



Regelkunskap





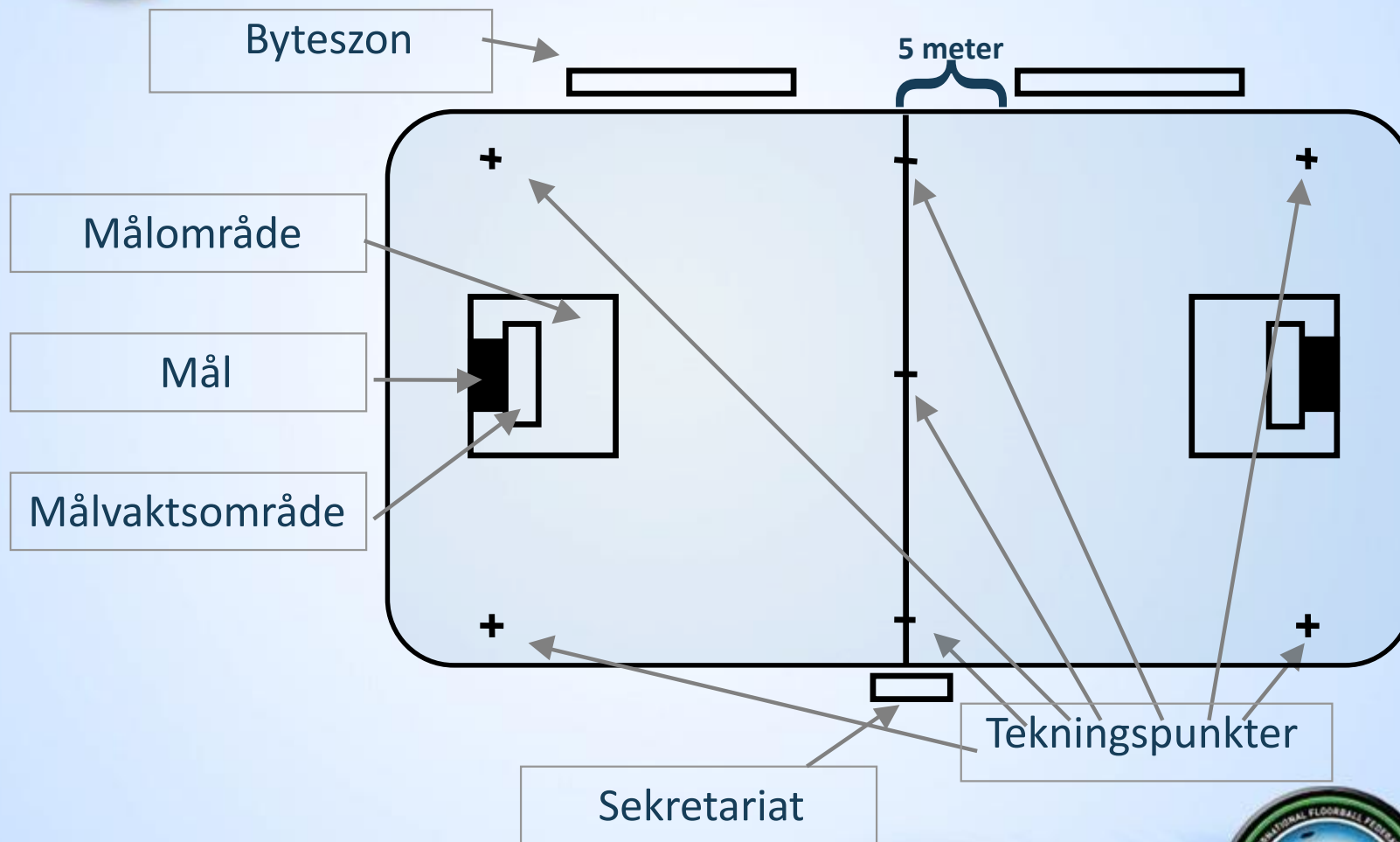
Mål

Skapa en grundläggande kunskap om innebandyns regler.





Spelplan





Spelare

Klubban

Godkänd av IFF och uppmärkt i enlighet med detta.

Bladets hook får inte överstiga 30 mm.

Blad och skaft av samma varumärke.

Lagkapten

Ska bära armbindel.

Markeras med "K" i matchprotokollet.



Utrustning

Får inte använda personlig utrustning som kan innebära skaderisk.

Klädsel

Enhetliga kläder: Tröja, kortbyxa, korta eller långa strumpor och idrottsskor.

Bortalag byter tröjor om lagens dräkter är förväxlingsbara.

Skyddsglasögon

Max 20 spelare

6 spelare på plan

Max 5 ledare





Målvakt

Klädsel

Ska vara utrustad med tröja, långbyxa och idrottsskor, måste bära ansiktsskydd.

Ansiktsmask

Godkänd av IFF och uppmärkt i enlighet med detta.

Markeras med "M" i matchprotokollet.

Vid skada

Laget har 3 minuter på sig för att korrekt utrusta en ersättare.



Utvisning

Ett eller flera mindre lagstraff, ska lagkaptenen utse en inte redan utvisad spelare som sitter av utvisningen.

Bedöms som utespelare utanför målområdet.





Fasta situationer

Med fast situation avses tekning, inslag, frislage eller straffslag.

Alla fasta situationer får gå direkt i mål.

Domaren ska använda en signal, riktningsstecken och markera platsen.

Avstånd för motståndare är 3 meter.

Bollen spelas med klubban och ska slås, inte dras eller lyftas.

Spelaren som spelar bollen får inte röra bollen igen förrän bollen vidrörts av en annan spelare.

En fast situation får inte fördröjas orimligt länge.





Tekning





Frislag - Inslag





Straffslag





Tekning

Utförs på en av tekningspunkterna.

Bollen placeras mitt på bladet, fötterna parallella, normal klubbfattning, övriga spelare 3 meter från bollen.

Vid periodstart och efter mål.

När bollen demoleras eller sargen går isär.

Om domaren blir träffad av bollen och domaren anser att detta påverkar spelet.

När ett straffslag inte resulterar i mål.

När en allvarlig skada uppstår under spel.

När en onaturlig spelsituation uppstår.





Inslag

Sker 1,5 meter från sargen, aldrig bakom förlängda mållinjen.

Bollen passerar sargen.

Bollen träffar taket eller föremål ovanför spelplanen.





Frislag

Sker 1,5 meter från sargen, aldrig bakom förlängd mållinje.

På platsen där förseelsen ägt rum.

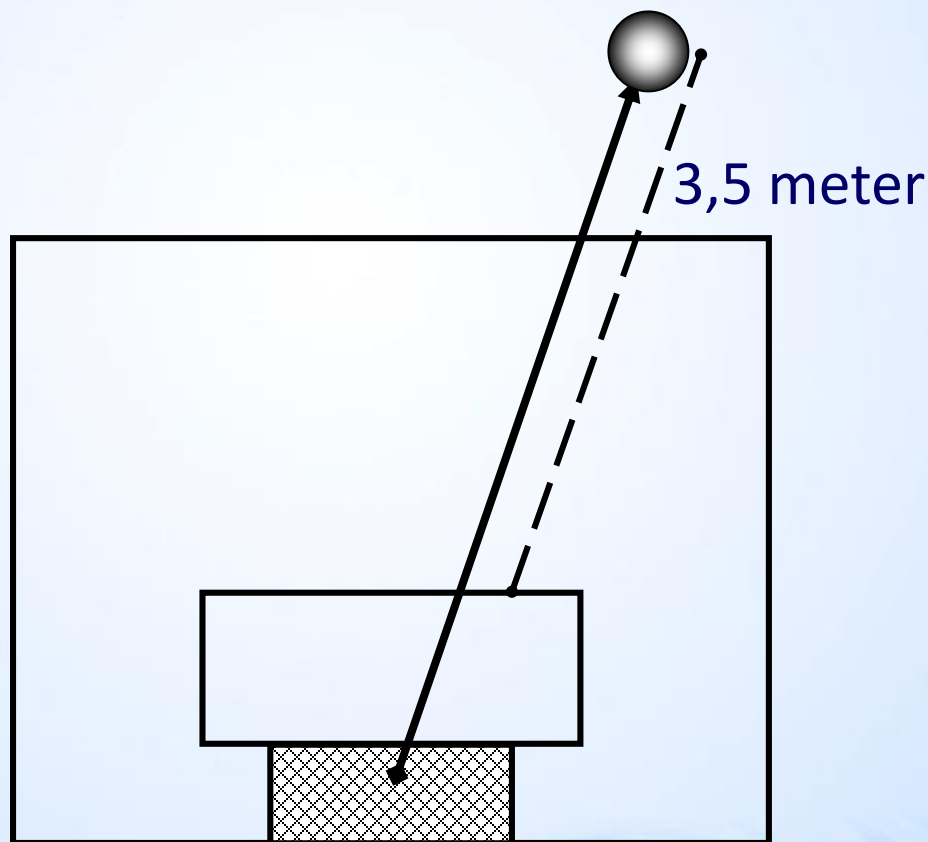
Inte närmare målvaktsområdet än 3,5 meter.

När spelet ska återupptas efter att en avvaktande utvisning verkställts. Felande lag kontrollerar bollen -> frislav på närmaste tekningspunkt. I andra fall återupptas spelet i enlighet med vad som orsakade avblåsningen.





Frislag i närheten av målvaktsområdet





Straffslag

När en målsituation avbryts eller förhindras att uppstå på grund av att försvarande lag begår en frislags- eller utvisningsbelagd förseelse.

Bollen eller spelaren måste befinna sig i rörelse framåt under hela straffslaget.

Spelaren som utför straffslaget får under detta inte röra bollen igen efter det att bollen rört målvakten.





Fördel

Fördelsregeln ska tillämpas när det icke felande laget har mer fördel av att spela vidare än att få ett frislåg.

Om icke felande lag tappar kontrollen på bollen ska frislåget placeras där fördelen uppstod.

Fördel är ett avvaktande frislåg.





Fördel





Otillåtet slag

Frislag När en spelare med möjlighet att nå bollen slår, låser, lyfter, sparkar på en motståndares klubba eller kropp.

U2 När en spelare utan chans att nå bollen eller för att vinna en betydande fördel slår, låser, lyfter, sparkar på en motståndares klubba eller kropp.

U2+U2 När en spelare gör sig skyldig till vårdslöst spel med klubban.





Otillåtet slag





Hög klubba

Frislag När en spelare med någon del av klubban eller foten försöker spela bollen mellan knähöjd och midjehöjd.

När en spelare före eller efter tillslag av bollen för klubban över midjehöjd.

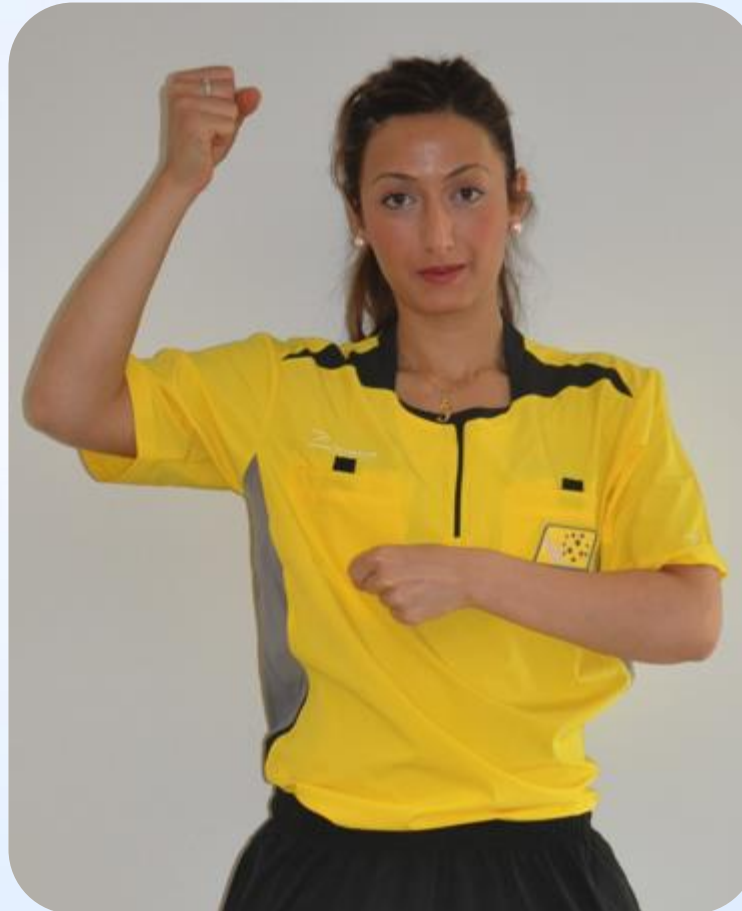
U2 När en spelare med någon del av klubban eller foten spelar bollen över midjehöjd.

När en spelare gör sig skyldig till oaktsamt spel med klubban.





Hög klubba





Felaktigt avstånd

Frislag När en spelare passivt hindrar målvaktens utkast.

U2 När en spelare aktivt hindrar målvaktens utkast.

När en spelare bryter mot avståndsregeln vid ett inslag eller frislagslag.





Felaktigt avstånd





Fysiska förseelser

Frislag När en spelare har bollen eller i kamp om bollen på något annat sätt än skuldra mot skuldra tränger undan en motståndare.

U2 När en spelare gör sig skyldig till oaktsamt fysiskt spel.

U2+U2 När en spelare gör sig skyldig vårdslöst fysiskt spel.

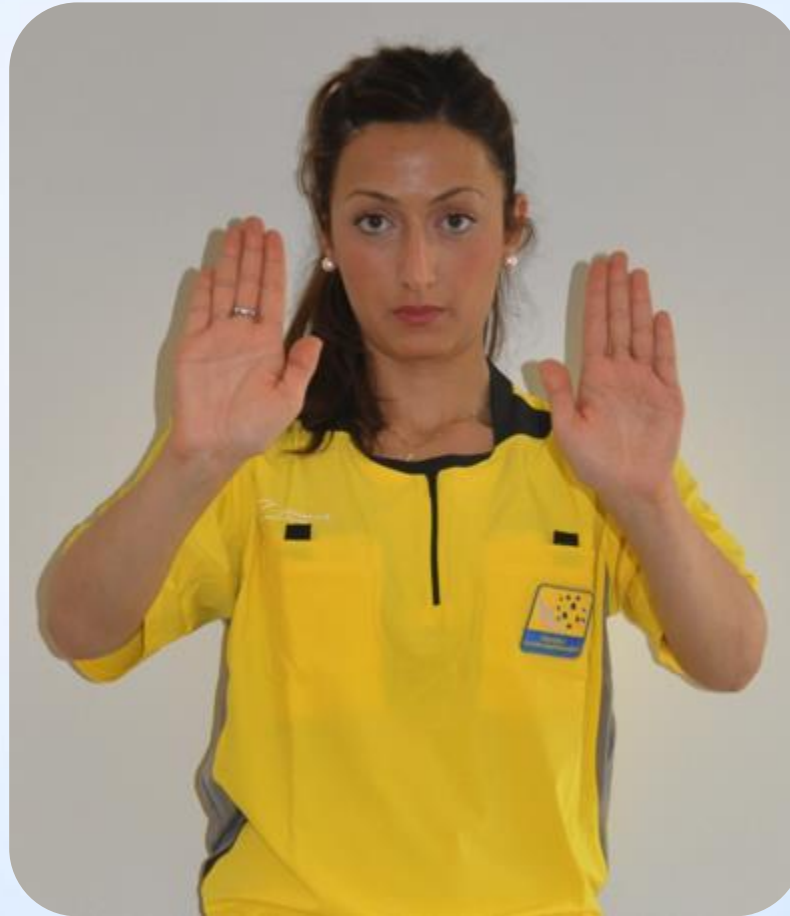
Lindrigt När en spelare gör sig skyldig till våldsamt fysiskt spel.

Grovt När en spelare eller ledare begår eller försöker begå en brutal förseelse.





Otillåten trängning





Hårt spel





Fysiska förseelser

Frislag När en spelare i kamp om bollen eller under ett försök att inta en bättre position, hindrar motståndarens löpväg.

När en spelare i kamp om bollen håller i en motståndare eller motståndarens klubba.

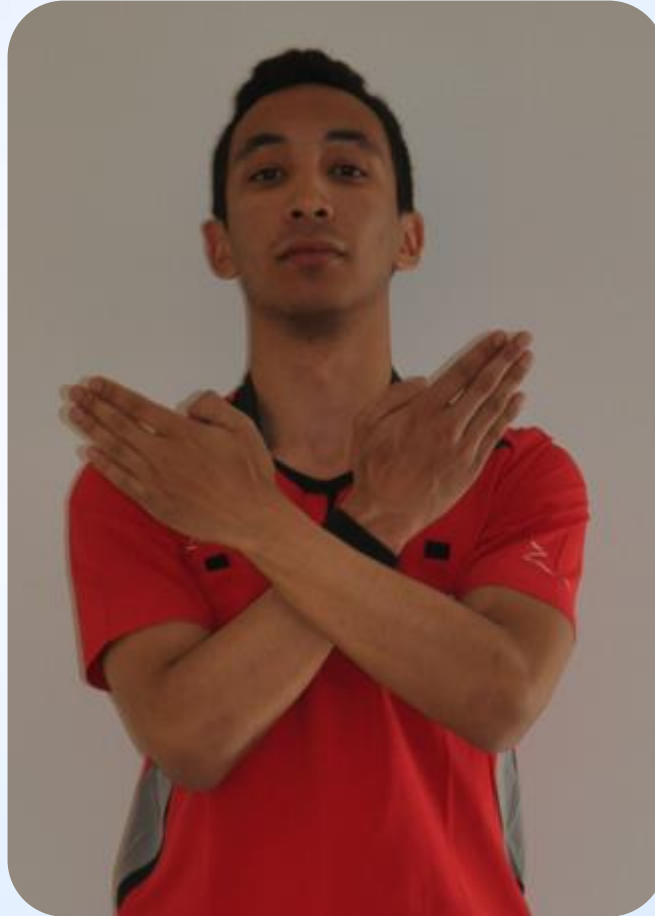
U2 När en spelare aktivt hindrar en motståndare som inte har bollen.

När en spelare utan chans att nå bollen eller för att vinna en betydande fördel håller i en motståndare eller motståndarens klubba.





Obstruktion





Förseelser som leder till frislag

När en spelare placerar klubban, foten eller knäet mellan en motståndares ben eller fötter.

När en spelare befinner sig i målvaktsområdet.

När en spelare hoppar och stoppar bollen.

När en spelare stoppar eller spelar bollen med huvudet.

När en spelare befinner sig utanför planen och därifrån spelar bollen.





Förseelser som leder till frislag

När en målvakt vid utkast helt lämnar sitt målområde.

När en målvakt kastar eller sparkar bollen över mittlinjen.

När en målvakt har bollen under kontroll längre än 3 sekunder.

När en målvakt med hand eller arm tar emot en passning från spelare i samma lag, även efter att ha rört bollen med annan kroppsdel.





Utvisningsbelagda förseelser

När en spelare begår upprepade frislagsbelagda förseelser.

När ett lag systematiskt stör spelet genom att begå upprepade frislagsbelagda förseelser.

När en spelare liggande eller sittande stoppar eller spelar bollen.

När en spelare stoppar eller spelar bollen med handen eller armen.





Mål

Ett mål ska anses godkänt när det gjorts på ett korrekt sätt och bekräftats med tekning på mittpunkten.

Ett godkänt mål får inte underkännas efter att tekning har skett.

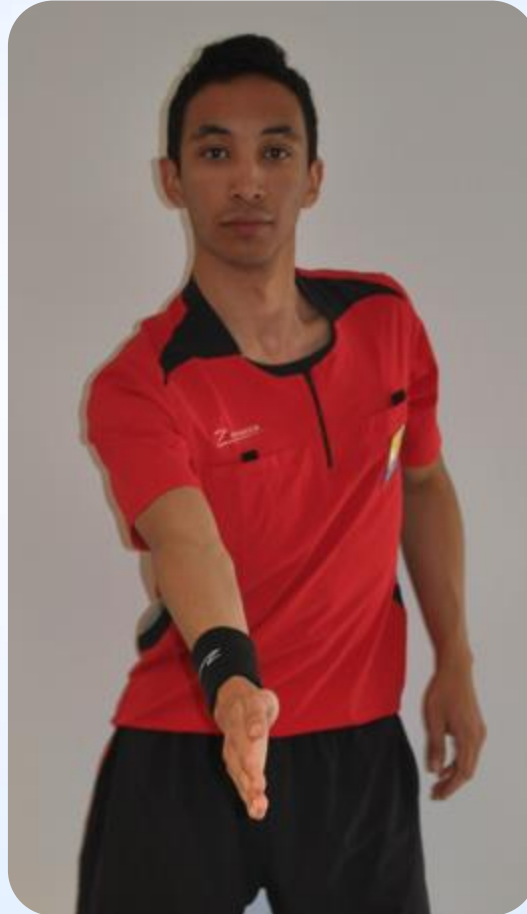
Det är mål när...

...hela bollen framifrån passerar mållinjen efter att ha spelats på ett korrekt sätt.





Mål





Felaktigt gjort mål

Det är inte mål när en spelare i det anfallande laget...

Begår en frislags- eller utvisningsbelagd förseelse i samband med eller omedelbart före målet.

Med någon del av kroppen avsiktligt styr bollen i mål.

Det är inte heller mål när...

Bollen passerar mållinjen under eller efter slutsignal.

Bollen går in i målburen utan att framifrån passera mållinjen.

Det felande laget gör mål under en avvaktande utvisning.

Bollen tar på någon av domarna och går direkt i mål.





Spela vidare/felaktigt gjort mål





Lagstraff

Mindre lagstraff 2 minuter.

Större lagstraff 2+2 minuter.

En spelare som ådrar sig ett lagstraff får inte ersättas på planen.

Endast ett lagstraff per spelare och två lagstraff per lag kan mätas samtidigt.

Om en spelare som ådragit sig ett lagstraff begår ytterligare utvisningsbelagda förseelser ska samtliga lagstraff avtjänas i en följd.

Ett lag har rätt att spela med 4 spelare på planen.





Utvisning

En utvisad spelare ska befinna sig på utvisningsbänken under hela utvisningstiden.

Mindre lagstraff, 2 minuters lagstraff avbryts vid mål.

Större lagstraff, 2+2 minuters lagstraff avbryts vid 2 mål.

En målvakt som ådrar sig ett större lagstraff 2+2 minuters lagstraff eller ett personligt straff ska själv sitta av straffet.





Avvaktande utvisning





2 min utvisning





2+2 min utvisning





Personligt straff

Ett personligt straff kan endast tilldömas tillsammans med ett lagstraff – osportsligt uppträdande.

En spelare som ådrar sig ett personligt straff får ersättas på planen.

Personligt straff avbryts inte.





Osportsligt uppträdande

- U2** När en spelare eller ledare protesterar mot domslut eller när coachning utförs på ett störande eller på annat felaktigt sätt.
- U2+P10** När en spelare eller ledare gör sig skyldig till osportsligt uppträdande (visas upp på läktaren).
- Lindrigt** När en spelare gör sig skyldig till upprepat osportsligt uppträdande.
- Lindrigt** När en spelare eller ledare begår en förseelse i klart syfte att sabotera spelet.
- Grovt** När en spelare eller ledare gör sig skyldig till missfirmelse.





Osportsligt uppträdande





Matchstraff

En spelare eller ledare som ådrar sig ett matchstraff ska omedelbart bege sig till omklädningsrummet och får därefter inte delta i matchen.

Ett matchstraff ska alltid leda till 2+2 minuters lagstraff.

Tekniskt matchstraff, utvisad resten av matchen.

Lindrigt matchstraff, utvisad resten av matchen, en match avstängning i samma serie.

Grovt matchstraff, utvisad resten av matchen, minst en match avstängning i samma serie samt anmälan till bestraffning.





Matchstraff

