

Wichtigste Spielregeln

Aus Gründen der Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen die männliche Form gewählt, es ist jedoch immer auch die weibliche Form mitgemeint.

1. Spielbeginn / Bully

Zu Beginn jedes Spieles erfolgt ein Bully am Mittelpunkt. Zwei gegnerische Spieler stehen sich gegenüber und halten ihre Schläger parallel auf jeder Seite des Balles, ohne ihn zu berühren; die Schaufelspitze zeigt in Angriffsrichtung. Auf Pfiff des Spielleiters ist der Ball freigegeben.

2. Nach einem Torerfolg

Nach einem Torerfolg **erfolgt ein Bully**. Trainer und Spielleiter sind angehalten darauf zu achten, dass nach einem Torerfolg zügig weitergespielt wird (keine langen Jubelszenen).

3. Freischlag / Ausball

Kommt es zu einem Ausball (der Ball verlässt das Spielfeld) oder einem Vergehen, wird das Spiel durch Pfiff des Spielleiters unterbrochen. Es gibt Freischlag.

Dieser wird unmittelbar am Ort des Vergehens oder bei einem Ausball maximal 1 Meter von der Bande entfernt ausgeführt. Freischläge hinter der verlängerten Torlinie werden auf dem nächstgelegenen Bullypunkt ausgeführt. Der Gegner (und sein Stock) muss sofort 2 Meter Abstand nehmen. Bei nicht relevantem Missachten soll das Team/Spieler ermahnt werden. Bei deutlichem Nichteinhalten soll eine kleine Bankstrafe 2' ausgesprochen werden.

ALLE Freischläge (auch nach Ausbällen) können direkt zu einem Torerfolg führen.

4. Stockvergehen

Das Ausholen und Ausschwingen über Hüfthöhe sind verboten. Über Kniehöhe darf der Ball nicht mehr mit dem Stock gespielt werden. Mit dem eigenen Stock darf nicht an den Stock des Gegners oder dessen Körper geschlagen werden (auch nicht seitlich, von unten oder von oben). **Wiederholte Vergehen oder destruktives Verhalten, sollen mit einer kleinen Bankstrafe (2') geahndet werden. Stockschläge, welche eine grosse Torchance verhindern, oder eine Überzahlsituation in Angriffsrichtung verhindern, sollen je nach Ort des Geschehens ebenfalls mit einer kleinen Bankstrafe (2') oder Strafstoß geahndet werden.**

5. Körperspiel

Im Zweikampf ist ein Abdecken des Balles mit dem Körper zulässig. Das Festhalten, Stossen mit den Händen und rückwärts in den Gegner Laufen ist verboten und wird in der Regel mit einem Freischlag geahndet (Ausnahme: **bei sehr harten Vergehen und beim Verhindern sehr guter Torchancen mit einer kleinen Bankstrafe (2')**). Das Hineinrennen in den Gegner, Halten und Checken werden mit einem Freischlag verwahrt (Ausnahme: **bei sehr harten Vergehen und beim Verhindern sehr guter Torchancen mit einer kleinen Bankstrafe (2')**).

6. Ball

Der Ball muss mit dem Stock gespielt werden. Mit dem Fuss darf sich der Spieler den Ball einmal selbst vorlegen. Auch ein Fusspass zum Mitspieler ist erlaubt. Absichtliche Fusstore sind nicht erlaubt (Freischlag). Es ist nicht erlaubt, aufzuspringen und dabei den Ball über dem Knie zu spielen/anzunehmen (Freischlag) oder mit dem Kopf zu spielen (Freischlag).

Es ist ebenfalls nicht erlaubt, den Ball absichtlich mit den Armen/Händen (Handspiel), oder auf dem Boden liegend zu spielen (Bodenspiel). Diese Vergehen haben eine kleine Bankstrafe (2') zur Folge.

7. Torhüter und Schutzraum

Der Torhüter spielt ohne Stock. Er ist in seinen Abwehraktionen frei, solange die Aktion dem Ball gilt. Er darf den Ball nur halten, wenn mindestens ein Körperteil den Boden im Torraum berührt. Der Torhüter darf beim Auswurf nicht behindert werden. Beim Auswurf muss der Ball vor der Mittellinie den Boden, einen Spieler oder dessen Ausrüstung berühren. Im Schutzraum darf sich kein Feldspieler (auch keiner aus dem eigenen Team) befinden. **Wehrt der verteidigende Spieler den Ball ab**, indem er (deutlich) im Schutzraum steht, dann erhält die gegnerische Mannschaft einen **Strafstoss zugesprochen**. Sollte sich ein Angreifer im Schutzraum befinden, wird das Spiel zu Gunsten des gegnerischen Teams unterbrochen (Freischlag).

8. Fairplay / Zeitstrafen

Bei Vergehen gegen das Fairplay werden die Spieler durch den Spielleiter verwarnt. Der Spielleiter erklärt dem fehlbaren Spieler sein Vergehen und korrigiert ihn. Es können **bei schweren Vergehen auch kleine Bankstrafen (2')** ausgesprochen werden. Es wird erwartet, dass die Trainer ebenfalls Einfluss auf die eigenen Spieler nehmen und sich dementsprechend positiv einbringen.

G. Time-Out

Jedes Team darf pro Spiel ein Time-Out (30 Sek.) beziehen.

10. Wechselfehler

Wechselfehler (zu viele Spieler gleichzeitig auf dem Feld) haben eine **kleine Bankstrafe (2')** zur Folge.

11. Spielerwechsel

Bei den D-Junioren ist der Wechselrhythmus dem Staff überlassen und nicht mittels Piepton vorgegeben.

Quelle: grösstenteils Swiss Unihockey, einige Punkte übernommen von JLZ-Interpretationen und ergänzt für die neue Saison durch den ZSUV.