

# Unihockey - Regeln (Kleinfeld modifiziert)



**Oberster Grundsatz ist beim Unihockey das faire, körperlose Spiel!**

## **Mannschaftsgröße**

Eine Mannschaft besteht aus max. 8 Spielern. Gespielt wird 4 gegen 4.

## **Spielfeld**

Siehe Spielfeldaufteilung

## **Spielbeginn**

Das Spiel beginnt immer durch einen Bully am Mittelpunkt. Gleiches gilt nach einem Tor.

## **Wechsel**

Beim Wechseln zählt folgendes: Freier/fliegender Wechsel und keine begrenzten Wechsel.

## **Freischlag**

Bei einem Freischlag muss der Abstand des Gegners mindestens 2 Meter betragen. Einen direkten Schuss auf das Tor ist erlaubt.

## **Strafstoß/Penalty**

Einen Strafstoß oder auch Penalty gibt es, wenn durch einen Regelverstoß ein sicherer Torerfolg verhindert wird.

Dieser Strafstoß wird von einem vorgegebenen Punkt (siehe Spielfeldaufteilung) ausgeführt. Der Strafstoß wird ohne Torwart und durch den Spieler, der in der vorherigen Aktion ein Tor erzielen wollte, ausgeführt.

## **Spiel mit Fuß, Hand, Arm und Kopf**

Das Stoppen des Balles mit dem Fuß und sich selber vorlegen ist erlaubt. Ebenfalls erlaubt ist die Ballannahme mit dem Körper.

Pässe und Torschüsse mit dem Fuß, das zweimalige Berühren nacheinander („Fussdribbeln“) und das Spiel mit Armen oder Kopf sind verboten und führen zu einem gegnerischen Freistoß.

Wenn sich der Ball in der Luft und oberhalb des Knies befindet, darf der Ball mit der Hand gefangen werden, muss jedoch sofort wieder auf den Boden abgelegt werden. Das Spiel geht normal weiter.

## **Körperinsatz**

Körperinsatz (Stoßen, Halten, Weg versperren des Gegners) ist verboten.

Der Ballführende darf nicht rückwärts in den Gegner hineinlaufen. Dies wird als Stürmerfoul gewertet und ergibt einen Freistoß an der Stelle, wo das Foul entstand.

## **Hoher Stock und Stockvergehen**

Den Ball spielen oder annehmen ist bis Kniehöhe erlaubt.

Den Stock heben und einen Schlag von oben ausführen ist strengstens verboten.

Hat ein Spieler seinen Schläger nicht mehr in Hand, wird das Spiel sofort unterbrochen:

- Wenn der Schläger ohne Absicht den Boden berührt, erfolgt der Wiederanpiff durch einen Bully.
  
- Bei absichtlichem Bodenkontakt des Schlägers (z.B. werfen), erfolgt der Wiederanpiff durch ein Freistoß für die gegnerische Mannschaft.

## **Bodenberührung**

Bodenkontakt dürfen nur die Füße und der Schläger haben. Bei jeglichen anderen Körperteilen, wird das Spiel unterbrochen. Es erfolgt ein Freistoß für die gegnerische Mannschaft.

## **Zone**

Die eingezeichnete Zone vor dem Tor (siehe Spielfeldaufteilung) darf weder betreten, noch übersprungen werden. Diese Regel gilt für alle Spieler.

Jeder Verstoß wird mit einem Freistoß oder einem Strafstoß bestraft:

- Ein Freistoß wird ausgeführt, wenn sich ein Angreifer in der Zone aufhält, sie betritt oder überspringt. Dieser Freistoß erfolgt durch die verteidigende Mannschaft.
  
- Ein Strafstoß wird gepfiffen, wenn sich ein Verteidiger in der Zone aufhält, sie betritt oder überspringt. Dieser Strafstoß wird durch die angreifende Mannschaft ausgeführt.

