

Die 16 wichtigsten Unihockey-Spielregeln für die Schule



1. Teamgrösse

Ein Team besteht aus mehreren Feldspielern und einem Torhüter. Pro Team befinden sich maximal 3 Feldspieler und ein Torhüter gleichzeitig auf dem Spielfeld. Der Torhüter darf durch einen weiteren Feldspieler ersetzt werden.

2. Spielbeginn

Zu Beginn jedes Spielabschnittes und nach einem Torerfolg erfolgt ein Bully am Mittelpunkt. Beide Teams befinden sich dabei in ihrer Spielfeldhälfte. Nach sämtlichen Spielunterbrüchen wird das Spiel durch einen Pfiff des Schiedsrichters wieder freigegeben.

3. Spieleraustausch

Ein Spieler (inkl. Torhüter) darf jederzeit ersetzt werden. Der einwechselnde Spieler darf das Spielfeld erst betreten, wenn es der auswechselnde Spieler verlassen hat.

4. Bully

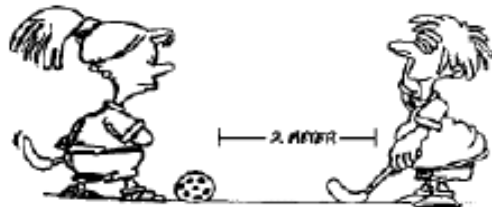
Ein Bully kann nur auf dem Mittelpunkt oder auf einem der sechs Bullypunkte erfolgen. Andere Spieler müssen sich mindestens zwei Meter von den Ausführenden entfernt aufhalten. Zwei gegnerische Spieler stehen sich mit dem Rücken zur eigenen Torlinie am liegenden Ball gegenüber und halten ihre Schläger parallel auf jeder Seite des Balles, ohne ihn zu berühren; die Schaufelspitze in Angriffsrichtung. Auf Pfiff vom Schiedsrichter ist der Ball freigegeben.

5. Ausball

Verlässt der Ball das Spielfeld oder berührt er Gegenstände über dem Spielfeld, erhält das Team, das den Ball nicht zuletzt berührt hat, einen indirekten Freischlag zugesprochen. Dieser wird am Ort und max. 1 Meter von der Bande entfernt ausgeführt.

6. Freischlag

Er wird unmittelbar am Ort des Vergehens ausgeführt. Freischläge hinter der verlängerten Torlinie werden auf dem nächstgelegenen Bullypunkt ausgeführt. Der Gegner (inkl. Stock) muss sofort zwei Meter Abstand nehmen. Bei Nichteinhalten des Abstandes wird eine Zweiminutenstrafe ausgesprochen.



7. Strafstoß (Penalty)

Verhindert ein Vergehen eine sichere Torchance, ist dem benachteiligten Team ein Strafstoß zuzusprechen. Der Schütze startet am Mittelpunkt. Sobald der Schütze den Ball berührt, darf der Torhüter die Torlinie verlassen. Der Spieler **oder** der Ball muss stetig in einer **vorwärts** Bewegung sein, bewegen sich Spieler **und** Ball gleichzeitig rückwärts ist dies ein Fehler und der Penalty ist vorbei. Ein Nachschuss ist nicht erlaubt. Fällt kein Tor, erfolgt ein Bully am nächsten Bullypunkt.



8. Stockvergehen

Mit dem eigenen Stock darf nicht auf den Stock des Gegners oder dessen Körper geschlagen werden (auch nicht seitlich oder von unten). Wiederholte oder härtere Vergehen sowie Vergehen von hinten werden mit einer Zweiminutenstrafe bestraft.

9. Hoher Stock

Das Ausholen über Hüfthöhe ist verboten. Über Kniehöhe darf der Ball nicht mehr mit dem Stock gespielt werden. Das Ausschwingen nach vorne ist grundsätzlich erlaubt, wenn niemand in der Nähe steht.



10. Einsatz des Körpers

Im Kampf ist ein Abdecken des Balles mit dem Körper zulässig. Festhalten, Stossen mit den Händen und rückwärts in den Gegner laufen ist verboten. Einem Spieler darf der Weg nicht versperrt werden. Hineinrennen in den Gegner, Halten und Checken wird in jedem Fall mit einer Zweiminutenstrafe bestraft.



11. Spiel mit dem Fuss

Der Ball darf mit dem Fuss gespielt werden. Dabei ist ein eigenes Zuspiel oder ein Pass zum Mitspieler erlaubt. Nach jedem Kontakt mit dem Fuss ist jedoch zwingend wieder eine Berührung mit dem Schläger notwendig. Mehrmaliges Spielen mit dem Fuss, ohne dass dazwischen der Stock den Ball berührt, ist verboten.

12. Spiel mit der Hand, dem Arm und dem Kopf

Es ist nicht erlaubt, den Ball mit der Hand, dem Arm oder dem Kopf absichtlich zu spielen. Das spielen des Balles mit dem Arm oder der Hand wird mit einer Zweiminutenstrafe bestraft. Das Spielen des Balles mit dem Kopf wird mit einem Freischlag für das gegnerische Team geahndet.

13. Bodenspiel

Ein Feldspieler darf nur mit seinen Füßen und einem Knie sowie der Stockhand Bodenkontakt haben. Berührt er den Boden mit einem anderen Körperteil, und wird dabei der Ball absichtlich gespielt, wird dies mit einer Zweiminutenstrafe geahndet. Insbesondere ist es untersagt, sich in den Schuss zu werfen.

14. Vorteil

Wenn für ein Team trotz eines Vergehens gegen sie, ein Vorteil entsteht (z.B. Ballbesitz, Tor), wird der Vorteil gewährt und das Spiel nicht unterbrochen. Der Vorteil kann auch bei Vergehen angewendet werden, die zu einer Zeitstrafe oder einem Strafstoss führen würden, wobei die Strafe oder der Strafstoss angezeigt wird. Sobald die Vorteilsituation beendet ist, wird das Spiel unterbrochen und die notwendigen Strafen ausgesprochen.

15. Torhüter

1. 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 (dies gilt auch während der Ausführung eines Strafstosses). Ausserhalb des Torraumes wird er als Feldspieler (ohne Stock) betrachtet. Bei einer Abwehr ausserhalb des Torraumes (ausg. Fussspiel) ist der Torhüter mit einer Zweiminutenstrafe zu bestrafen. Der Torhüter darf beim Auswurf nicht behindert werden. Beim Auswurf mit der Hand muss der Ball vor der Mittellinie einen Spieler oder dessen Ausrüstung berühren.

2. Spielt der Torhüter mit einem Schläger, gilt die Schutzraumregel nicht.

16. Torraum/Schutzraum

Zum Schutze des Torhüters gibt es den Schutzraum. In ihm darf sich kein Feldspieler befinden. Auch keiner aus dem eigenem Team. Alle Freischläge im Torraum werden 2,5 Meter ausserhalb des Schutzraumes ausgeführt.