

Softboll

- Innelaget försöker få poäng genom att passera de fyra baserna så många gånger som möjligt medan utelaget försöker spela ut dem
- Pitchern (kastaren) kastar med underhandskast och löparen får inte stjäla baser
- Laget består av 9 spelare
- En match består av sju omgångar (Innings)
- Det lag som får flest poäng (runs) vinner
- En poäng erhålls om löparen fullbordar ett varv och rör varje bas i tur och ordning
- En spelare kan inte göra poäng före en spelare som var slagman före honom. Får alltså inte springa om och alla måste lämna sina baser
- Strike (slag) är när bollen kastas till slagmannen inom kastzonen och som slagmannen inte slår på eller om han slår på den men missar.
- En slagman får ha 3 slag emot sig därefter är han bränd. 4 boll och 3 strike.
- ”Boll” är en boll som kastas utanför kastzonen och som inte slagmannen slagit på. Efter fyra bollar får slagmannen gå till första basen.
- Innelag och utelag = offensivt och defensivt
- Bunt = blockerar med slagträet
- 1:a, 2:a, 3:e basman
- Catcher, pitcher och slagman
- Infieldsspelare och outfieldsspelare
- Slagordning = viktigt att komma ihåg hur man stod då man byter.
- Korrekt kastat ska passera genom en tänkt zon som finns mellan slagmannens knä och armhåla och över hemplattan

Hur man bränner (3 bränningar för att byta)

- Slagmannen är bränd om:
 - Pitchers har kastat 3 strike utan slagmannen träffat
 - Utelaget kastar boll till första basen innan slagmannen hunnit dit
 - Utelaget tar lyra
- Löparen är bränd om:
 - Bollen hinner före löparen till den bas han eller hon är på väg
 - Löparen vidrör en slagen boll
 - Löparen avviker kraftigt från löplinjen.