

Regler blå nivå – fyra mot fyra utespelare med målvakt

Spelplan

Spelplanens mått

Spelplanen ska normalt vara 30 x 15 meter.

Målburar

Målburarna ska vara 120 x 90 centimeter.

Målvaktsområden

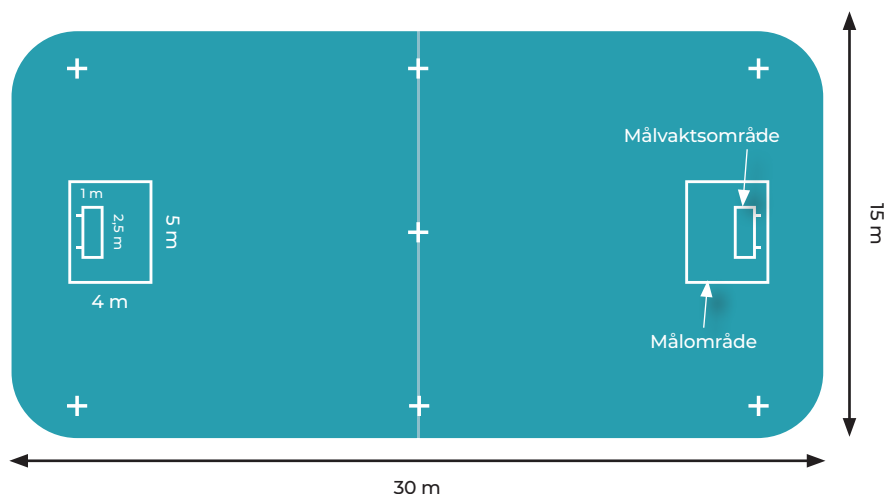
Målvaktsområden med måtten 1 x 2,5 meter ska markeras framför respektive målbur.

Målområden

Målområden med måtten 4 x 5 meter ska markeras framför respektive målbur.

Byteszoner

Byteszoner med en längd av 10 m ska märkas ut efter planens ena långsida, 2,5 m från mittlinjen.



Speltid

Speltiden är alltid rullande, men längden på perioderna/matcherna kan variera beroende på förutsättningarna i distriktet. Tiden stoppas vid mål, utvisning, straffslag och på domares tecken.

Timeout

Det är inte tillåtet att ta timeout.

Deltagare

Spelare

Under spel får ett lag ha högst fyra utespelare och en målvakt på planen samtidigt. Målvakten får inte ersättas med en extra utespelare.

Byten

Byten görs som flygande byte. Spelare får byta obegränsat antal gånger från byteszonen.

Domare

Matchen döms av två domare.

Utrustning

Spelarnas klädsel

Spelarna ska ha klädsel som är anpassad för innebandy, och det ska gå att skilja lagen åt.

Domarnas klädsel

Domare ska ha kläder av sportmodell, gärna en domartröja eller liknande i en färg som om möjligt skiljer sig från spelarnas färger.

Skyddsglasögon

Samtliga spelare ska bära skyddsglasögon när de är på spelplanen.

Målvaktsutrustning

Målvakt ska bära långbyxor, ansiktsskydd (hjälm) och skor. Målvakt får inte använda medel för att glida lättare, exempelvis silikon eller stearin.

Personlig utrustning

Spelare får inte bära något som kan innebära en skaderisk för dem själv eller andra, till exempel halsband eller örhängen.

Klubba

Klubban ska vara försedd med IFF:s godkännandemärke.

Fasta situationer

En fast situation är frislag, inslag, tekning och straffslag. Alla fasta situationer ska slås med klubban och får gå direkt i mål.

Vid fasta situationer ska motståndarlaget ställa sig på ett avstånd av tre meter.

Tekning

Vid start av period och efter mål startas spelet med tekning. Tekning döms även om domarna blåser av spelet, till exempel för att någon har skadat sig, bollen har gått sönder eller domarna inte har sett vem som slog bollen över sargen. Det blir också tekning om ett mål underkänns utan att en förseelse har begåtts, till exempel om bollen har sparkats i mål. Tekningen görs på den tekningspunkt som är närmast den plats där bollen var vid avblåsningen.

Inslag

Inslag döms om bollen lämnar spelplanen eller tar i taket.

Inslag läggs 1,5 meter från sargen där bollen gick ut. Om bollen går ut över kortsargen ska inslaget läggas på tekningspunkten i sarghörnet.

Frislag

När en förseelse sker döms frislag. Fördelsregeln ska användas mycket restriktivt.

Frislag ska läggas där förseelsen begicks. Om förseelsen skedde bakom förlängda mållinjen ska frislaget läggas på tekningspunkten i sarghörnet. Frislag nära mål ska flyttas ut 3,5 meter från målområdet.

Straffslag

När en frislags- eller utvisningsbelagd förseelse avbryter en målchans döms straffslag.

Straffslag utförs från mittpunkten. Spelaren eller bollen ska hela tiden röra sig framåt. Det är tillåtet att dra bollen bakåt om spelaren fortsätter framåt. Om spelaren och bollen tydligt stannar upp samtidigt ska straffen underkännas.

Förseelser som leder till frislag

Förseelser med klubba

När en spelare slår, låser, lyfter eller sparkar på en motståndares klubba.

När en spelare spelar bollen över knähöjd eller svingar klubban över midjehöjd.

När en spelare spelar med klubban mellan motståndarens ben.

Fysiska förseelser

När en spelare håller fast en motståndare eller en motståndares klubba.

När en spelare knuffar eller tacklar en motståndare.

När en spelare hindrar en motståndares löpväg genom att ställa sig i vägen.

Målvaktsförseelser

När en målvakt tar bollen med händerna utan att ha kroppen innanför målområdet.

När en målvakt kastar bollen över mittlinjen utan att bollen studsar eller tar på en spelare före mittlinjen.

Övriga förseelser

När en spelare sparkar bollen över knähöjd.

När en spelare nickar bollen eller tar den med handen.

När en spelare ligger ner på golvet och spelar bollen.

När en spelare hoppar och spelar bollen.

När en spelare står i målvaktsområdet.

När en spelare står för nära en fast situation.

När en målvakt tar bollen med händerna utanför målområdet.

Utvisningar

Alla utvisningar är personliga. Det betyder att laget fortsätter att spela med fyra utspelare på planen. Utvisningen är två minuter, och den utvisade spelaren sitter av utvisningen på den egna avbytarbänken. Ledaren ansvarar för att spelaren inte spelar under pågående utvisning.

Förseelser som leder till utvisning

När en spelare medvetet gör något som riskerar att skada en motståndare, till exempel tacklar mot sargen eller använder klubban på ett farligt sätt.

När en spelare uppträder osportsligt eller protesterar mot domslut.