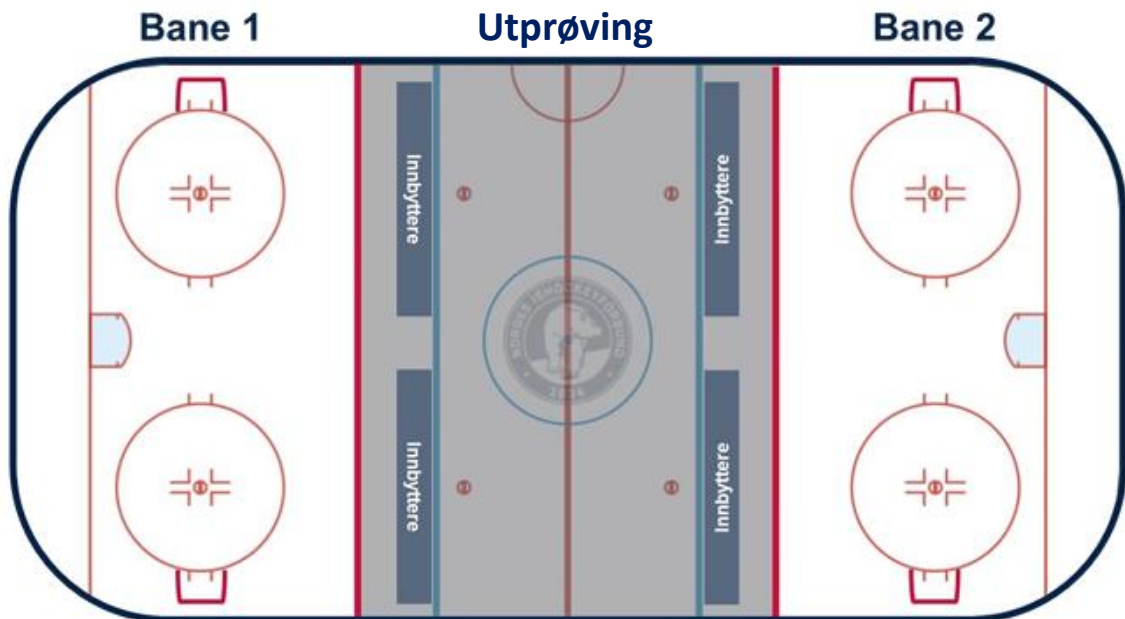


## PARAISHOCKEY 3 v 3

---

### 1. Banestørrelse

Banestørrelsen er 1/3 av isen, delt opp slik bildet nedenfor viser. Banestørrelsen har tatt utgangspunkt i en europeisk is-størrelse (30x60 meter). Ved mindre is-størrelse kan arrangør vurdere å kompensere tapt lengde med å gjøre banen litt bredere.



### 2. Lag

Lagene spiller med tre utespillere og en målvakt. Målvakt kan ikke erstattes med ekstra spiller hverken før eller underveis i kampen.

### 3. Dommer

#### 3.1 Dommer.

Det skal benyttes dommer.

#### 3.2 Dommerens rolle og ansvar.

Vedkommende er ansvarlig for at regler følges og kampen gjennomføres på en forsvarlig måte. I tillegg skal vedkommende ta kontakt med arrangør dersom det er noe feil med banen eller andre utfordringer knyttet til gjennomføring av kampen.

### **3.3 Dommerens utstyr.**

Vedkommende må ha følgende utstyr;

- Hjelm
- Fløyte
- Dommerdrakt / Vest / Armbind

Det er viktig å ha ekstra pucker lett tilgjengelig for å raskt komme i gang igjen med spillet dersom en puck skulle gå ut av banen. For eksempel kan ekstra pucker ligge på målene, trenere kan ha de tilgjengelig på sidelinjen eller dommer kan ha pucker i lommene.

## **4. Kamptid**

### **4.1 Tidtaking**

Uansett hvor mange kamper som spilles samtidig benyttes det en kampklokke for alle kampene. Det vil si at alle kampene starter og slutter likt.

### **4.2 Kamplengde**

En kamp er en periode på 8 minutter.

### **4.3 Signaler ved start og stopp**

Det skal gis et signal ved kampens start og slutt.

### **4.4 Spillerbytte**

Spillerbyttene gjøres gjennom vanlig spillerbytte (flyvende bytte). Byttene gjennomføres i lagenes byttesone. Ved byttesone menes området i nærheten av der eget lags innbyttere og trener oppholder seg.

## **5. Oppstart av spill**

Når spillet skal startes opp er målet å komme i gang så raskt og sikkert som mulig. Benytt derfor en ny puck fremfor å hente pucken som har falt ut av spill dersom det er mer effektivt. Spillet startes opp på følgende måte:

Oppstart – bak begge mål er ett såkalt oppstartspunkt, lagene har sitt oppstartspunkt bak eget mål. Ved bruk av oppstartspunktet må laget som skal starte med pucken

bringe denne via oppstartspunktet før spillet starter. Motstanderlaget trekker seg tilbake på egen banehalvdel.

### **5.1 Mål**

Spillet starter med oppstart for laget som har sluppet inn.

### **5.2 Blokkering**

Spillet starter med oppstart for forsvarende lag.

### **5.3 Forseelse**

Ved en forseelse idømmes det jaktstraffe (står nærmere beskrevet under punkt 7). Spillet fortsetter kontinuerlig etter endt jaktstraffe.

### **5.4 Pucken ut av banen**

Skytes pucken ut av banen begynner laget som ikke skøyt pucken ut av banen med oppstart. Om pucken treffer noe utenfor banen, men allikevel spretter inn på banen igjen fortsetter bare spillet uten stopp. Skulle pucken havne over på en annen bane setter kampløperen i gang spillet igjen med en ny puck (oppstart for laget som ikke skøyt ut pucken), mens kampløper på banen der pucken havner plukker opp denne uten å stoppe spillet.

### **5.5 Start av kampen**

Kampen startes ved dropp.

### **5.6 Øvrige stopp**

Kampløper starter opp igjen spillet ved dropp.

## **6. Fysisk kontakt**

Regulering av fysisk kontakt gjøres i henhold til NIHF sitt kampreglement

## **7. Irettesettelse ved dårlig oppførsel / bruk av ulovlig fysisk kontakt**

Laget som fikk forseelsen begått mot seg tildeles en *jaktestraffe*, det er spilleren som fikk forseelsen mot seg som skal ta straffen.

Jaktestraffe – Straffetakeren står med pucken på midtpunktet av banen, resterende spillere står bak straffetakerens eget mål (unntaket er målvaktene). På signal fra dommeren starter straffeleggeren på sitt straffeslag, mens øvrige spillere får begynne å bevege seg. Bommer straffetakeren på straffen eller vedkommende blir tatt igjen og mister pucken fortsetter spillet som normalt. Scores det på straffen er det oppstart som normalt fra oppstartspunktet til laget som har sluppet inn. Om signalet for kampslutt lyder før straffen er gjennomført skal straffen gjennomføres før kampen avsluttes. Ved gjentatte uønskede hendelser fra samme spiller kan dommer vurdere å ta spilleren ut av resten av kampen. Dette bør gjøres gjennom dialog med lagets trener/leder. Dersom en forseelse er av den karakter at den medfører liten disiplinærstraff eller matchstraff benyttes det fortsatt jaktestraffe, i tillegg til at den aktuelle spilleren da ikke får spille mer i løpet av kampen.

## **8. Mål**

Mål dømmes i henhold til NIHF sitt kampreglement.