

Spielregeln Unihockey



1. Team

- Pro Team befinden sich maximal 3 Feldspieler/innen und 1 Torhüter/in auf dem Spielfeld.
- Der Torhüter darf durch einen weiteren Feldspieler ersetzt werden.
- Ein Team besteht aus mind. 4 und max. 7 Teilnehmer/innen.
- Alle Spieler/innen (inkl. Torhüter) dürfen jederzeit ersetzt werden.
- (Frauentore zählen doppelt.)

2. Bully

- Bully am Mittelpunkt bei Spielbeginn und Torerfolg (dabei müssen sich beide Teams in ihrer Spielhälfte befinden).
- Ein Bully kann auf einem der anderen 6 Bullypunkte erfolgen (die anderen Spieler müssen sich mind. 2 m entfernt halten, jedoch nicht in der eigenen Spielhälfte aufhalten).
- Das Signal für das Bully bei Spielbeginn erfolgt durch den jeweiligen Schiedsrichter des Feldes mittels Pfiff.

3. Freistoss

- Er wird unmittelbar am Ort des Vergehens ausgeführt.
- Freistöße hinter der Torlinie werden auf dem nächstgelegenen Bullypunkt ausgeführt.
- Der Gegner (inkl. Stock) muss sofort 2 m Abstand einnehmen.

4. Penalty

- Verhindert ein Spieler durch Regelwidrigkeit eine sichere Torchance, ist dem benachteiligten Team ein Penalty zuzusprechen.
- Beim Penalty muss der Ball immer in einer Vorwärtsbewegung sein.
- Der Schütze startet am Mittelpunkt.
- Fällt kein Tor, erfolgt ein Bully am nächsten Bullypunkt.

5. Stockvergehen

- Mit dem eigenen Stock darf nicht auf den Stock oder Körper des Gegners geschlagen werden.

6. Hoher Stock

- Ausholen über Hüfthöhe ist verboten, sofern dadurch ein Gegenspieler gefährdet wird.
- Über Kniehöhe darf der Ball nicht mehr mit dem Stock gespielt werden.

7. Einsatz des Körpers

- Ein Spieler der am Boden liegt, darf den Ball nicht absichtlich berühren.
- Im Kampf ist ein Abdecken des Balles mit dem Körper erlaubt.
- Leichtes Stossen mit der Schulter ist erlaubt.
- Festhalten, Stossen mit den Händen und rückwärts in den Gegner laufen ist verboten.
- Einem Spieler darf der Weg nicht versperrt werden.

8. Spiel mit dem Fuss

- Fusspass ist erlaubt (ein Freistoss darf nicht mit dem Fuss ausgeführt werden).
- Doppelfuss wird mit einem Freistoss für das gegnerische Team geahndet.

9. Spiel mit Hand, Arm und Kopf

- Es ist nicht erlaubt, den Ball mit der Hand, dem Arm oder dem Kopf absichtlich zu spielen.

10. Torhüter

- Der Torhüter spielt ohne Stock.
- Er darf den Ball nur halten, wenn mind. ein Körperteil den Boden im Torraum berührt.
- Blockiert er den Ball länger als 3 Sek., erfolgt ein Freistoss für den Gegner 2,5 m ausserhalb des Torraumes.
- Beim Auswurf muss der Ball vor der Mittellinie den Boden oder einen Spieler berühren.

11. Torraum

- Im Torraum darf sich kein Feldspieler befinden.

12. Strafen

- Wir bitten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Spielregeln einzuhalten. Bei einer groben Regelverletzung wird gegen den Verursacher eine 2 min Strafe ausgesprochen.

13. Spielzeit und Anzahl Spiele

- Es wird auf Zeit gespielt (Spielzeit und Anzahl Spiele wird nach Anzahl der Teilnehmenden definiert). Die Spielzeit läuft durch und wird nicht unterbrochen.