

# ***REGLER FOR INNENDØRS HOCKEY fra 1. Mai 2009***

***Regler for Innendørs Hockey inkludert  
forklaringer Med virkning fra 1 mai 2009***

*Kopirettigheter © FIH 2009*

*The International Hockey Federation*

*Rue du Valentin 61*

*CH - 1004 Lausanne*

*Sveits*

*Tlf. : + 41 21 641 0606*

*Faks: + 41 21 641 0607*

*E-post: [info@worldhockey.org](mailto:info@worldhockey.org), Internett: [www.worldhockey.org](http://www.worldhockey.org), Foto  
omslag: FIH / Gordon Morrison 2*

## ***Ansvar og ansvarsbyrde***

*Deltakerne i innendørs hockey må være oppmerksomme på reglene  
for Innendørs Hockey og annen informasjon i denne publikasjonen.*

*Deltakere forventes å spille i henhold til reglene. Det legges vekt på, sikkerhet for alle som er involvert.*

*Spillet må spilles med hensyn til sikkerheten til andre. Relevant nasjonal lovgivning må følges.*

*Spillere må forsikre at deres utstyr ikke utgjør noe fare for dem selv eller for andre ved kvaliteten, materialet eller designet til utstyret,*

*The International Hockey Federation (FIH) påtar seg ikke ansvar for eventuelle feil eller manglende overholdelse av fasiliteter og er ikke ansvarlig for eventuelle konsekvenser som følge av bruken.*

*Enhver gjennomgang av anlegg eller utstyr gjennomført før en kamp er begrenset til å sikre helhetlig utseende, etterlevelse og sportslige krav.*

*Dommerne utøver en viktig rolle i å styre spillet og å sikre fair play.*

## ***Gjennomføring og Autoritet***

*Reglene for Innendørs Hockey gjelder for alle innendørs hockey spillere og Offisielle. Nasjonale organer har skjønnet til å bestemme datoen for gjennomføringen på nasjonalt plan. Datoen for implementeringen for internasjonal konkurranse er 1. mai 2009. Reglene For Innendørs Hockey er utstedt av Hockey regler styret under autoriteten til International Hockey Federation. Opphavsrett er holdt av The International Hockey Federation.*

## ***Tilgjengelighet av reglene***

*Informasjon om tilgjengeligheten av reglene for Innendørs Hockey finnes på FIH nettstedet og informasjon om kjøp av regel bøker er inkludert på slutten av denne publikasjonen.*

## **INNHold**

<i>Innledning .....</i>	<i>4</i>
<i>Terminologi .....</i>	<i>9</i>

### **Spilletts gang**

<i>1 Banen .....</i>	<i>11</i>
<i>2 Sammensetning lag .....</i>	<i>12</i>
<i>3 kapteiner .....</i>	<i>15</i>
<i>4 spillere "klær og utstyr.....</i>	<i>16</i>
<i>5 kamp og resultater .....</i>	<i>18</i>
<i>6 Starte og re-starte kampen .....</i>	<i>20</i>
<i>7 Ball utenfor banen .....</i>	<i>21</i>
<i>8 Metoder for skåring .....</i>	<i>22</i>
<i>9 Oppførsel spillestil: spillere .....</i>	<i>23</i>

<i>10 Oppførsel: keepere ..</i>	<i>26</i>
<i>11 Oppførsel: dommere.....</i>	<i>28</i>
<i>12 Straff .....</i>	<i>29</i>
<i>13 Prosedyrer for å ta straffer .....</i>	<i>31</i>
<i>14 Personlig straffer .....</i>	<i>39</i>

## ***Dømming***

<i>1 Formål .....</i>	<i>40</i>
<i>2 Bruk av reglene .....</i>	<i>41</i>
<i>3 Dommer ferdigheter .....</i>	<i>43</i>
<i>4 Dømming signaler .....</i>	<i>46</i>

## ***BANE OG UTSTYR SPESIFIKASJONER***

<i>1 Bane og bane utstyr .....</i>	<i>49</i>
<i>2 Køllen .....</i>	<i>56</i>
<i>3 Ball .....</i>	<i>61</i>
<i>4 Keeper utstyr .....</i>	<i>61</i>
<i>Tilleggsinformasjon.....</i>	<i>62</i>
<i>Oversettelse.....</i>	<i>68</i>

## **INNLEDNING REGEL PERIODEN**

*Initiativet i den siste utgaven av Reglene for Innendørs Hockey til en to års syklus for produksjon og publisering av reglene i spillet var godt mottatt. Det indikerte at reglene skulle holde seg stabile i perioden det gjelder.*

*Faktisk ble denne perioden forlenget med fortsettelsen av det siste settet med regler i første del av 2009. Reglene i denne nye publikasjonen trer i kraft fra 1. mai 2009 på internasjonalt nivå. Nasjonale Organer har skjønnet til å bestemme datoen for gjennomføringen på nasjonalt plan. En startdato er spesifisert, men ikke en sluttdato. Vi vil unngå å implementere endringer i disse reglene før 2011, og kanskje enda lengre. Men i spesielle tilfeller vil International Hockey Federation (FIH) forbeholde seg retten til å foreta endringer som blir varslet for Nasjonale organer og publisert på FIH webside: [www.worldhockey.org](http://www.worldhockey.org).*

## **REGLER FOR ENDRINGER**

*I løpet av de siste to årene har Hockey Regler styret særlig fokusert en del av sitt arbeid på innendørs hockey. Innendørs Spillet er raskt og spennende, men på mindre plasser kan det bli overfylt og mindre effektivt. Denne utgaven av reglene anbefaler derfor i regel 1.1 at en bane skal være i full størrelse på 44 meter x 22 meter. Likevel innser vi at det ikke er mulig å lokalisere denne størrelsen på baner i noen idrettshaller. En mindre størrelse kan derfor brukes, med angitte til et minimum spesifisering i reglene, er derfor tillatt i nasjonale eller lokale forskrifter. Innendørs hockey innebærer raske endringer av retning og taktikk. Slik aktiveres lagene til å vurdere sine spilleplaner, "time outs" er innført i regel 5.2. Igjen, kan andre regler angi om eller om ikke time outs tillates, avhengig for eksempel på total tid tilgjengelig.*

*En av målsettingene i FIH og derfor av Hockey regler styret å redusere antall og varighet av avbrudd i flyt og spillestil og å øke hvor lenge ballen er i aktiv lek. Med dette i bakhodet, regel for hvordan en fri skal tas er vurdert. Spilleren som tar fri kan bruke en "selv-pass". Alle detaljer er gitt i Reglene 13.1 og 13.2. I tillegg fri tatt av et lag inne i halvparten av banen de angriper er gjennomgått generelt og i forhold til "selv-pass". Hockey Regler Styret er opptatt av at ballen ofte spilles hardt, ukritisk og dermed potensielt farlig inn i sirkelen. Regel 13.2 spesifiserer at ballen må ikke spilles direkte inn i sirkelen ved en fri. Hovedregel endringene ovenfor kalles for Obligatoriske Eksperimentelle regler. De er obligatoriske fordi de må Brukes på alle nivå i innendørs hockey, de er eksperimentelle for å vise at de vil bli vurdert etter erfaring før en bestemmer seg om de blir faste regler.*

## ***REGLER presiseringer***

*Spørsmål om tolking og forklaring av regler oppstår fra tid til annen. I denne utgaven av reglene har små endringer derfor vært gjort i ordlyd og noen ekstra notater er lagt til. Spesielt har følgende vært forbedret:*

- hvordan man skal håndtere et lag som har for mange spillere på banen;*
- keeper sine keeperrettigheter, en bane spiller med keeper privilegier eller bare med bane spillere inkludert tiltak som tillates for hver av disse spillerne;*
- omstendighetene som keeper eller bane spilleren med keeper privilegier kan flytte ballen med hendene, armene eller kroppen;*

- *hvilke måter som et kort hjørnet er ferdig, er konsolidert i straffen, korthjørnet regel er over.*

*En linje vises i margin av enhver tekst som er endret, selv om det bare er en veldig liten endring. Dette betyr at det synes å være ganske mange endringer, men en av grunnene til at vi merker dem alle er at det er lettere for folk å oversette reglene til et annet språk for å være sikker på at de gjør alle de nødvendige endringene.*

## ***Bruk av REGLER***

*Innføringen av selv-pass ved en fri gjør at spillet flyter friere. Imidlertid avhenger dette målet mer generelt om hvordan reglene som helhet blir tolket og anvendt. Spillerne oppfordres til å spille med reglene i ånden av spillet; funksjonærene oppfordres til å søke Reglene i samme ånd. Dette temaet er utviklet i dommer delen av denne regelboken og inkluderer retningslinjer som at:*

- *Det er ikke nødvendig å straffe en straffbar handling hvis, ingen fordel er gitt ved straffen;*
- *flyt av spillet bør være forventet og tilrettelagt;*
- *unødvendige avbrudd i flyt bør unngås.*

*Talentfull spiller må beskyttes, men dette bør gjøres i den totale ånd av spillet, og med hensyn til balansen av fair play.*

## ***REGLER FOR UTVIKLING***

*Hockey Regler Styret vil fortsette å gjennomgå reglene for Innendørs Hockey og dermed gjøre spillet enda morsommere å spille, dømme og se på. Vi vil gjøre dette på forskjellige måter, inkludert å gjennomføre forsøk fra tid til annen, gjennom kamp og turnerings rapporter, vurdere video, samle data og søke kommentarer fra spillere, trenere, Offisielle, media og tilskuere. Vi er derfor*

*Mottagelige for forslag til regel utviklingen eller forklaringer av gjeldende regler spesielt fra Nasjonale Hockey Organer. De Nasjonale Organene er en viktig kilde til råd og veiledning, eventuelle Regler, forslag eller spørsmål kan sendes via e-post til [info@worldhockey.org](mailto:info@worldhockey.org) eller til FIH postadresse.*

*Innendørs Hockey er en attraktiv og morsom versjon av sporten. Det er nært knyttet til utendørs eller field hockey, men har også sine egne særtrekk. The International Hockey Federation vil bygge på disse egenskapene gjennom sine arrangementer og utviklingsaktiviteter Og gå gjennom gjennomgangen som er nødvendig av reglene. På denne måten forsøker vi å opprettholde den glede av å spille spillet for et bredt spekter av deltakere.*

***Medlemskap i HOCKEY REGEL STYRET per 1. mars 2009:***

***Leder: David Collier***

***Sekretær: Roger Webb***

***Medlemmer:***

*Richard Aggiss Richard Akpokavie*

*Jorge Alcover Petsuda Chianthianthong*

*Eric Donegani Peter Elders*

*Margaret Hunnaball Michael Krause*

*Alain Renaud Peter von Reth*

*Pargat Singh*



## **TERMINOLOGI**

**Spiller:** *En av deltakerne i et lag.*

**Lag:** *Et lag består av maksimum tolv personer bestående av maksimalt seks spillere på banen, og opptil seks substitutter.*

**bane spiller:** *En av deltakerne på banen enn målvakt.*

**Målvakt:** *En av deltakerne på hvert lag på banen som går med fullt verneutstyr som består av minst hodeplagg, leggbeskyttere og kickere og som også er tillatt å bære målvaktens hand beskyttere og annet verneutstyr.*

### **Bane Spiller med Målvakt Privileger**

*En av deltakerne på banen som ikke bærer fullt verneutstyr, men som har Keeper privilegier; denne spilleren bærer en annen farge skjorte til andre gruppemedlemmer som identifikasjon.*

**Attack (angriper):** *Laget (spiller) som prøver å skåre mål.*

**Defence (Forsvarer):** *Laget (spiller) som prøver å hindre et mål i å bli skåret.*

**Bak-linje:** *Den kortere (22 meter) omkrets linjen.*

**Mållinje:** *Baksiden-linjen mellom mål-stolpene.*

**Side-brett (vantene):** *Vantene består av den lengre (44 meter) ytterkanten av banen.*

**Sirkelen:** *Området omsluttet av og mellom to kvart sirkler og linjer som kobler dem i hver ende av banen på motsatt side av sentrum av bak-linjene.*

**Spille ballen: bane-spiller:** Stoppe, deflektere eller flytte ballen med køllen.

**Push:** Flytte ballen langs bakken ved hjelp av en skyvebevegelse med køllen etter at den er plassert nær ballen. Når en push utføres, skal både ballen og køllen være i kontakt med bakken.

**Flick:** Skyve ballen slik at den blir hevet opp fra bakken.

**Scoop:** Heve ballen opp fra bakken ved å plassere hodet av køllen under ballen og bruke en løftebevegelse.

**Hit (som ikke er tillatt i innendørs hockey):** Slå ballen med en svingende bevegelse av køllen mot ballen.

**Skudd på mål:** Handlingen av en angriper som forsøker å skåre ved å spille ballen mot mål fra innenfor sirkelen.

Ballen kan gå glipp av målet, men handlingen er fremdeles et "skudd på mål" hvis spillerens intensjon er å skåre med et skudd rettet mot målet.

**Spille avstand:** Avstanden innenfor der en spiller er i stand til å nå ballen til å spille det.

**Take:** En handling for å stoppe en motstander i å beholde ballen.

**Lovbrudd:** En handling som strider mot reglene som kan bli straffet av en dommer.

**Time-out:** En (time-out) et avbrudd i spillet og kampen, tid forespurt av lagkaptein eller en lagleder (team manager).

# **Spilletts gang**

## **1 Banen**

*Informasjonen nedenfor gir en forenklet beskrivelse av banen. Detaljer spesifikasjoner av banen og utstyr er gitt i et eget avsnitt på slutten av denne regelutgaven.*

*1.1 Banen er rektangulær 44 meter lang og 22 meter bred.*

*Bruk av en full/stor bane anbefales sterkt, men en mindre størrelse bane kan spesifiseres i nasjonale eller lokale forskrifter. Den minste størrelsen på en bane er 36 meter lang og 18 meter bred.*

*1.2 Side-brett / vantene, markerer den lange delen av banen, bak-linjene markerer den kortere delen av banen.*

*1.3 mål-linjene er deler av bak-linjene mellom mål-stolpene.*

*1.4 Et senter-linjen er markert over midten av banen.*

*1.5 Områder omtalt som sirkler er merket på innsiden av banen rundt mål og motsatt midten av bak-linjene.*

*1,6 Straffe merker, 100 mm i diameter, er merket foran sentrum av hvert mål med sentrum av hver spot 7 meter fra den indre kanten av mållinjen.*

*1.7 Alle linjer er 50 mm brede og er en del av banen.*

*1.8 Mål er plassert utenfor banen i sentrum av og rørende hver bak-linje.*

*En benk for hvert lag er plassert utenfor og langs den ene siden av banen. For hver halvdel av kampen*

*et lag opptar benken, som er nærmest målet de forsvarer. Innbyttere må sitte på deres lag benk når de ikke er på banen.*

## ***2 Sammensetning av lag***

*2.1 maksimalt seks spillere fra hvert lag tar del i spill til enhver tid under kampen.*

*Hvis et lag har flere enn det tillatte antall spillere på banen, skal tiden stoppes Og situasjonen skal korrigeres.*

*Beslutninger som tas for å korrigere situasjonen kan ikke endres.*

*Spill og tid skal startes på nytt med et kort hjørne tildelt mot laget som er ansvarlig.*

*2.2 Hvert lag har enten en keeper eller spiller med keeper privilegier på banen eller spiller bare med bane spillere.*

*Hvert lag kan spille med:*

*- En keeper som har på seg en annen farge skjorte og fullt verneutstyr bestående av minst hodeplagg, legg beskyttelse og kickere, denne spilleren er nevnt i disse reglene som en målvakt,*

*eller:*

*- en bane spiller med Keeper privilegier*

*Spiller har på seg en annen farge skjorte og som kan ha beskyttende hodeplagg (men ikke leg beskyttere og kickere eller annet Keeper verneutstyr) når inne i halvparten av banen de forsvarer, de må bære beskyttende hodeplagg da de forsvare et kort hjørne eller straffeslag, denne spilleren er henvist i disse reglene som en spiller med keeperprivilegier,*

*Eller:*

*- Kun banespillere, ingen spillere har da Keeper privilegier eller bærer en annen farge skjorte, ingen av spillerne kan bruke beskyttende hodeplagg, bortsett fra en ansiktsmaske når de forsvarer et kort hjørne eller et straffeslag, alle lagspillere skal ha samme farge på skjortene.*

*Enhver endring mellom disse alternativene må skje som en innbytte situasjon.*

*2.3 Hvert lag har lov til å bytte fra et maksimum på tolv spillere:*

*a en substitusjon er tillatt når som helst unntatt i perioden fra tildeling av et kort hjørne og ikke før etter den er ferdig, i denne perioden skal substitusjon tillates bare for skadede på banen eller suspensjon av forsvarende keeper eller forsvars spiller med keeper privilegier*

*Hvis et annet kort hjørne tildeles før ferdigstillelse av det forrige kort hjørnet,*

*substitusjon annet enn for en skadet eller suspendert forsvarende keeper eller forsvar spilleren med Keeper privilegier må ikke finne sted før det påfølgende kort hjørnet har vært fullført.*

*På et kort hjørne, er en forsvarende keeper (dvs. iført fullt verneutstyr) som er skadet eller suspendert tillatt å erstattes av en annen keeper iført fullt verneutstyr eller av en spiller med Keeper privilegier. På et kort hjørnet, kan en forsvars spiller med keeper privilegier som er skadet eller suspendert erstattes av en annen spiller med keeper privilegier, og ikke av en keeper iført fullt verneutstyr eller en bane-spiller.*

*Hvis et lag kun har banespillere, ingen substitusjon er tillatt på et kort hjørne før den er overstått. Dersom målvakten eller spilleren med Keeper privilegier er suspendert, så spiller det fornærmende laget med en spiller mindre.*

*b Det er ingen begrensning på antall spillere som er tillatt å erstatte samtidig eller til antall ganger en spiller er lov å bytte eller erstattes*

*c substitusjon av en spiller er tillatt kun etter at spiller har forlatt banen*

*d inn bytting er ikke tillatt for suspenderte spillere under suspensjonen deres*

*For varigheten av en midlertidig suspensjon, det feilende laget spiller med en mindre spiller. For hver permanent suspensjon, det fornærmende laget spiller for resten av kampen med én mindre spiller.*

*e etter fullført suspensjon er en spiller lov til å erstattes uten først å returnere tilbake til banen*

*f banespillere må forlate eller gå inn på banen for substitusjonsformål innen 3 meter fra senter-linjen på en side av banen avtalt med funksjonærene*

*g tiden er stoppet for substitusjon av keepere (dvs. iført fullt verneutstyr), men ikke for andre erstatninger.*

*Tiden stoppes kort for å tillate en keeper som er iført fullt verneutstyr for å delta i en substitusjon. Tiden stanses / forlenges ikke for en keeper å sette på eller ta av verneutstyr*

*Som, del av en substitusjon blant annet etter en keeper skade eller suspensjon. Hvis nødvendig, så bør spillet fortsette med en spiller med Keeper privilegier og iført en annen farget skjorte,*

*eller:*

*bare med bane spillere, mens reserve keeper, setter på, eller tar av verneutstyr.*

*2.4 Banespillere som forlater banen, for skade behandling, forfriskninger, å endre utstyr eller annen grunn andre enn substitusjon er kun tillatt å gå inn igjen i nærheten av 3 meter fra senter-linjen på den siden av banen som brukes til substitusjon.*

*2.5 Ingen andre personer enn bane spillere, spillere med Keeperprivilegier, målvakter og dommere er tillatt på banen under kampen, uten tillatelse fra en dommer.*

*2.6 Spillere på eller utenfor banen er under jurisdiksjon Av dommere i løpet av hele kampen inkludert pause og intervall.*

*2.7 En spiller som er skadet eller har blødninger må forlate banen med mindre medisinske grunner hindrer dette, og må ikke returnere inntil sårene er dekket, spillere må ikke bære klær med blod flekker.*

### **3 Kapteiner**

*3.1 En spiller på hvert lag må være utnevnt som kaptein.*

*3.2 En ny kaptein skal oppnevnes når en kaptein er suspendert.*

*3,3 Kapteinen må bære en særegen artikkel på armen eller lignende på øvre arm eller skulder.*

*3,4 Kapteiner er ansvarlig for oppførselen til alle spillere på deres lag og for at substitusjon av spillere på deres lag blir utført riktig.*

*Et kort hjørne tildeles hvis en substitusjon ikke skjer på riktig måte.  
En personlig straff bør tildeles dersom kapteinen ikke utøve ansvaret  
sitt riktig.*

## ***4 spillere "klær og utstyr***

*Turnerings Forskrifter tilgjengelig fra FIH gir ytterligere informasjon  
og Krav om spillernes klær, personlig utstyr og reklame. Se også  
forskrifter fastsatt av Kontinentale Organer og Nasjonale Organer.*

*4.1 Bane spillere av samme lag må bære uniform klær.*

*4,2 Spillerne må ikke bære noe som er farlig for andre spillere.*

*Bane spillere:*

*- Er tillatt å bruke hansker for beskyttelse som ikke øker den naturlige  
størrelsen på hender betydningsfullt;*

*- Anbefales å bære legg, ankel og munn beskyttelse;*

*- Tillates å bære gjennom en kamp for medisinske grunner bare en  
glatt fortrinnsvis gjennomsiktig eller hvit men ellers singel farget  
ansiktsmaske som passer ansiktet, myk beskyttende hodedekning eller  
øyebeskyttelse i form av plast beskyttelsesbriller (dvs. vernebriller  
med en myk dekket ramme og plast linser), den medisinske grunnen  
må vurderes av en myndighet, og spilleren må forstå de mulige  
virkningene av å spille med den medisinske tilstanden;*



*- Tillates å bære jevne fortrinnsvis gjennomsiktige eller hvite men ellers enkle fargede ansiktsmasker som passer ansiktet da de forsvarer et kort hjørne eller straffeslag for den perioden som kort hjørnet eller straffeslag og når de bare er i sirkelen de forsvarer;*

*- Andre enn spillere med Keeper privilegier, Er ikke tillatt å bære beskyttende hodeplagg (ansiktsmaske eller andre beskyttende hodeplagg) i andre omstendigheter.*

*4.3 Målvakter og spillere med Keeper privilegier må bruke én farget skjorte eller plagg som er forskjellig i farge fra at begge lagene. Keepere (dvs. iført fullt verneutstyr) må bære denne skjorta eller plagget over en øvre kroppsbeskyttelse.*

*4.4 Målvakter må bruke verneutstyr bestående av minst hodeplagg, legg beskyttere og kickere bortsett fra at hodeplagg og enhver hånd beskyttere kan bli fjernet når de skal ta et straffeslag. Følgende er tillatt for bruk bare ved fullt utstyrte Keepere: kropp, overarm, albue, underarm, hånd, lår og kne beskyttere, leggbeskyttere og kickere.*

*4.5 En spiller med Keeper privilegier kan ha beskyttende hodeplagg når inni halvdelen av banen de forsvarer, de må bære beskyttende hodeplagg de når forsvare et korthjørne eller straffeslag. Beskyttende hodeplagg omfatter en hjelm med full ansiktsbeskyttelse og dekke for hele hode og hals anbefales for keepere og spillere med keeper privilegier.*

*4.6 Klær og verneutstyr som vesentlig øker den naturlige størrelsen på en keeper sin kropp eller område, er ikke tillatt.*

*4.7 køllen har en tradisjonell form med et håndtak og har en buet hode som er flat på sin venstre side:*

*A køllen må være jevn og må ikke ha noen grove eller skarpe deler*

*b inkludert ytterligere artikler som er brukt så må køllen kunne passere gjennom en ring med et interiør / indre diameter på 51 mm*

*c enhver kurvatur langs køllen (raken eller bøy) må ha en kontinuerlig jevn profil langs hele lengden, både langs rettsiden eller baksiden av køllen, men ikke begge deler, og er begrenset til en dybde på 25 mm*

*d køllen må samsvare med spesifikasjoner avtalt av Hockey Regler styret.*

*4.8 Ballen er rund, hard og hvit (eller en avtalt farge Som er i kontrast til spille overflaten/bane). Detaljerte spesifikasjoner av kølle, ball og Keeper utstyr er gitt i egen kapittel i slutten av denne regelutgaven.*

## **5 kamp og resultat**

*5.1 En kamp består av to omganger på 20 minutter og en pause intervall på 5 minutter. Andre kamp tider og intervall kan avtales med begge lagene unntatt som spesifisert i regelverket for spesielle konkurranser (turneringsregelverket).*

## **5,2 Obligatorisk Eksperimentelle Regler**

*Bruken av time-outs i en kamp er sterkt anbefalt, men kan varieres i nasjonale eller lokale forskrifter.*

*En time-out:*

*a kan bli brukt når spillet er stanset umiddelbart før en setter ballen tilbake i spill etter at det har vært utenfor banen eller før en fri, et senterpass eller en bully*

*b kan ikke kalles i perioden fra tildeling av et kort hjørne eller straffeslag, før etter at den er fullført eller i de to siste minuttene av hver halvdel av kampen*

*c kan gis en gang til hvert lag i hver halvdel av kampen Time outs som ikke er tatt under første omgang kan ikke overføres til andre omgang.*

*d tar maksimalt ett minutt. Varigheten av et tidsavbrudd er kontrollert av dommerne. Spill må startes på nytt etter nøyaktig ett minutt.*

*e spill er startet ved å sette ballen tilbake i spill eller med en push, senterpass eller bully som skulle finne sted før time-out oppstod.*

*5.3 laget som scoret flest mål er vinneren, hvis ingen mål er skåret, eller hvis lagene skårer like mange mål, så er kampen uavgjort.*

*Informasjon om ekstra tid og et straffeslag konkurranse som måter å nå et resultat i en uavgjort kamp er inkludert i Turnerings Forskrifter tilgjengelig fra FIH.*

## **6 Start og re-starte kampen**

*6.1 En mynt kastes: laget som vinner kastet har valget av hvilke mål de vil angripe i først omgang av kampen eller å starte med et senter pass*

*b dersom laget som vinner kastet velger hvilket mål de vil angrep i først omgang av kampen, da vil motstanderlaget starter kampen*

*c dersom laget som vinner kastet velger å starte kampen, da har motstanderlaget rett til å velge hvilket mål de vil angrep, i først omgang av kampen.*

*6.2 Retning av hvilket mål et lag skal angripe, skal reverseres i andre omgang av kampen.*

*6.3 Et senterpass skal tas:*

*a for å starte kampen med en spiller fra det laget som vinner kastet, hvis de velger dette alternativet, ellers av en spiller fra motstanderlaget*

*b etter pause av en spiller på laget som ikke tok senterpass for å starte kampen*

*c etter et mål, av en spiller på laget det ble skåret Mål mot eller tildelt mot.*

*6.4 Ta et senter pass:*

*A er tatt i sentrum av banen*

*b det er tillatt å spille ballen i alle retninger*

*c alle spillere unntatt den spilleren som tar senterpass må være i den halvdelen av banen som inkluderer målet de forsvarer*

*d prosedyrene for å ta en fri/push gjelder.*

*6.5 En bully finner sted for å starte en kamp når tid eller spillet har vært stoppet for en skade eller av andre grunner, og ingen straff har blitt tildelt:*

*a bully er tatt nær plassering av ballen når spillet ble stoppet, men ikke innenfor 9 meter av bak linjen.*

*b ballen skal plasseres mellom en spiller fra hvert lag som står overfor hverandre med det mål de forsvarer til deres høyre.*

*c de to spillerne starter med køllene på bakken til høyre for ballen og kleber på køllene en gang rett over ballen etter som spillerne er tillatt å spille ballen*

*d alle andre spillere må være minst 3 meter fra ballen.*

*6.6 En fri / push er tatt av en forsvarer 9,10 meter foran midten av mållinjen å starte en kamp når et straffeslag er fullført og ingen mål er scoret eller tildelt.*

## **7 Ball utenfor banen**

*7.1 ballen er ute av spill når den går helt over vantene eller baklinjen.*

*7.2 Når ballen går helt over vantene:*

*A Spillet skal startes på nytt innen en meter fra der ballen krysset vantene Hvis dette vil resultere i en re start inne i sirkelen, Så skal spillet i stedet startes på nytt med ballen en meter utenfor sirkelen og en meter fra vantene.*

*b spillet skal startes på nytt av en spiller på laget som ikke var den siste lag å røre eller spille ballen før den gikk ut av spillet*

*c prosedyrene for å ta en fri/push gjelder.*

*7.3 Når ballen er spilt over bak-linjen av en angriper, utilsiktet via en forsvarer eller deflektert av en keeper eller spiller med Keeper privilegier og ingen mål er scoret:*

*A så skal spillet startes på nytt med ballen opp til 9,10 meter fra og i tråd med hvor den krysset bak-linjen*

*b spillet skal startes på nytt av en spiller på det forsvarende laget*

*c prosedyrene for å ta en fri/push gjelder.*

*7.4 Når ballen er spilt over bak-linjen med vilje av en forsvarer, med mindre deflektert av en målvakt eller spiller med Keeper privilegier, så skal spillet startes på nytt med et korthjørne.*

## **8 Metoder for skåring**

*8.1 Et mål er skåret når ballen spilles inne fra sirkelen av en angriper, og kommer seg ikke utenfor sirkelen før ballen er fullstendig over mållinjen og under tverr leggeren. Ballen kan spilles av en forsvarer eller berøre Kroppen til en forsvarer før eller etter å ha blitt spilt i sirkelen av en angriper.*

*8.2 Et mål er skåret hvis tildelt som et resultat av et straffeslag.*

## **9 opptreden i spillet:-spillere**

*Spillerne forventes å opptre ansvarlig i det de spiller.*

*9.1 En kamp spilles mellom to lag med ikke mer enn seks spillere på hvert lag på banen samtidig.*

*9.2 spillere på banen må holde sin kølle og ikke bruke den på en farlig måte. Spillere må ikke løfte sin kølle over hodet på andre spillere.*

*9.3 Spillere må ikke berøre, plage eller forstyrre andre spillere eller deres køller eller klær.*

*9.4 Spillere må ikke skremme eller hindre en annen spiller.*

*9.5 Spillere må ikke treffe ballen med en "slap". "Slap" treffer ballen, noe som innebærer en lang dyttende eller feiende bevegelse med køllen før du gjør kontakt med ballen, er å anse som en hit og er derfor ikke tillatt.*

*9.6 Spillere må ikke spille ballen med baksiden av køllen.*

*9.7 Spillere må ikke spille ballen med noen del av køllen når ballen er over skulderhøyde, bortsett fra at forsvarerne har lov til å bruke køllen til å stoppe eller deflektere et skudd mot målet til enhver høyde. Når du skyter et skudd mot mål, kan en forsvarer ikke bli straffet hvis hans kølle er i bevegelse eller er i bevegelse mot ballen mens han forsøker å stoppe eller deflektere skuddet. Bare hvis ballen truffet som en hit og et mål er forhindret bør et straffeslag bli tildelt.*

*Dersom en forsvarer forsøker på å stoppe eller deflektere en ball som går mot målet som vil faktisk gå glipp av målet, så vil enhver bruk av køllen over skulderen bli straffet med et korthjørne og ikke et straffeslag.*

*Dersom farlig spill forekommer etter en legitim stopp eller Defleksjon, så må et kort hjørnet bli tildelt.*

*9.8 Spillere må ikke spille ballen farlig eller på en måte som fører til farlig spill. En ball anses som farlig når det fører til legitime unna manøvre av spillere.*

*Straffen tildeles der handlingen som forårsaket faren fant sted.*

*9.9 Spillere må ikke heve ballen bortsett fra et skudd mot målet.*

*Det er ikke en forbrytelse hvis ballen spretter med mindre enn 100 mm, med mindre en motstander er innenfor spilleavstand av ballen.*

*9,10 Spillere må ikke spille ballen når den er i luften unntatt at en spiller fra det laget som ikke hevet ballen mot målet kan stoppe det.*

*Hvis ballen er i luften som et resultat av et legitimt skudd på mål som har steget fra keeper, forsvarer eller fra målstolpen eller tverrleggeren, kan ballen stoppes av en spiller fra hvert lag.*

*9.11 spillerne må ikke stoppe, sparke, trikse, plukke opp, kast eller bære ballen med noen del av kroppen.*

*Det er ikke alltid en forbrytelse dersom ballen treffer fot, hånd eller kroppen til en spiller.*



*Spilleren Begår bare en straffbar handling hvis de frivillig bruker deres hånd, fot eller kroppen til å spille ballen eller om spilleren posisjonerer seg i den hensikt å stoppe ballen på denne måten.*

*Det er ikke en forbrytelse dersom ballen treffer hånden Som holder køllen, men ellers ville ha Truffet køllen.*

*9.12 spillerne må ikke spille ballen mens de ligger på banen eller med et kne, arm eller hånd på banen, enn hånden som holder køllen.*

*9,13 Spillere må ikke hindre/forstyrre en motstander som prøver å spille ballen (obstruksjon) Spillere hindrer hvis de:*

- rygger inn til en motstander*
- Fysisk hindrer køllen eller kroppen til en motstander*
- Skjermer ballen fra en legitim håndtering med sin kølle eller deler av kroppen.*

*En stasjonær spiller som mottar ballen er tillatt å bevege seg i alle retninger.*

*En spiller med ballen er lov til å bevege seg med det i alle retninger unntatt kroppslig inn mot en motstander eller inn i en posisjon mellom ball og en motstander som er innenfor spill avstand av ball og prøver å spille det.*

*En spiller som går foran eller blokkerer en Motstanderen for å stoppe dem legitimt i å spille eller forsøker å spille ballen (dette er tredjepart eller skygge obstruksjon). Dette gjelder også dersom en angriper krysser over eller blokkerer en forvarer i å*

*forsvarere (inkludert målvakt eller spiller med keeper privilegier) når et korthjørne blir tatt.*

*9,14 Spillere må ikke takle, med mindre de er i stand til å spille ballen uten kroppskontakt.*

*9,15 Spillere må ikke med vilje gå inn i målet deres motstandere forsvarer eller rygge inn i deres mål.*

*9,16 Spillere må ikke tvinge en motstander til uakseptable feiltakelse. Spille ballen klart og med vilje inn i enhver del av en motstanders kropp kan bli straffet som et forsøk på å produsere en straffbar handling. Tvinge en motstander for å hindre dem (ofte understreket som å løpe inn i en motstander eller ved å vifte med køllen) må også bli straffet.*

*9,17 Spillere må ikke bytte sine køller mellom tildeling og ferdigstillelse av et korthjørne eller straffeslag med mindre den ikke lenger oppfyller køllens spesifikasjoner.*

*9,18 Spillere må ikke kaste noe objekt eller utstyr ut på banen, på ballen, eller på en annen spiller, dommer eller person.*

*9,19 Spillere må ikke forsinke spille for å få fordel ved å kaste bort tiden.*

## ***10 forventet spillestil: keepere og spillere med Keeper privilegier***

*10.1 En keeper som går med verneutstyr bestående minst hodeplagg, leggbeskyttere og kickere må ikke delta i kampen utenfor halvdelen av banen de forsvarer, bortsett fra når de tar et straffeslag.*

*Beskyttende hodeplagg skal brukes av en keeper hele tiden, unntatt når de tar et straffeslag.*

*10.2 En spiller med keeper privilegier må ikke ta del i kampen utenfor halvdelen av banen de forsvarer da iført beskyttende hodeplagg, men kan fjerne hodeplagg og ta del i kampen hvor som helst på banen. Beskyttende hodeplagg skal brukes av en spiller med Keeper privilegier når de forsvarer et korthjørne eller straffeslag.*

*10.3 Når ballen er inne i sirkelen de forsvarer og de har sin kølle i hånden:*

*a en målvakt iført fullt verneutstyr har tillatelse til å bruke sin kølle, fot, kickere, ben eller leggbeskyttere for å skyve ballen og å bruke sin kølle, fot, kickere ben/leggbeskyttere eller andre deler av kroppen for å stoppe ballen eller deflektere det i alle retninger, inkludert over baklinjen. Keepere er ikke tillatt å spille på en måte som er farlig for andre spillere ved å utnytte det beskyttende utstyret de bærer / bruker.*

*b spillere med keeper privilegier tillates å bruke sin kølle, føtter og ben for å drive ballen og å bruke sin kølle, føtter, ben eller andre deler av kroppen for å stoppe ballen eller deflektere det i alle retninger, inkludert over baklinjen*

*c målvakter iført fullt verneutstyr og spillere med Keeper privilegier tillates å bruke armer, hender og andre deler av kroppen til skyve/deflektere ballen unna.*

*D Handlingen i regel c ovenfor er tillatt bare som del av et mål reddende handling eller å flytte ballen*

*Bort, fra muligheten for et mål skåring av motstandere. Det tillates ikke en keeper eller Spilleren med Keeper privilegier skyver ballen hardt med armer, hender og kropp slik at den beveger seg over en lang avstand.*

*10.4 Keepere eller spillere med Keeper privilegier må ikke ligge på ballen.*

*10.5 Når ballen er utenfor sirkelen de forsvarer, kan målvakter eller spillere med Keeper privilegier bare spille ballen med køllen sin. En spiller med Keeper privilegier anses å være en bane spiller når de er utenfor sirkelen de forsvarer.*

*10.6 Keepere eller spillere med Keeper privilegiene er tillatt å spille ballen inne i sirkelen mens de ligger på banen inne i sirkelen.*

## ***11 spillestil: dommere***

*11.1 To funksjonærer / dommere styrer kampen, de henviser til regler og er ambassadører for fair play.*

*11.2 Hver dommer har hovedansvaret for beslutninger i en halvpart av banen for varigheten av kampen.*

*11.3 Hver dommer er ansvarlig for beslutninger om fri/push, korthjørner, straffeslag og mål i én halvpart av banen.*

*11.4 dommerne er ansvarlig for å holde en skriftlig oversikt over mål skåret eller tildelt og over advarsel eller suspensjon kortene som benyttes.*

*11.5 dommerne er ansvarlig for at heltid er spilt og indikerer slutten av tid for hver omgang og for gjennomføring av et korthjørne, hvis en omgang er forlenget.*

*11.6 funksjonærene blåser i fløyta for å:*

*a starte og avslutt hver omgang av kampen*

*b starte en bully*

*c håndheve en straff*

*d starte og avslutte et straffeslag*

*e indikerer et mål*

*f re-starte kampen etter et mål er skåret eller tildelt*

*g re-starte kampen etter straffeslag når et mål ikke ble skåret eller tildelt*

*h stoppe kampen for substitusjon(bytte av spillere) på eller utenfor banen av et fullt utstyrt keeper og til å starte kampen ved ferdigstillelse av substitusjonsbehandling ( innbyting )*

*i stoppe kampen og re-starte den for en time-out*

*j stoppe kampen for noen annen grunn, og for å re-starte den*

*k indikerer, når det er nødvendig, at ballen har passert helt utenfor banen.*

*11.7 funksjonærene må ikke trene/lære under en kamp.*

*11.8 Hvis ballen treffer en dommer, uautorisert person eller løs objekt på banen, fortsetter spillet.*

## **12 Straff**

*12.1 Fordel: en straff tildeles bare når en spiller eller laget har vært uheldig med en motstander som bryter Reglene.*

*hvis tildeling av straff ikke er en fordel for laget som ikke bryter reglene, så må spillet fortsette.*

### *12.2 En fri/push tildeles motstanderlaget:*

*a for en straffbar handling av en angriper i halvparten av banen de angriper*

*b for en utilsiktet forbrytelse av en forsvarer utenfor sirkelen men innenfor halvdel av banen som de forsvarer.*

### *12.3 Et korthjørnet er tildelt:*

*A for en straffbar handling av en forsvarer i sirkelen som ikke hindrer en sannsynlig skåring av et mål*

*b for en forsettlig straffbar handling i sirkelen av en forsvarer mot en motstander som ikke har besittelse av ballen eller en mulighet til å spille ballen*

*c for en forsettlig straffbar handling av en forsvarer utenfor sirkelen men innenfor halvdel av banen som de forsvarer*

*d med hensikt å spille ballen over bak-linjen ved sitt eget forsvar, Keepere eller spillere med Keeper privilegier har tillatelse til å deflektere ballen med køllen sin, verneutstyr eller deler av kroppen i alle retninger, inkludert over bak-linjen.*

*e mot laget som gjennomførte en substitusjon(innbytte) feil*

*f når ballen blir innlosjert i en spillers klær eller utstyr, mens i sirkelen de forsvarer.*

*12.4 Et straffeslag tildeles:*

*for en straffbar handling av en forsvarer i sirkelen som hindrer et sannsynlig skåret mål*

*b for en forsettlig straffbar handling i sirkelen av en forsvarer mot en motstander som har ballen eller en mulighet til å spille ballen*

*c for at forsvarerne vedvarende krysser over bak-linjen før de er tillatt under utføring av et korthjørne.*

*12.5 Hvis det er en annen forbrytelse eller forsømmelse før Den tildelte straffen er tatt:*

*en fri/push kan forskyves opp til 5 meter*

*En fri/push til angrep kan ikke forskyves til inne i sirkelen.*

*b strengere straff kan bli tildelt*

*c en personlig straff kan bli tildelt*

*d straffen kan bli reversert dersom det etterfølgende lovbruddet ble begått av laget som først fikk tildelt straffen.*

## ***13 Prosedyrer for å ta straffer/fri/ push***

### ***13,1 Obligatorisk Eksperimentell Regel***

*Plassering av en fri/push:*

*en fri/push er tatt nær der lovbruddet inntraff*

*"nær" betyr innen spiller avstand til der lovbruddet skjedde og uten betydelig fordel gitt til laget som fikk tildelt fri/push.*

*Stedet som en fri/push er tatt må være mer presis når lovbruddet skjer nær til sirkelen.*

*Fri/push tildelt innen 3 meter av sirkelen til angrep tas på nærmeste punkt 3 meter fra sirkelen*

*en fri/push tildelt utenfor sirkelen til forsvaret innenfor 9 meter av bak-linjen blir tatt opp til 9,10 meter fra bak-linjen i tråd med plasseringen av lovbrudd, parallelt med vantene*

*fri/push tildelt inne i sirkelen til forsvaret tas hvor som helst inne i sirkelen eller opptil 9,10 meter fra bak-linjen i tråd med plasseringen av lovbruddet, parallelt med vantene.*

### **13,2 Obligatorisk Eksperimentell Regel**

*Prosedyrer for å ta en fri/push, senterpass og sette ballen tilbake i spill etter at det har vært utenfor banen:*

*a ballen må være i ro*

*b motspillere må være minst 3 meter fra ballen Hvis en motstander er innenfor 3 meter av ballen, de må ikke forstyrre utførelsen av frie/push eller må ikke spille eller prøve å spille ballen. Hvis denne spilleren ikke prøver å spille ballen, eller påvirker utførelsen av fri/push, så må ikke fri/push bli forsinket.*

*c når en fri/push er tildelt angrepet innenfor halvparten av banen de angriper, skal alle andre spillere enn spilleren som tar den være minst 3 meter fra ballen*

*d ballen flyttes ved bruk av en push*



*e hvis spilleren som tar den, er den neste spilleren som skal spille ballen igjen, så må handlingene til å ta fri/push og neste å spille ballen, må være to separate handlinger*

*g før en annen spiller på laget som tok fri / push får lov til å spille ballen, ballen må bevege seg minst 1 meter*

*Ballen må ikke bevege seg 1 meter før Spilleren som tar den, kan spille ballen igjen.*

*H en fri tildelt angrepet innenfor halvdel av banen de angriper, må ballen ikke spilles inn i sirkelen, før den har beveget seg minst 3 meter eller har blitt berørt av en spiller fra et av lagene unntatt spilleren som tar fri, eller har rørt vantene.*

*Hvis en spiller tar fri og fortsetter å spille ballen (dvs. ingen andre spillere har, enda ikke spilt det):*

*- At spilleren kan spille ballen ubegrenset antall ganger,*

*Men:*

*- Ballen må reise minst 3 meter, før en kan spille ballen inn i sirkelen ved å skyve ballen igjen.*

*Alternativt:*

*- Annen spiller fra hvert lag som, legitimt Kan, spille ballen, må deflektere eller pushe ballen før den går inn i sirkelen,*

*eller:*

*- Etter denne spilleren har rørt ballen, kan ballen spilles inn i sirkelen av noen annen spiller inkludert den spilleren som tok fri,*

*eller:*

*- Etter at ballen har rørt vantene: alle Spillere kan deflektere eller skyve ballen inn i sirkelen.*

*Alle deler av regel 13.2 gjelder for en fri/push, senterpass og å få ballen tilbake i spill etter at den har vært utenfor banen.*

*13.3 Ta et korthjørne:*

*A ballen plasseres på bak-linjen inne i sirkelen minst 6 meter fra målstolpen på hvilken side av målet det angripende laget foretrekker*

*b en angriper skyver ballen uten med hensikt å heve det*

*c angriperen som tar push fra bak-linjen må ha minst én fot utenfor banen*

*d de andre angriperne skal være på banen, utenfor sirkelen deres køller, hender og føtter får ikke berøre bakken inne i sirkelen*

*e ingen angriper andre enn angriperen som tar push fra bak-linjen har lov til å være innenfor 3 meter av ballen når push tas*

*f forsvarere, målvakt eller spiller med Keeper privilegier, må hvis det er en, være i mål, opp til fem andre medlemmer av det forsvarende laget kan bli plassert bak bak-linjen på siden av Målet lengst fra hvor korthjørnet blir tatt med køllen, hendene og føttene deres får ikke berøre bakken inne på banen*

*Hvis laget som forsvarer et korthjørne har valgt å spille bare med spillere, opp til seks medlemmer av forsvarerlaget kan plasseres bak bak-linjen utenfor målet. I dette tilfellet: ingen forsvarere har Keeper privilegier.*

*g ingen forsvarer som ikke er bak bak-linjen, får krysse midtlinjen*

*h før ballen har blitt spilt, ingen angriper andre enn den ene som tar push fra bak-linjen er tillatt å gå inn i sirkelen og ingen forsvarer er tillatt å krysse bak-linjen eller senterlinjen, etter å ha spilt ballen får angriperen som tar push fra bak-linjen, ikke spille ballen på nytt eller tilnærme seg innenfor spilleavstand av ballen før den har blitt spilt av en annen spiller*

*mål kan ikke skåres før ballen har vært utenfor sirkelen*

*"Slap" treffer ballen, noe som innebærer en lang dytting eller feiende bevegelse med køllen før du får kontakt med ballen, er å anse som en hit og er derfor ikke tillatt.*

*En forsvarer som klart går inn mot skuddet eller takler uten forsøk på å spille ballen med sin kølle må bli straffet for farlig spill.*

*Eller:*

*hvis en forsvarsspiller er innen tre meter Av første skudd på mål i løpet av et korthjørne og blir truffet av ballen under kneet: nytt korthjørne må da tildeles,*

*Eller:*

*hvis ballen treffer en spiller over kneet i en normal posisjon, skal skuddet bli ansett for å være farlig, og en fri/push må gis til det forsvarende lag.*

*k korthjørnet regler gjelder ikke lenger hvis ballen reiser mer enn 3 meter fra sirkelen.*

*13.4 Kampen er forlenget ved pause og fulltid for å tillate ferdigstillelse av et korthjørne eller påfølgende korthjørne eller straffeslag*

*13.5 korthjørnet er fullført når:*

*A et mål er skåret*

*b en fri/push er tildelt det forsvarende lag*

*c ballen reiser mer enn 3 meter utenfor sirkelen*

*d ballen spilles over bak-linjen og et nytt korthjørne ikke blir tildelt*

*e ballen reiser over vantene og et nytt korthjørne ikke blir tildelt*

*f forsvarer begår en straffbar handling som ikke resulterer i annen korthjørne*

*g ett straffeslag tildeles*

*H bully tildeles.*

*Hvis spillet er stoppet på grunn av en skade eller for noen annen grunn under utførelsen av et korthjørne på slutten av en første eller andre halvdel hvor en bully ellers ville blitt tildelt, korthjørne må tas igjen.*

*13.6 For substitusjon og for gjennomføring av et korthjørne ved pause og fulltid, er korthjørnet også fullført når ballen beveger seg utenfor sirkelen for andre gang.*

*13.7 Ta et straffeslag:*

*a tid og spill stoppes når et straffeslag er tildelt*

*b alle spillerne på banen annet enn at spilleren som tar straffeslaget og spilleren som forsvarer den må stå utenfor halvparten av banen der straffeslag blir tatt, og må ikke påvirke at den utføres*

*c ballen plasseres på straffe merket*

*d spilleren som tar straffeslag må stå bak og innenfor spilleavstand av ballen før han starter straffeslaget*

*e spilleren som forsvarer straffeslaget skal stå med begge føttene på mållinjen, og må ikke forlate mållinje eller flytte begge føtter før ballen har blitt spilt*

*f hvis spilleren som forsvarer straffeslaget er en målvakt eller spiller med Keeper privilegier, må de ha beskyttende hodeplagg;*

*hvis spilleren som forsvarer straffeslaget, deltar i spillet som en banespiller, kan de bruke bare en ansiktsmaske som beskyttelses utstyr*

*Hvis laget som forsvarte straffeslaget har valgt å spille bare med spillere og ikke brukt en erstatnings målvakt eller spiller med Keeper privilegier for å forsvare straffeslaget, den som forsvarer kan bare bruke sin kølle for å redde mål/forsvare.*

*g fløyte blåses når spilleren som tar straffeslaget og spilleren som forsvarer den er i posisjon*

*h spilleren som tar straffeslaget, må ikke ta det før fløyten har blitt blåst*

*Spilleren som tar straffeslaget eller spilleren som forsvarer den må ikke utsette utførelsen av straffeslaget.*

*h spilleren som tar straffeslaget må ikke late som om han spiller ballen*

*i spilleren som tar straffeslaget må ta push, flick eller scoop med ballen og er tillatt å heve den til enhver høyde, Ved bruk av en "drag" handling er det ikke lov å spille ballen, det straffeslaget er ikke tillatt.*

*j spilleren som tar straffeslaget må spille ballen bare én gang og må ikke senere tilnærme verken ballen eller spilleren som forsvarer straffeslaget.*

*13.8 straffeslag er fullført når:*

*A En/et mål er scoret eller tildelt*

*b ballen kommer til ro inne i sirkelen, losjer i Keeper utstyr, er tatt av målvakten eller spiller med Keeper privilegier, eller går utenfor sirkelen.*

*13.9 For en straffbar handling under utførelsen av et straffeslag:*

*A av spilleren som tar straffe: en fri/push tildeles til forsvaret*

*b når spilleren som forsvarer straffeslag hindrer et mål men forlater mållinjen eller flytter noen av føttene før ballen har blitt spilt: så må det straffeslaget tas igjen*

*For første lovbrudd av denne typen, spilleren må bli advart (grønt kort) og for eventuelle senere lovbrudd må han suspenderes (gule kort).*

*c for annen krenkelse av spilleren som forsvarer straffeslaget, som hindrer et mål i å bli skåret: et mål skal tildeles*

*d for en straffbar handling av spilleren som forsvarer straffeslaget som forhindrer ikke et mål i å bli skåret: så må straffeslaget tas igjen*

*e for en straffbar handling av en spiller på det forsvarende lag og et Målet er ikke scoret: det straffeslaget tas igjen*

*f for en straffbar handling av en spiller på det angripende laget andre enn den spilleren som tar straffeslag og et mål er scoret: det straffeslaget skal tas igjen.*

## **14 Personlig straffer**

*14.1 For en straffbar handling, kan den fornærmende spilleren tildeles:*

*a advarsel (angitt med talte ord)*

*b advarsel (angitt med "grønn kort)*

*c midlertidig suspendert i minimum 2 minutter av spilletid (angitt med gult kort)*

*For varigheten av hver midlertidig suspensjon av en spiller på eller utenfor banen, så må det gjeldende lag spille med en spiller mindre.*

*d permanent utestengt fra dagens kamp (angitt med rødt kort).*

*For hver permanent suspensjon, så spiller det gjeldende Laget med en spiller mindre i resten av kampen.*

*En personlig straff kan gis i tillegg til passende straff.*

*14.2 midlertidig suspenderte spillere må være i et utpekt sted før tillatelse av dommeren til å gjenoppta spillet.*

*14.3 midlertidig suspenderte spillere har lov til å vende tilbake til sine lag ved pause etter som de må tilbake til et utpekt sted for å fullføre sin suspensjon.*

*14.4 ment varigheten av en midlertidig suspensjon kan bli utvidet for dårlig oppførsel av en spiller mens suspendert.*

*14.5 permanent suspenderte spillere må forlate banen og Omgivelsene rundt banen.*

# **1 Formål**

*1,1 å dømme hockey er en utfordrende, men givende måte å delta i spillet på.*

*1,2 dommerne bidrar til spillet ved å:*

*a hjelpe til ved å heve standarden på spillet på alle nivåer ved at aktørene overholder reglene*

*b sikrer at hver kamp blir spilt i rett ånd*

*c bidrar til å øke nytelsen av spillet for spillere, tilskuere og andre.*

*1.3 Disse målene kan oppnås hvis dommerne er:*

*A konsekvente: dommerne må opprettholde respekt for seg selv av spillere ved å være konsekvente*

*b rettferdig: beslutninger må gjøres med en følelse av rettferdighet og integritet*

*c forberedt: uansett hvor lenge en dommer har deltatt, er det viktig å forberede seg grundig til hver kamp*

*d fokusert: konsentrasjon må opprettholdes hele tiden ingenting må få lov til å distrahere en dommer*

*e forståelsesfull: en god forståelse av reglene må kombineres med en god opplevelse med spillerne*

*f bedre; flinke dommere må sikte for å bli enda bedre med hver eneste kamp*

*g naturlig: en dommer må være seg selv, og ikke etterligne en annen person, til enhver tid.*



*1,4 dommere må:*

*A ha grundig kjennskap til regler for Innendørs Hockey men også huske at regler og sunn fornuft kombinert må styre tolkningen av reglene*

*b støtte og oppmuntre dyktige spillere, blåse omgående og bestemt ved lovbrudd og bruke den riktige straffen*

*c etablere kontroll og vedlikeholde den gjennom hele kampen*

*d bruke alle tilgjengelige verktøy for kontroll*

*e utøve fordels regel så mye som mulig for å yte flyt og åpen kamp, men uten å miste kontrollen.*

## **2 Henviser reglene**

*2.1 Beskytte dyktig spill og straffe lovbrudd:*

*A relativ alvor i et lovbrudd må identifiseres og alvorlige lovbrudd som farlig eller grov spill må behandles tidlig og strengt i en kamp*

*b forsettlig lovbrudd skal straffes strengt*

*c dommere må vise at dersom spillerne samarbeider, så vil dyktig spill bli beskyttet og kampen vil bli avbrutt bare når en regel blir brutt.*

*2.2 Fordel:*

*A Det er ikke nødvendig at alle lovbrudd skal straffes når ingen fordel er gitt ved lovbruddet; unødvendig avbrudd i flyt av kampen fører til unødige forsinkelser og irritasjon*

*b når reglene har blitt brutt, så må en dommer gi gjeldende fordel hvis dette er den mest riktige straffen*

*c at en spiller har ballen betyr ikke automatisk at det er en fordel, for å bruke fordel, må den spiller / lag med ballen være i stand til å kunne utvikle deres spill*

*d hvis dommer har besluttet å spille fordel, en annen mulighet må ikke gis ved å gå tilbake til den opprinnelige straffen*

*e det er viktig å forutse flyt av kampen, til se utover handlingen i øyeblikket og å være bevisst på det potensielle av utviklingen i kampen.*

### *2.3 Kontroll:*

*A avgjørelser må tas straks, positivt, klart og konsekvent*

*b strenge tiltak tidlig i en kamp vil vanligvis motvirke gjentakelse av en forbrytelse*

*c Det er ikke akseptabelt for spillere å fornærme motstandere, dommere eller andre tekniske offisielle verbalt eller gjennom kroppsspråk og holdning. Dommere må gi streng straff ved misbruk av denne typen fornærmelser, og om det er aktuelt utstede en advarsel, advarsel (grønt kort), eller en midlertidig (gult kort) eller permanent (rødt kort) suspensjon. Forsiktighetsadvarsel, advarsler og suspensjoner kan gis i isolasjon eller i kombinasjon med annen straff*

*d advarsler kan gis til spillere i nærheten uten å stoppe kampen*

*e det er mulig, selv om dommerne ikke oppfordres til å gjøre det, for en spiller å motta to grønne eller to gule kort for ulike lovbrudd i samme kamp. Men når en straffbar handling som et kort allerede er blitt tildelt gjentas, så må det samme kortet ikke brukes igjen og strengere straff må tildeles*

*f når et nytt gult kort tildeles, perioden på suspensjon må være betydelig lengre enn første suspensjon*

*g det må være en klar forskjell mellom varigheten av et gult kort suspensjon for et mindre lovbrudd og Varigheten for et mer alvorlig og / eller fysisk krenkelse*

*h når en spiller oppfører seg uforsiktig med vilje på en alvorlig måte mot en annen spiller, dommer eller andre kamp Offisielle, så må det røde kortet vises umiddelbart.*

#### *2.4 Straff:*

*a et bredt spekter av straff er tilgjengelig*

*b to straffer kan brukes sammen for å takle dårlige eller vedvarende lovbrudd.*

### **3 dømming ferdigheter**

#### *3.1 De viktigste dommerferdighetene er:*

*a kamp forberedelse*

*b samarbeid*

*c mobilitet og posisjonering*

*d blåse i fløyten*

*e signaler.*

#### *3.2 kamp forberedelse:*

*A dommer må forberede seg grundig for hver kamp og kommer på banen i god tid*

*b før kampen starter, må begge dommere sjekk banemarkeringer, mål og nett og sjekk for eventuelle farlige spiller utstyr eller benk/bane utstyr*

*c de to dommerne må bruke lignende farger med klær til hverandre, men forskjellige fra dem begge lagene bruker*

*d klær som passer til forholdene må brukes*

*e fottøy må passe bane forholdene og bistå mobilitet*

*f dommer utstyr må brukes, som inkluderer en kopi av gjeldende Regel bok, en høy og særpreget fløyte, stopper klokke, fargede kort for å indikere personlig straff og materialer for å ta opp kampens detaljer.*

### *3.3 Samarbeid*

*A godt lagarbeid og samarbeid mellom dommere er essensiell*

*b før en kamp, skal dommere diskutere og bli enige om hvordan de skal arbeide sammen, for å hjelpe hverandre. Øyekontakt mellom dommere må praktiseres og opprettholdes*

*c dommere må ta ansvar og være forberedt på å hjelpe til når deres kollega blir utilskrekkelig eller har vanskeligheter med visse deler av banen og om nødvendig og hvis mobilitet er bra, må dommerne være forberedt på å krysse senterlinjen og gå så langt som mulig inn i en kollegas halvpart av banen, for å hjelpe.*

*Dette bidrar til å forsikre spillerne om at beslutninger er riktige, skriftlig oversikt over mål og kort utstedt må holdes av begge dommere og må bekreftes på slutten av kampen.*

### *3.4 Mobilitet og posisjonering:*

*A dommere må være mobile slik at de kan flytte til aktuelle posisjoner, i hele kampen.*

*b statiske dommere kan ikke se spillet tydelig nok til å gjøre riktige beslutninger til enhver tid*

*c spreke, mobile og godt posisjonerte dommere er bedre i stand til å konsentrere seg om flyt av kampen og på avgjørelser som må gjøres*

*d hver dommer opererer hovedsakelig i halvparten av banen med senterlinjen til venstre*

*e generelt, er den mest hensiktsmessige plasseringen for dommere foran og på høyre side av det angripende laget*

*f for spill mellom senter-linjen og en sirkel, dommere må plassere seg i nærheten av deres vanter*

*g når spillet er i sirkel, må dommere flytte videre inn i banen fra vantene og når nødvendig gå inn i sirkelen selv for å se viktig lovbrudd og for å bedømme om skudd mot mål er legitime*

*H for korthjørner og etter at ballen har gått utenfor banen, skal dommerne ta opp en posisjon som gir et klart syn på alle potensielle bevegelser*

*j under straffeslag, skal dommerne ta stilling bak og til høyre for spilleren som skal ta straffeslag*

*j dommere må ikke tillate at deres posisjonering forstyrrer med flyt og spillestil*

*k dommere må vende seg mot spillerne hele tiden.*

### *3,5 blåse i fløyten:*

*A fløyte er den viktigste måten dommere kommuniserer med spillere, hver andre og Personer som er involvert i kampen*

*B fløyten må være blåst besluttsomt og høyt nok for alle involvert i kampen, for å kunne høre det. Det betyr ikke å fløyte høyt og lenge til alle tider*

*c tonen og varigheten av fløyten må være variert til å kommunisere, hvor alvorlig et lovbrudd er til spillerne.*

### *3,6 Signal*

*A signal, må være tydelige og holdt lenge nok til å sikre at alle spillere og den andre dommeren om at beslutningen er klar*

*b bare Offisielle signaler må brukes*

*c det foretrekkes at en dommer står stille når han gir et signal*

*d retningsbestemte signaler må ikke gjøres tvers over hele kroppen*

*e det er dårlig praksis å se bort fra spillerne når et signal eller vedtak er gjort; ytterligere lovbrudd kan bli oversett, konsentrasjonen kan bli tapt, og dette kan indikere til mangel på selvsikkerhet.*

## **4 dommer signaler**

### *4,1 Timing*

*A start tid: snu mot den andre dommeren med en arm rett opp i luften*

*b stopp på tiden med en time-out: stå mot den andre dommeren og lag en T-form med begge hender foran brystet*

*c stopp tid på noe annet tidspunkt: stå mot den andre dommeren og kryss fullt forlenget armer ved handleddet over hodet*

*d to minutters spilletid igjen: løfte begge hendene rett opp i luften med peker indeks fingeren*

*e ett minutt spilletid igjen: løfte den ene hånden rett opp i luften med peker indeks finger. Når et tids signal er gitt, kant ingen andre tid signaler, gis.*

*4,2 Bully: bevege hendene vekselvis opp og ned foran Kroppen, med håndflatene mot hverandre.*

*4,3 Ball ut av spill:*

*A ball ut av spill over vantene: indikerer retning med en arm hevet vannrett*

*b ballen ut av spill over bak-linjen av en angriper og utilsiktet av en forsvarer: ha ansiktet mot sentrum av banen, utvide begge armene horisontalt sidelengs.*

*4.4 Mål skåret: pek begge armene horisontalt mot Midten av banen.*

*4,5 regelbrudd på spillestil:*

*Signaler for gjennomføring av lovbrudd må vises hvis det er tvil om årsaken til beslutning.*

*A Farlig spill: plassere en underarm diagonalt over brystet*

*b juks og / eller hissig: stoppe spillet og gjøre beroligende bevegelse ved å bevege begge hendene sakte opp og ned, håndflatene nedover foran kroppen*

*c spark: heve et bein og berøre den ved foten eller ankelen med hånden*

*d høy ball: hold håndflatene mot hverandre horisontalt foran kroppen, med en palme på ca 150 med mer over den andre håndflaten*

*e obstruksjon: hold krysset armer foran brystet*

*f tredjepart eller skygge obstruksjon: vekselvis åpen og lukk krysset armer foran brystet*

*g kølle obstruksjon: hold den ene armen ut og nedover foran kroppen halvveis mellom vertikal og horisontal; berører armen med den andre hånden*

*h 3 meter avstand: strekker den ene armen rett opp i luften og vis en åpen hånd med alle fingrene utvidet.*

#### *4.6 Straff*

*A fordel: strekk den ene armen høyt fra skulderen i den retningen som det fordelende lag spiller*

*b fri/push: indikere retning med en arm hevet horisontalt*

*c fri/push fremmet opp til 5 meter: heve en arm vertikalt med håndflaten knyttet*

*d korthjørne: pek begge armene horisontalt mot målet*

*e straffeslag: pek den ene armen på straffeslag merke og den andre rett opp i luften, og dette signalet angir også at, tiden stoppet.*



## **BANE OG UTSTYR SPESIFIKASJONER**

*Diagrammene er gitt for å hjelpe tolkning av disse spesifikasjoner men de er ikke nødvendigvis tiltrukket av skalaen. Teksten er den Definitive spesifikasjon.*

### ***1 bane og benk utstyr***

*1.1 banen er rektangulær, 44,00 meter avgrenset av vantene og 22,00 meter bred avgrenset av bak linjene.*

*Bruk av en fullstor bane anbefales på det sterkeste men en mindre størrelse bane kan spesifiseres i nasjonale eller lokale forskrifter. Minimumsstørrelsen er 36 meter lang og 18 meter bred. Minimum tillegg områder anbefales utenfor Bak linjer (3 meter) og utenfor side linjer (1 meter).*

#### *1.2 Merking:*

*A ingen merker andre enn de som er beskrevet i denne regelutgaven kan merkes på spillefeltet på overflaten Hvis innendørs hockey spilles på en overflate preget med linjer for andre idretter som ikke lett kan fjernes, må de være av en særegen farge.*

*b linjer er 50 mm brede, og skal være tydelig merket langs hele sin lengde*

*c bak linjer og alle markeringer vedlagt mellom dem og vantene er en del av banen*

*d alle merkene må gjøres i en farge som er i kontrast med spille overflaten.*

### *1. 3 banen og vantene:*

*vantene på 36,00 til 44,00 meter grenser av banens lange sider*

*b er basert på en firkantet 100 mm kvadrat*

*c oppreist vendt banen er høvlet av 10 mm mot banen.*

*vantene må være laget av tre eller materialer med tilsvarende, fysiske egenskaper.*

*De må ikke ha tilbehør eller utstyr som er farlig for spillere eller dommere.*

### *1.4 Linjer og andre merker:*

*A Bak linjer: 18.00 til 22.00 meter omkrets linjer*

*b mållinjer: den delen av bak linjer mellom målstolpene*

*c senterlinje: på tvers over midten av banen*

*d linjer 300 mm lang merket på innsiden av banen på hver bak-linje på begge sider av målet på 6 meter fra den ytre kanten av nærmere målstolpe, målt mellom den lengst kantene på hver linje*

*e linjer 150 mm lang merket utenfor banen på hver bak-linje 1,50 meter fra sentrum av bak-linje, målt mellom nærmeste kanten av disse linjene*

*f straffe merker 100 mm i diameter markert foran sentrum av hvert mål med sentrum av hver spot 7 meter fra den indre kanten av mållinjen.*

*1,5 sirklene:*

*linjer 3,00 meter lang, og parallelt med bak linjer*

*er merket inne på banen med sine senter i tråd*

*med midten av bak-linjene;*

*a avstanden fra utsiden kantene av disse 3,00 meter linjer til*

*utenfor kantene av bak-linjene er 9,00 meter*

*b disse linjene er videreført i uavbrutt buer i begge*

*retninger for å møte bakte linjer i form av kvartsirkler*

*med sentrene på innsiden foran hjørnet*

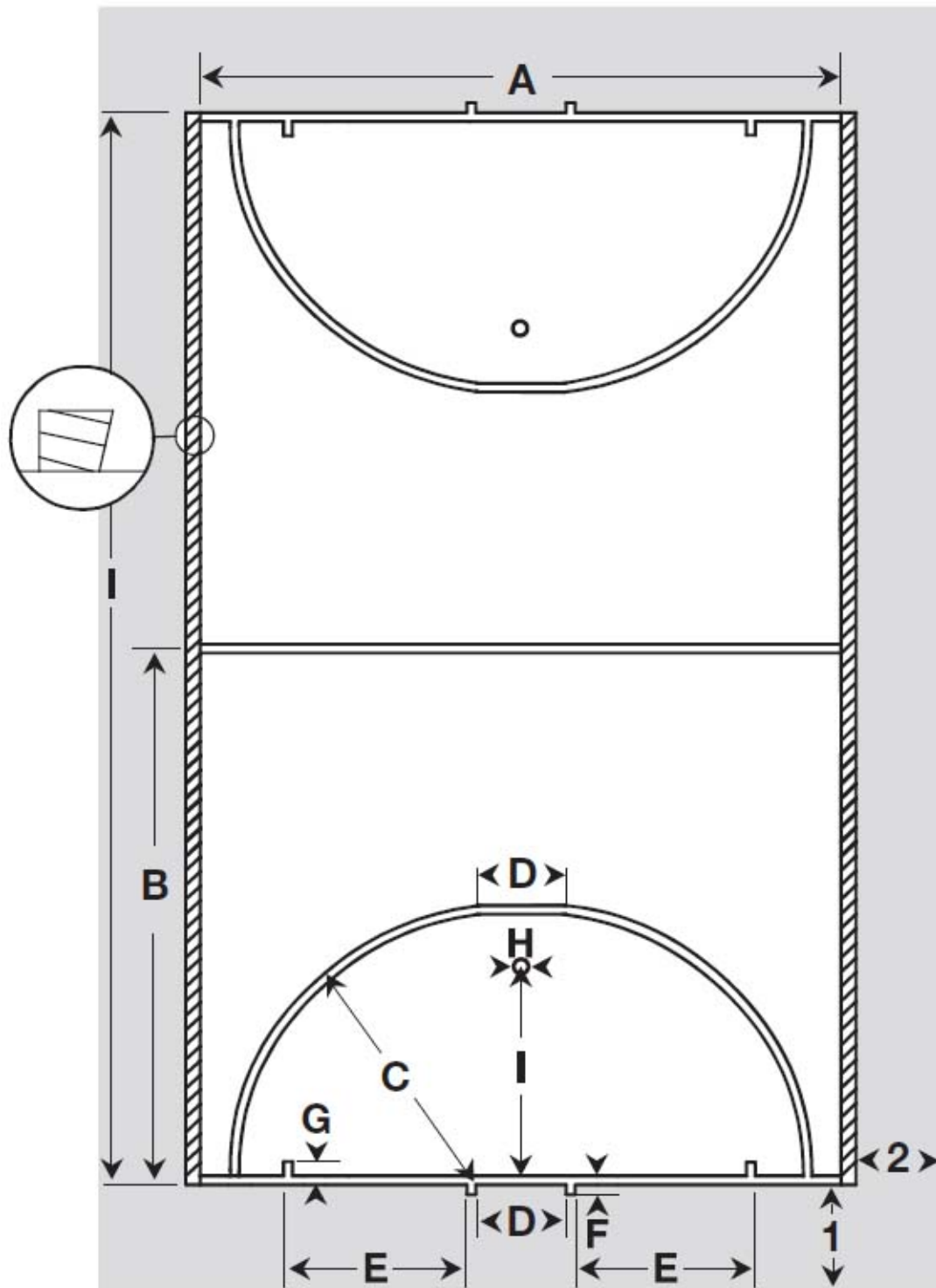
*av nærmeste mål Stolpe*

*c de 3,00 meter linjene og buene kalles for sirkellinjer*

*; Mellomrommene omsluttet av disse linjene, inkludert*

*linjer selv, kalles sirkler*

*Figur 1: Innendørs Bane*



## ***bane Størrelse***

*Kode Meter kode Meter*

*A 22.00*

*(minimum 18,00) 0,30 G*

*B 22.00*

*(minimum 18,00) 0,10 H*

*C 9.00 Jeg 7,00*

*D 3,00*

*E 6,03 1 minimum 3,00*

*F 0,15 2 minimum 1,00*

*\* Dimensjon E måles fra målstolpe linje og ikke fra målstolpen selv; dimensjonen fra målstolpen er 6.00 meter.*

*1.6 Mål: A to vertikale målstolper sammensatt av en horisontal tverrlegger er plassert i sentrum av hver bak-linje på eksterne merker*

*b målstolpen og tverrleggeren er hvit, rektangulær med tverrsnitt, 80 mm bred og 80 mm dypt*

*c målstolpene må ikke forlenges vertikalt utover tverrleggeren og tverrlegger må ikke forlenges horisontalt utover målstolpene*

*d avstanden mellom indre kantene av målstolpene er 3.00 meter og avstanden fra nedre kant av tverrleggeren og bakken er 2,00 meter*

*e plassen utenfor banen, bak men inkludert målstolpene og tverrlegger omslutes av nettet og er*

*minimum 800 mm dyp på tvers av tverrlegger og minimum 1,00 meter dypt på bakkenivå.*

*sideplater og bakplater er ikke obligatorisk men hvis plassert, skal de samsvare med Følgende spesifikasjoner*

*A sideplatene er minimum 0,92 meter lang og 460 mm høy*

*b bakplatene er 3,00 meter lang og 460 mm høy*

*c sideplatene er plassert på bakken på tvers av bak-linjene og er satt til baksiden av målstolpene uten å øke deres bredde*

*d bakplatene er plassert på bakken i rett vinkel til målet, sideplatene og parallelt med bak-linjen, og er satt til enden av målets sidebrett*

*e sideplater og bakplatene er av en mørk farge på innsiden.*

*1.7 Nett:*

*A maksimum maskevidde er 45 mm*

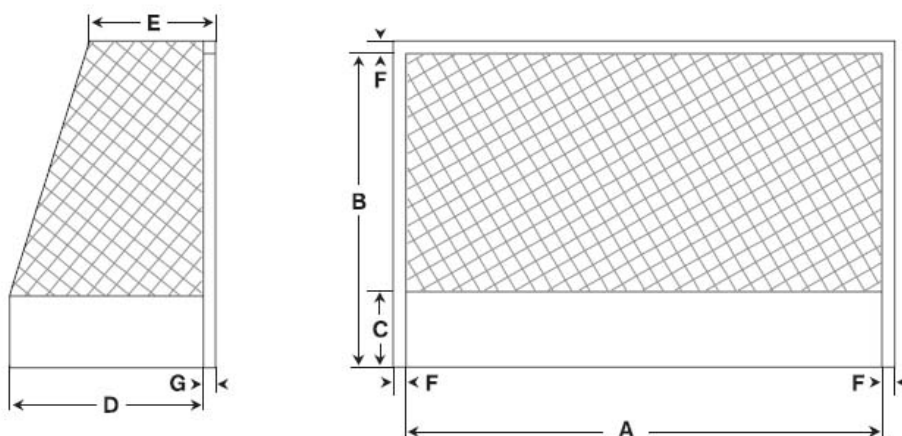
*b vedlegg til baksiden av målstolpene og tverrleggeren er med mellomrom på ikke mer enn 150 mm*

*c nettet henger utenfor målet, sideplater og bakplaten hvis satt til*

*d nettet er sikret For å hindre at ballen går forbi mellom nett, målstolper og tverrlegger og mellom nett og sideplatene og bak platene hvis satt til*

*e nettet er satt til løst for å hindre at ballen spretter tilbake.*

**Figur 2: Mål**



### **Mål Størrelse**

*Kode Meter kode Meter*  
*En 3,00 E minimum 0,80*  
*B 2,00 F 0,080*  
*C 0,46 G 0,080*  
*D minimum 1,00*

### **1.8 Benker og bord:**

*a en benk for hvert lag er plassert utenfor og langs den ene siden av banen*

*b bord for sekretariat plasseres utenfor og på midt av banen på samme side som, og mellom lag benker.*

*C Plasseringen av benker og bord må ikke være Farlig for spillere eller funksjonærer.*

## 2 køllen

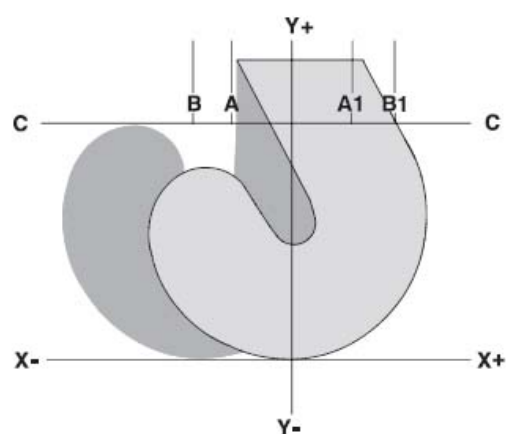
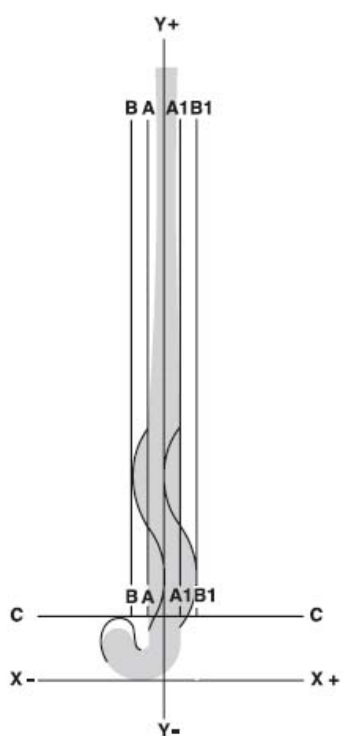
Alle mål er og andre spesifikasjoner vurderes med ytterligere tilbehør festet til køllen (dvs. med køllen i den form som den brukes på banen).

### 2.1 køllen:

A køllen har hatt en tradisjonell form som vil bli beholdt

b ingen spesielle håndtak eller hodeform eller design har blitt godkjent, men innføringen av ekstreme former eller design utenfor spesifikasjoner vil ikke bli tillatt.

### Figur 3: køllens Figur 4: hodeformen til køllen





## 2.2 Diagrammer av køllen:

*A beskrivelser og spesifikasjoner i denne regelen gjelder figurene 3 og 4*

*b køllen består av to identifikasjoner i deler, håndtaket og hodeformen*

*c køllen er vist i både figurene med håndtaket i en vertikal stilling, i hovedsak vinkelrett på et nivå med horisontal overflate (X-aksen)*

*d den buede undersiden av hodet er vist plassert på X-aksen, som er starten på sin vertikale lengde (Y-aksen)*

*e hodet avsluttes på en linje C - C trukket parallell til X-aksen, 100 mm langs Y-aksen, i positiv retning (mot Y +)*

*f Y-aksen er loddrett på X-aksen, for måling formål, køllen er justert slik at Y-aksen går gjennom sentrum av toppen av håndtaket*

*g håndtaket starter ved linje C - C og fortsetter i retning Y +.*

## 2.3 Form og dimensjoner av køllen:

*A hele køllen må være jevn og må ikke ha noen grove eller skarpe deler*

*b håndtaket og hodet må være av en glatt kontinuerlig tverrsnitt av linjen C - C*

*c hodet må være en J eller U form oppbøyd eller åpen slutt som er begrenset av linjen C - C*

*d hodet er ikke begrenset langs X-aksen*

*e hodet må være flat på bare venstre side (siden som er på spillerens venstre når køllen holdes med den åpne enden av hodet pekende direkte unna spillerens front, dvs. den siden som vises i diagrammer)*

*f den flate spillesiden av hodet på køllen og eventuelle videreføring av det langs håndtaket må være jevn og i ett plan med noen konvekse og konkave avvik på den flate siden på ikke mer enn 4 mm i noen retning. Avvik på spilesiden av hodet er testet ved å plassere en rett kant over denne siden på noe punkt langs hodet og å bruke en standard spiss dybdemåler. Dybden av konkav krumning under rett kant må ikke overstige 4 mm, summen av dypet under på rett kant langs kantene av køllen må ikke overstige 8 mm.*

*g inkludert ytterligere tilbehør brukt på køllen må den kunne passere gjennom en ring med et interiør diameter på 51 mm*

*h linjene A - A og A1 - A1 på tegningene er 51 mm med hverandre parallelt, og like langt fra Y-aksen*

*i linjene B - B og B1 - B1 er 20 mm fra A - A og A1 - A1 henholdsvis*

*j det er tillatt å være bøyd eller buet på håndtaket utenfor linje A - En gang bare langs lengden på Y-aksen, til den begrensende linje B - B på maksimum*

*Formen og dimensjoner av køllen testes ved bruk av en flat overflate merket med linjer som vises i figur 3. køllen er lagt med spille side ned på overflaten.*

*k enhver kurve langs køllen (rett eller bøy) må ha en kontinuerlig jevn profil langs hele lengden, dette må skje langs rettsiden eller baksiden av køllen, men ikke begge deler, og er begrenset til en dybde på 25 mm.*

*En måte å teste raken eller buen er å bruke en spiss kile punkt som er 25 mm på den flate siden*

*Eller:*

*ved bruk av en rund sylinder med en diameter på 25 mm. Køllen er lagt med spille side nedover på en flat overflate i sin naturlige hvilende stilling. kanten er plassert med sin base på overflaten*

*eller:*

*sylindere legges på langs, på overflate. kanten eller sylindere, må ikke gå helt under køllen på noe sted langs dens bredde.*

## ***Figur 5: køllen rett eller bøyd***

### *2.4 Spille side av køllen:*

*A spillside er hele siden vist på tegningene og kantene på siden i diagrammet*

*b kantene og ikke-spillende side må avrundes og må ha en kontinuerlig jevn Profil.*

*Spillere må være klar over at produsenter kan nekte å erstatte køller som er brutt eller skadet som følge ved bruk av kanten av køllen til å slå ballen fordi, mange køller er, ikke laget for bruk på denne måten.*

### *2.5 Den totale vekten av køllen må ikke overstige 737 gram.*

*2,6 Ball hastigheten må ikke være større enn 98% av kølle hodets fart under testforhold.*

*Ball hastighet bestemmes over en serie på 5 tester med en kølle hastigheten 80km/t i simulatoren til en FIH godkjent laboratorium. Ball hastighet beregnes fra det tidspunkt ballen passerer to målinger og uttrykkes som et forhold til bestemt køllehastighet.*

*FIH godkjent hockey baller brukes.*

*Testen er utført ved gjeldende laboratorium forhold med en temperatur på ca 20 ° C og relativ luftfuktighet på ca 50%.*

*2.7 Materialer:*

*A køllen og mulige tilføyelser kan lages av eller inneholde alle materialer enn metall eller metalliske komponenter, såfremt det er beregnet for å spille hockey og er ikke farlig*

*b anvendelsen av bånd og teip er tillatt forutsatt at køllens overflate forblir glatt og at det følger køllens spesifikasjoner.*

*2.8 FIH forbeholder seg retten til å forby en kølle som i oppfatning av Hockey Regler Styret, er usikker eller sannsynligvis vil ha en ugunstig innvirkning på å spille spillet.*

### **3 Ball**

#### *3.1 ball:*

*a er rund*

*b har en omkrets på mellom 224 mm og 235 mm*

*c veier mellom 156 gram og 163 gram*

*d er laget av valgfri materiale og farget hvitt (eller en avtalt farger som er i kontrast til spille overflaten)*

*e er hard med en glatt overflate, men fordypninger er tillatt.*

### **4 Keeper utstyr**

#### *4,1 Hand beskyttere:*

*A har en maksimal bredde på 228 mm og lengde på 355 mm når de blir lagt flat med håndflaten oppover*

*b må ikke ha noen tilføyelser for å beholde køllen når køllen ikke er holdt i hånden.*

#### *4,2 Legg beskyttere:*

*hver har en maksimal bredde på 300mm da keeperen har dem på leggene.*

*Dimensjonene til keepers hånd beskyttere og leggbeskyttere blir målt ved hjelp av måleinstrumenter med relevante interne dimensjoner.*

## **TILLEGGSINFORMASJON TILGJENGELIG**

*The International Hockey Federation: kan gi informasjon om forskjellige emner for å hjelpe deltakere i sporten.*

### ***Innendørs Hockey:***

*En egen publikasjon er utgitt:*

- *Regler Hockey (dvs. utendørs / field hockey).*

### ***Innendørs fasiliteter:***

*Informasjon er tilgjengelig om:*

- *hvordan skaffe fasiliteter, inkludert baner for innendørs hockey.*

### ***Syntetisk Bane og Belysning (Utendørs)***

*Informasjon er tilgjengelig om:*

- *Krav*
- *Vanning anbefalinger*
- *Retningslinjer for stell og vedlikehold*
- *Godkjente syntetiske bane produsenter*
- *Installere baner og fasiliteter*
- *kunstig belysning.*

## ***Turnerings Regler og Ledelse***

*Informasjonen omfatter blant annet:*

- Roller og ansvar for turnerings Offisielle*
- Spesifikasjoner av lagklær, utstyr og farger*
- Annonsering på klær og / på rundt banen*
- Avbrudd i en kamp*
- Prosedyrer for håndtering av protester*
- Konkurransen planlegging og rangerings prosedyre (inkludert et straffeslag konkurranse).*

## **dømming**

*Informasjon av interesse for dommere er inkludert:*

- *Gradering kriterier for FIH dommere*
- *Håndbok for internasjonale dommere inkludert informasjon om dommer ferdigheter, turnering og mental forberedelse og en helse program*
- *dommer ledere, turnerings sjekklister inklusiv informasjon om plikter, dømming trening, fysisk testing, ytelse tilbakemeldinger og Assessor former.*

## **Hockey Utviklingsressurser**

*Ulike materialer produsert av hockey deltakere i hele verden er tilgjengelige i papirutgave, på video og på kompakt disk. De omfatter:*

- *Nybegynner, utvikling og elite trening*
- *Skole og ungdoms programmer*
- *Minihockey*
- *Kurs manualer.*



***Opplysningene ovenfor er tilgjengelig på FIH webside:***

*www.worldhockey.org*

*eller fra FIH kontoret:*

*The International Hockey Federation*

*Rue du Valentin 61*

*1004 Lausanne*

*Sveits*

*Tlf. : +41 21 641 0606*

*Faks: +41 21 641 0607*

*E-post: [info@worldhockey.org](mailto:info@worldhockey.org)*

## ***KJØP AV REGLER/ BØKER***

- *Pris per kopi for opptil 10 kopier sveitserfranc (CHF)*

*7,50 inkludert frakt og håndtering.*

- *Flere eksemplarer enn ti, porto og behandling kan variere, så kontakt FIH kontoret for en pris.*

- *Betaling må følge hver bestilling.*

- *Betalings instruksjoner er tilgjengelige på FIH nettsted*

*www.worldhockey.org eller fra FIH kontoret.*

## **Copyright © FIH 2009**

*kopirettighetene av disse reglene blir holdt av International Hockey Federation. Innholdet kan reproduseres eller oversettes til distribusjon eller videresalg av tillatte National organer. Optrykk må gjenspeile utseendet på disse reglene og innlemme følgende tekst: "Gjengitt med tillatelse fra International Hockey Federation ". Nasjonale organer som søker om veiledning for optrykk av denne boken, må kontakte FIH kontoret.*

*The International Hockey Federation*

*Rue du Valentin 61*

*CH-1004 Lausanne - Sveits*

*Tlf. : + 41 21 641 0606*

*Fax: + 41 21 641 0607*

*E-post: [info@worldhockey.org](mailto:info@worldhockey.org)*

*Internett: [www.worldhockey.org](http://www.worldhockey.org)*

*Denne regelboken er en oversettelse av eksisterende regel bok utgitt av FIH. Denne regelboken er ikke en offisiell regelbok og er ment som et hjelpemiddel. Det er kun den engelske utgaven utgitt av FIH som er den offisielle regelbok utgaven. FIH er ikke ansvarlig for eventuelle feil utgitt i denne regelboken / oversettelsen,*

*Denne regelboken er oversatt av:*

*Suhail Karim*

*fra Drammen Landhockey Klubb*

*Sund gt 16*

*3015 drammen*

*Norge*

*Tlf: 98203432*

*E-mail:silver\_auto@hotmail.com*

*Ved eventuelle spørsmål, ta kontakt med:*

*Suhail karim / Drammen Landhockey Klubb*

*Sund gt 16*

*3015 Drammen*

*Norge*

*Tlf:98203432*

*E-mail:silver\_auto@hotmail.com*