

FICHA INICIACIÓN HOCKEY. Normas Básicas de Juego.

- [] componen un equipo en la cancha, 12 el equipo al completo.
- El Partido Tiene una duración de 40', distribuidos en dos tiempos de 20' cada uno, con un descanso de 5'.
- El número de cambios es ilimitado, siempre y cuando se haya salido la bola del campo
- Cada jugador que participa en el juego, estará en posesión de su [] no pudiéndose desprender del mismo en ningún caso.
- Cualquier toque con la cara redondeada del stick se considera []
- La bola es el móvil que se disputan los dos equipos con la intención de introducirla en la portería del oponente. Es jugada siempre a [] y sólo se puede elevar desde dentro del área contraria y con intención de lanzar a portería. Si la pelota se eleva NO intencionadamente no más de 10cm no pasa nada siempre que no haya ningún oponente en línea directa de juego. Se podrá amortiguar la pelota al aire con el stick.
- El partido comienza con un PASE DE CENTRO, previo sorteo de campo o pelota.
- No existe el fuera de juego en Hockey Sala
- Solamente se puede marcar gol desde dentro []
- [] controlan el juego y aplican el reglamento.



stick

2 árbitros

infracción

ras de suelo

área de 9 metros

6 jugadores

POSICION BASICA

- La posición básica del jugador es una posición del cuerpo equilibrada sobre los pies; los brazos sujetan el [] con ambas manos, con la cara [] de este hacia delante y la forma de agarrar el stick es con las manos colocadas separadas, siendo la mano [] que se coloca en la parte superior, en el mango, y la [] por [] de esta aproximadamente a 30 o 40 cm. Tanto [] como zurdos cogen el stick de la misma []



izquierda

derecha

Plana

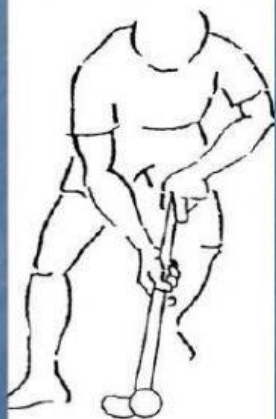
diestros

debajo

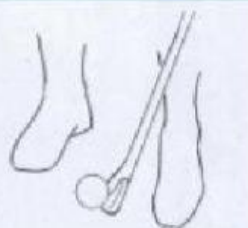
forma

stick

Selecciona las principales infracciones en Hockey.



Conducir la bola con el stick



La bola toca o es jugada con la parte redonda del stick



La bola se eleva al pasar o pararla



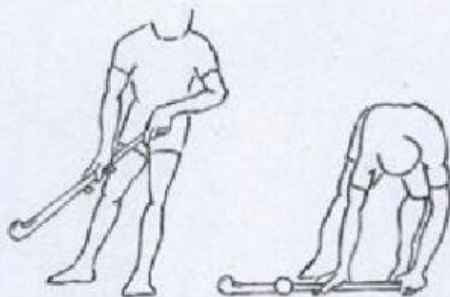
Golpear su stick



Hacer un pase empujando la bola



Elevar el stick por encima de la altura de los hombros



Parar la Bola



Empujar al contrario



Jugar la bola cuando otra parte que no son los pies están en contacto con el suelo



La bola toca o es jugada con los pies



Golpear la bola (no empujarla)



Elevar la bola dentro del área para marcar