



UNIHOKEY

Regeln für die Schule



Mit über 30 000 Lizenzierten hat sich Unihockey zu einer der beliebtesten Teamsportarten der Schweiz entwickelt. Der Schulsport stand am Ursprung des Unihockeybooms, wo diese Spielform aus dem Bedürfnis hervorgegangen war, auf einfachste und sicherste Art ein Stockspiel in die Sporthalle zu bringen. So entwickelte sich rund um den Ball geeignetes Material und ein adäquates Regelwerk.

In der Schule wird meist die ursprüngliche Form mit 3 Feldspielerinnen und einer Torhüterin gespielt, wobei sich national und international das Grossfeld mit 5 Feldspielerinnen etabliert hat. Besonders auf der Primarschulstufe sind Spielformen ohne Goalie durchaus sinnvoll. Wird dann mit Torhüterin gespielt, ist auf eine umfassende Schutzausrüstung zu achten. Beim Stockmaterial ist vor allem die richtige Länge wichtig um die technischen Fertigkeiten auch zufriedenstellend und sicher schulen zu können. Vertikal aufgestellt sollte der Schaft bis etwa Bauchnabelhöhe reichen. Bei Schulturnieren können die Zeitstrafen je nach Spieldauer 1 oder 2 Minuten betragen.



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 jederzeit 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.

3. Spielerwechsel

Eine Spielerin (inklusive Torhüterin) darf jederzeit ersetzt werden. Die einwechselnde Spielerin darf das Spielfeld erst betreten, wenn es die auswechselnde 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 der Mittellinie darf das Gastteam die Stockseite wählen, auf der verlängerten Torlinie der Verteidiger. Auf Pfiff 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 maximal 1m 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. Die Gegnerin (inklusive Stock) muss 2m Abstand halten. Bei Nichteinhalten des Abstandes wird eine Zeitstrafe 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 Ball ist während der Ausführung immer in Vorwärtsbewegung. 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 der Gegnerin oder dessen Körper geschlagen werden. Ebenso darf weder der gegnerische Stock hinunter noch hinauf gedrückt werden. Wiederholte oder härtere Vergehen, sowie Vergehen von hinten, werden mit einer Zeitstrafe geahndet.

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 Gegenspieler nicht gefährdet sind.



10. Einsatz des Körpers

Beim Ballführen ist ein Abdecken des Balles mit dem Körper zulässig. Ebenso ist ein leichtes Stossen mit der Schulter erlaubt. Festhalten, Stossen mit den Händen und rückwärts in die Gegnerin laufen ist verboten. Einer Spielerin darf der Weg nicht versperrt werden. Hineinrennen in die Gegnerin, Halten und Checken wird in jedem Fall mit einer Zeitstrafe belegt.

11. Spiel mit dem Fuss

Der Ball darf mit einer kontrollierten, gezielten (= Fusspass) oder unkontrollierten (= Kickpass) Bewegung einem Mitspieler zugespielt werden. Ein Tor auf einen Fusspass zählt, wenn der Ball mit dem Stock/Körper eines eigenen/gegnerischen Spielers abgelenkt wird. Ein Tor auf einen Kickpass zählt nur dann, wenn ein eigener Spieler den Ball mit dem Stock ins Tor lenkt. Mehrmaliges absichtliches Spielen mit dem Fuss, ohne dass dazwischen ein Stock oder Mitspieler den Ball berührt, ist verboten.

12. Spiel mit Hand, Arm oder Kopf

Es ist nicht erlaubt, den Ball absichtlich mit der Hand, dem Arm oder dem Kopf zu spielen. Diese Vergehen werden mit einer Zeitstrafe geahndet. Hochspringen, wobei beide Füße den Boden verlassen, ist ebenfalls verboten, sofern der Ball dabei berührt wird.

13. Bodenspiel

Eine Feldspielerin darf nur mit ihren Füßen und einem Knie sowie der Stockhand Bodenkontakt haben. Berührt sie den Boden mit einem anderen Körperteil, und wird dabei der Ball absichtlich gespielt, wird dies mit einer Zeitstrafe geahndet. Auch ist es untersagt, sich in den Schuss zu werfen.

14. Vorteil

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

15. Torhüterin

Die Torhüterin spielt ohne Stock und ist in ihren Abwehrreaktionen frei, solange die Aktion dem Ball gilt. Sie darf den Ball nur halten, wenn mindestens ein Körperteil den Boden im Torraum berührt (dies gilt auch bei einem Strafstoß). Ausserhalb des Torraumes wird sie als Feldspielerin (ohne Stock) betrachtet. Bei einer Abwehr ausserhalb des Torraumes (ausgenommen Fussspiel) ist sie mit einer Zeitstrafe zu bestrafen. Blockiert sie den Ball länger als 3 Sekunden, erfolgt ein Freischlag für die Gegnerin 2,5 m ausserhalb des Schutzraumes. Sie darf beim Auswerfen nicht behindert werden. Beim Auswurf muss der Ball vor der Mittellinie eine Spielerin, deren Ausrüstung, den Boden oder die Bande berühren.

16. Rückpassregel

Ein Rückpass zum Torhüter ist nicht erlaubt. Nimmt der Torhüter den Ball trotzdem in die Hand, erfolgt ein Freischlag 2,5 Meter ausserhalb des Schutzraumes.

17. Torraum/Schutzraum

Zum Schutze der Torhüterin gibt es den Schutzraum, in dem sich weder Gegen- noch Mitspielerin aufhalten dürfen. Alle Freischläge im Torraum werden 2,5 m ausserhalb des Schutzraumes ausgeführt.

18. Vergehen in der letzten Spielminute

Statt eines Freischlages wird in der letzten Spielminute nach Ermessen der Spielleitung ein Penalty gegen das fehlbare Team gepfiffen, wenn ein Regelverstoss zu einer Zeitstrafe führen würde oder der Ball absichtlich aus dem Spielfeld gespielt/geworfen wird.