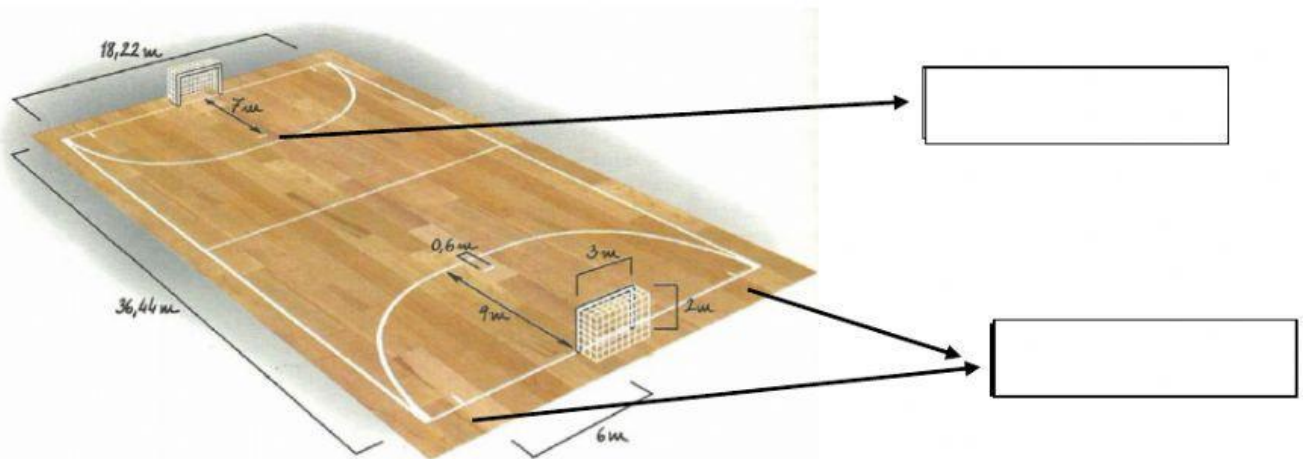




REGLAS BÁSICAS

El terreno de juego:

Las medidas del campo en hockey sala son iguales al de (20x40m.) En el campo se dibujan la línea central y las líneas de área de portería. En la línea de fondo y a 6 m. de las porterías hay marca para el saque de penalty córner. Dentro del área y a 7 m. de la portería están la línea de penalty stroke.



Representación del terreno de juego de hockey sala.

La **duración del partido**. En hockey sala dos tiempos de , sin parar el reloj.

El **stick**. El jugador tan sólo puede contactar con la bola a través del . Éste presenta una curvatura en su extremo y dos caras diferentes, una y la otra .

La **bola y forma de jugarla**. Es esférica y tiene unas dimensiones un poco mayores que una pelota de tenis. La bola no se puede jugar:

- Con la cara del stick.
- Con un excesivamente amplio del stick.
- Con parte del cuerpo, a excepción del dentro del área de portería.
- , a excepción de los lanzamientos, desde el área de portería.

Los **jugadores**, se enfrentan dos equipos de (de campo y el portero).

Las **relaciones entre los adversarios**. No está permitido el entre jugadores como cargas o . Tampoco está permitida la del móvil, de forma que un jugador con la bola no puede interponer su cuerpo entre ésta y el adversario.

Los saques y faltas:

- . Cuando se ha obtenido gol y al comienzo de cada uno de los periodos del partido. Se realiza hacia atrás.

- . Cuando la bola sale del terreno de juego por las líneas laterales. Se pone en juego desde el punto donde salió. Los jugadores del equipo contrario se disponen separados al menos una distancia de 3 m.
- . Cuando la bola sale por la línea de fondo impulsada por cualquier jugador atacante. Desde cualquier punto del área de portería.
- . Cuando la bola sale por la línea de fondo impulsada por cualquier jugador defensor. Desde la esquina del mismo lado por el que salió.

Las **faltas** pueden ser las siguientes:

- : falta de un jugador fuera del área de su portería. Se saca desde el lugar donde se ha producido.
- . Se produce por una falta intencionada de la defensa dentro de su mitad de pista pero fuera del área, por una falta intencionada de un defensor dentro del área. Se saca desde un punto sobre la línea de fondo y dentro del área, a una distancia de 6m. del poste de la portería, del lado de la misma que su equipo prefiera.
- . Se produce por una falta intencionada de un defensor dentro del área para evitar un gol, por una infracción involuntaria de un defensor en el área que evite un gol o por persistentes salidas anticipadas de los defensores en el lanzamiento de un penalty-corner.

Tarjetas del árbitro: En el hockey hay tarjetas : expulsión de 1 minuto, tarjetas : expulsión de mínimo 3 minutos, y tarjetas expulsión . Dos tarjetas verdes, son una amarilla, y tres verdes, una roja.

El **agarre del stick** en hockey no tiene en función de si el jugador es diestro o zurdo. Siempre se coloca la mano en la parte superior del mango, con la derecha cogida al stick a unos 35 cm de ésta.

El **pase y el lanzamiento**, permiten que el jugador con la bola pueda mandarla o bien a un compañero o bien a la portería del equipo contrario. Distinguimos dos técnicas básicas, el push y el slap.

