



轻排（气排）的安全注意事项

◆不要无谓的起跳拦网

当对方的球，传到两米线内，并只能在两米线内击球的时候，不要跳起来拦网，因为对方的球必须明显弧度过网，一方面是因为球，会高过网比较多，拦不到；另一方面是，球在两米线内，对方处理球的时候，人离网很近，甚至可能为了救球而冲过网，所以跳起来拦网，下来以后，很容易踩到对方的脚，而引起崴脚，骨折的运动事故等等！

◆不要冲向网去拦网，容易造成触网和把脚伸过对方，网前球处理时，一定要控制自己不要把脚超过中线。

◆不要冲去其他队友的位置打球，容易引起相撞，踩脚等事故。

◆拒绝拼搏精神，打到球场外危险的球，就不要去救了！

轻排有一定的技术性，初学者要循序渐进，慢慢学习和练习，发球，一传，二传，扣球，拦网和球队的整体配合等等。

轻排（气排）的球场注意事项

◆轻排是团体的轻松娱乐健身活动方式，球友之间尽量笑脸鼓励，不要臭脸指挥，生气打球。大家都是用宝贵时间，花钱来玩的！

◆运动中引起的受伤和事故，是个人要去承担的风险，跟其他人和组织没有关系。组织者只能尽量去提供安全的打球场所和提醒注意事项。

◆打球时会有球友拍照，拍视频发到社交群和网站，如果不想自己被拍，要告诉组织者和其他人。不是别人要去征求你同意，是你要去告诉别人不要拍你！或者告诉别人把自己不喜欢的相片，视频删除。

轻排联盟鼓励更多人和团体去组织轻排活动，提供大家自由选择去哪里玩，跟谁玩！

安全第一！娱乐第一！友谊第一！

www.wlvl.org