- المُرسِلون خلف الطرف الخلفي لطاولاتهم، والمستقبِلون حتى الطرف الأمامي لطاولاتهم (2.1.0)
- لا يلمس الفريق المُرسِل الكرة مجددًا حتى ينتقل الاستحواذ (2.0.1)

3 الاستحواذ

- ضربتان لكل لاعب، بأي جزء من الجسم (3.0.0)
- ارتداد واحد على كل طاولة من طاولتَي فريقك
- إذا لمست الكرة الفريق الآخر أو طاولته انتقل الاستحواذ، وبدأ العدّ من جديد (3.0.2)
- التنطيط على طاولاتهم مسموح (3.0.3)

4 تخرج (أو تخسر النقطة) إذا...

- لمستها 3 مرات (4.0.0)
- ارتدت مرتين على طاولتك (4.0.1)
- ذهبت من الطاولة ← إلى الأرض، أو منك ← إلى الأرض (4.0.2، 4.0.3)
- قبضت عليها أو حملتها أو حبستها (4.0.4، 4.0.5)
- ضربتها خارج الحدود (4.0.6)

★ الضربة المزدوجة (4.0.7)

ضربة واحدة ترتد على طاولتَي الخصمين ثم تلمس الأرض. يخرج الخصمان كلاهما، أو تكسب نقطتين.

5 قاعدة الحافة (القسم 5)

- من الحافة القريبة إلى أعلى = تُحتسب على الطاولة
- من الحافة القريبة إلى أسفل = لا تُحتسب
- فوق الطاولة ثم من الحافة البعيدة إلى أسفل = تُحتسب

النمط الحر

- خرجت؟ اذهب إلى آخر الطابور (1.2.0)
- يدخل اللاعبون الجدد عند الطاولة 1
- يتقدّم الجميع نحو الطاولة 4، طاولة الإرسال
- خطأ إرسال واحد (إعادة واحدة) طوال وجودك عند الطاولة 4؛ خطآن = خروج (2.2.0)
- الضربة المزدوجة تُخرج لاعبَين: كلاهما إلى آخر الطابور، ويدخل لاعبان جديدان (1.2.0)

النمط التنافسي

- الشوط لأول من يبلغ 21 بفارق نقطتين؛ والمباراة من 1 أو 3 أو 5 أو 7 أشواط (6.0.1)
- «حجر، ورقة، مقص» للإرسال الأول؛ ثم بالتناوب في الأشواط التالية (6.0.3)
- يُرسل كل لاعب 5 مرات بالتناوب؛ والضربة المزدوجة نقطتان لكنها إرسال واحد (6.0.4)
- تبديل الجهات كل 10 نقاط (6.0.6)
- يُرسل الفريق المتأخر عند نقطة الشوط أو المباراة (6.0.7)

العب بنزاهة وأمان

إذا كنت تعلم أنك لمستها، فاعترف. احسموا الخلافات بإعادة النقطة، أو بلعبة «حجر، ورقة، مقص»، أو بمراجعة الفيديو (7.0.2). لا تصعد على الطاولات (7.0.3)، ولا تصوّب أبدًا نحو رأس أحد (7.0.4)، وأخلِ الملعب قبل اللعب (7.0.5). اعترض أحدُ المنتظرين أو المتفرجين طريقَ اللعب؟ أعيدوا النقطة (1.1.5).

أربع طاولات.
كرة واحدة.
ضربتان.

شاهد اللعبة، واحصل على دليل البدء السريع المجاني، ومخططات
صنع الطاولات، وخطط دروس التربية البدنية، على **hantis.net**

HANTIS USA, LLC ©