

(3) 球拍應為無光澤，兩面必需一面為鮮紅色與黑色及桌球明顯可區別之鮮艷顏色、一面為黑色。

(4) 比賽中，若要更換球拍，應向裁判及對方出示球拍並容許他們檢查。

【球員服裝】

1. 服裝包括短袖上衣、短褲或短裙、短襪和運動鞋，其主體顏色應明顯的與所用球的顏色不同。
2. 在團體賽中的同隊球員或同一協會組成的雙打配對，除鞋襪外，其服裝應一致。

【賽場·賽局·間歇】

1. 一場比賽（賽場）為五局或七局，先取得三局或四局者為勝；一局（賽局）的勝敗是先取得 11 分的一方為勝利，但雙方均得 10 分的情況下，以先領先對方 2 分的一方獲勝。
2. 每場比賽前，每一方可練球 2 分鐘，每局間休息 1 分鐘。
3. 每一局當得分達 6 分時，選手可用毛巾擦汗，但最終局有交換場地時亦可用毛巾再擦汗一次。
4. 每一方球員在一場比賽中均可享有 1 分鐘的暫停時間。
5. 暫停可以由球員、單項指定教練或團體賽的隊長或教練提出。

【計分】

桌球比賽是採「勝球積分」方式，不管發球或接發球，勝一球即得 1 分。球員有下列情況應判得 1 分：

1. 對方未能做有效的發球，或未能做有效的回擊。
2. 球員完成有效的發球或回擊後，球在被對方拍擊前，觸及球網組合以外的任何物。
3. 對方擊球後，球尚未觸及接球方的檯區。
4. 對方阻擋來球、連續兩次擊球或以不符合規定之拍面擊球。

註：一方擊球後，球尚未觸及對方檯區，亦尚未越過對方的端線時（球好像要出界之前），球觸及接球方的手部或其穿戴的任何物品，判為接球方阻擋犯規，擊球方得 1 分。

5. 對方或任何其他穿戴物是動比賽檯面。
6. 對方或任何其他穿戴物觸及球網組合。
7. 對方非執拍手觸及比賽檯面或球網組合。
8. 雙打時，對方未按首次發球員及接發球員依次輪換順序擊球。

9. 當球被對方回擊後，如果球穿過球網、或球網與網柱之間、或球網與球檯面之間。

【發球】

1. 選擇首先發球、接發球及方位的權利，應以猜拳或是擲錢幣方式決定。勝方得選擇首先發球、接發球或開始時之方位。
2. 每獲 2 分之後，接發球方即成為發球方。
3. 一局中首先發球的一方，在該場下一局變為接發球方；在雙打決勝局中，當一方先得 5 分時，接發球方應交換接發球次序。

4. 開始發球時，球應放在發球員靜止狀態且手掌張開的非執拍手掌心上，且在發球方端線之後及檯面水平之上。

5. 發球員將球接近垂直地向上拋起，至少升離非執拍手 16 公分以上，且不得使球旋轉。

註：當球從拋軌之最高點下降，該發球員應予擊球。

6. 從球拋起瞬間到擊球為止，球及球拍均應在檯面的水平面上。
7. 當發球擊球時，球的位置應在發球方端線後方，但不得超過發球員的軀幹（不包括手臂、頭部或腿部）離其端線最遠的部分。
8. 發球員顯然未依有效規定發球時，應不予警告而判失 1 分。
9. 在雙打比賽中，裁判員對其中一名球員的發球合法性有懷疑時，可先作出警告，若該隊球員任何一人在同一場比賽的發球合法性再受到懷疑，裁判員毋需警告，應判接發球方得 1 分。

【促進制度】

1. 如果一局比賽進行到 10 分鐘仍未結束（雙方都已獲得至少 9 分時除外），或者在此之前任何時間應雙方運動員要求，應實行促進制度。
2. 一局比賽如雙方比數得分已達 18 分以上，則不實施促進制度。
3. 發球和接發球次序仍然不變，但每人只輪發 1 分球。
4. 接發球方在一回合中完成 13 次有效的回擊，則判接發球方得一分。
5. 促進制度一經實行，該場比賽剩餘的各局都必需施行。

【重新發球】

1. 該回合有下列情形應重發球：
 - (1) 發球時，球越網時觸及球網組合的有效球；或觸及球網組合後被接發球員或其他同伴阻擋。
 - (2) 球若已發出，接發球方尚未準備接球且未試圖擊球。
 - (3) 因無法控制之干擾，致未能依規定做有效的發球或回擊。
 - (4) 裁判員或副裁判員中斷比賽。
2. 比賽得於下列情形中斷：
 - (1) 因糾正發球、接發球次序或方向錯誤；或因改採促進制度、因警告或處罰球員。
 - (2) 因比賽條件受干擾，致該回合的結果可能受影響。

【桌球比賽】

1. 除奧運會外，正式的桌球比賽有七項：男子團體賽、女子團體賽、男子單打、女子單打、男子雙打、女子雙打和男女混合雙打。
2. 單打比賽採五局三勝或七局四勝制，每局換邊一次。
3. 單打比賽中，五局三勝制中的第五局，或七局四勝制中的第七局，在任何一邊先得 5 分時，還要再換邊一次。
4. 雙打規則基本與單打同，但發球必需在右半區內，決勝局交換方位時，接發球方需調換接球員。