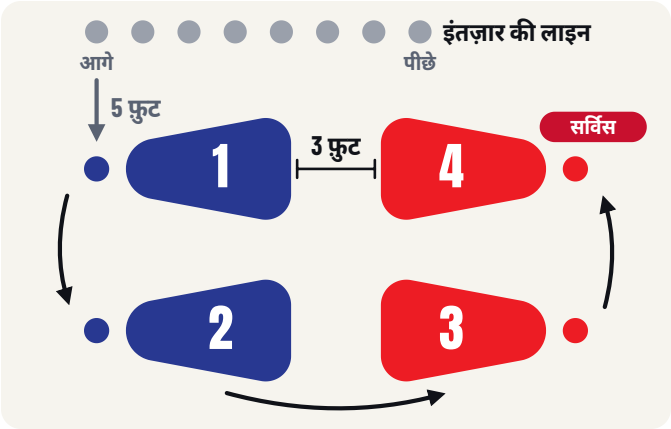
झटपट शुरुआत गाइड

HANTIS

फ्रीस्टाइल · 4 खेलते हैं · 8 तक इंतज़ार में · 1 टेनिस बॉल

1 तैयारी

एक रंग = एक टीम

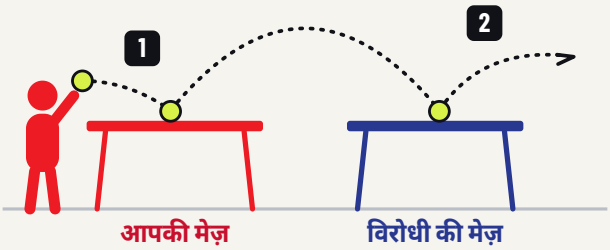


एक जैसी 4 मेज़ें, 3 फ़ुट (90 सेमी) की दूरी पर।
हर मेज़ पर एक खिलाड़ी। इंतज़ार की लाइन: 5 फ़ुट (1.5 मी) पीछे।

2 सर्विस

मेज़ 4

मेज़ 4 से सर्विस। उसके पीछे खड़े हों।
उछालें, फिर मारें। फेंकना मना है।



पहले अपनी मेज़ → फिर कोई भी विरोधी मेज़

चूक गए? मेज़ 4 के हर दौर में 1 बार दोबारा। 2 चूक = आउट।

3 रैली

गेंद दूसरी टीम या उनकी मेज़ को छुए, तो गिनती फिर से शुरू।

अधिकतम **2** **हिट**
हर खिलाड़ी के, शरीर के किसी भी हिस्से से

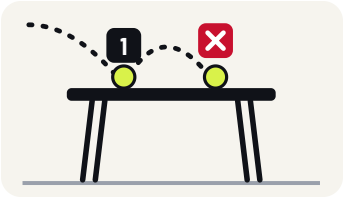
ऊपर उछालें → वापस मारें। या पास दें।

अधिकतम **1** **टप्पा**
आपकी टीम की हर मेज़ पर

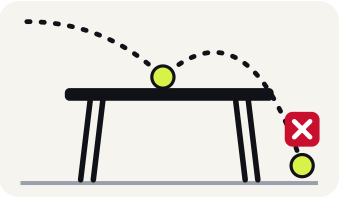
एक ही मेज़ पर दो = आउट।

4 आप आउट हैं

तीसरा हिट



दूसरा टप्पा
एक ही मेज़ पर



आप या आपकी मेज़
फिर ज़मीन

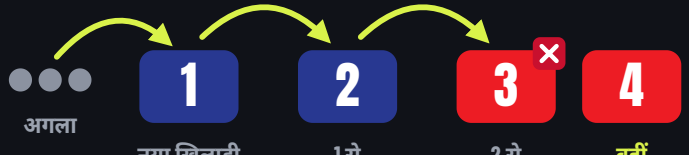
पकड़ना / थामना

5 रोटेशन

आउट → लाइन में सबसे पीछे।
खाली जगह के पीछे वाले आगे बढ़ते हैं।

1 पर आएँ। 4 तक पहुँचें।

उदाहरण: मेज़ 3 आउट



पूरे नियम
hantis.net/niyam

मेज़ों पर न चढ़ें। • फ़ैसले पर शक? दोबारा खेलें।

अगले लेवल के लिए पन्ना पलटें →

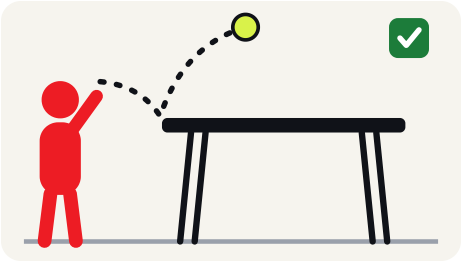
अगला लेवल

6 किनारा · 7 ड्रिबल · 8 एक्स-फ़ैक्टर · 9 डबल · 10 प्रतिस्पर्धी

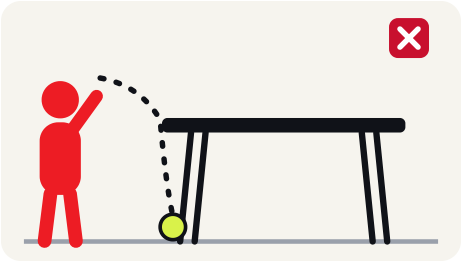
HANTIS

6 किनारे का नियम

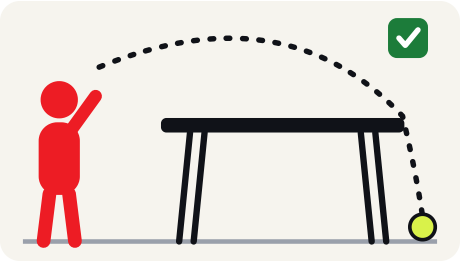
झटपट जाँच पहले ऊपर से गुज़री? मेज़ हिट। पहले किनारा? तभी, जब ऊपर उछले।



पास वाला किनारा, ऊपर
मेज़ हिट



पास वाला किनारा, नीचे
मेज़ हिट नहीं: आप आउट



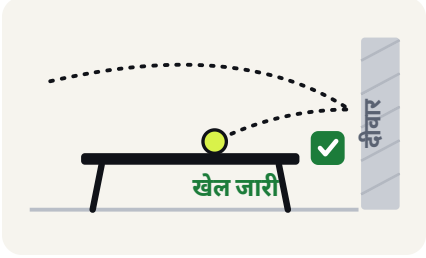
दूर वाला किनारा, नीचे
मेज़ हिट

7 ड्रिबल

एक हाथ से दूसरे हाथ, उनकी मेज़ पर।
उनकी मेज़ पर हर टप्पे से आपकी गिनती फिर से शुरू होती है, तो लगे रहें।

बचाव कभी भी बीच में रोकें।

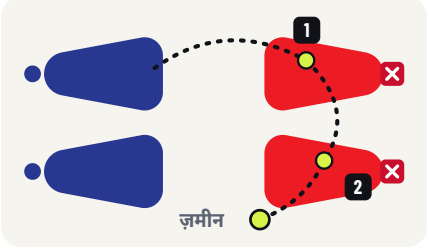
8 एक्स-फ़ैक्टर



दीवारें, छत, मेज़ के पाये: खेल जारी।
ये तटस्थ हैं, पर इनसे गिनती फिर से शुरू नहीं होती।

अटक गई? आखिरी बार छूने वाला आउट।

9 डबल



एक शॉट उनकी दोनों मेज़ों पर, फिर ज़मीन पर।
बीच में किसी ने छुआ, तो डबल नहीं।

फ़्रीस्टाइल दोनों विरोधी आउट
प्रतिस्पर्धी 2 अंक

10 प्रतिस्पर्धी

2-2 की तय टीमें · कोई लाइन नहीं · आउट की जगह अंक

21
2 की बढ़त से जीत
मैच 1, 3, 5 या 7 सेट का। समय कम है? 15 या 11 तक खेलें।

5
सर्विस प्रति खिलाड़ी
फिर सर्विस आगे बढ़ती है, चारों खिलाड़ियों से होकर:
A — C — B — D

10
साइड बदलें
हर 10 अंक पर: 10, 20, 30...

2
डबल पर
2 अंक, पर सर्विस सिर्फ़ 1 खर्च।

- **हर आउट दूसरी टीम का एक अंक है।**
- **सर्विस चूकी = उनका अंक।** दोबारा मौका सिर्फ़ सेट या मैच पॉइंट का सामना करते समय।
- **सेट पॉइंट पर, पीछे चल रही टीम स्कोर बराबर होने तक सर्व करती है।**
- **पहली सर्विस: पत्थर, कागज़, कैंची।** बाद के सेटों में अदल-बदल।

गेंद छुई? मान लें। • विवाद? अंक दोबारा खेलें।

पूरे नियम: HANTIS.NET/NIYAM