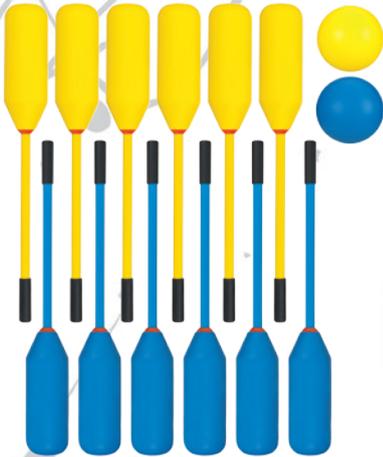


SPIELREGELN FÜR SOFT TOUCH POLO UND BALLBOUNCER

Allgemeines



Soft Touch Polo

Charakteristisch für Soft Touch Polo und Ballbouncer sind rasche Tempowechsel und das schnelle Taktieren zwischen Offensive und Defensive. Bei beiden Funsportarten werden die gesamte Körperbeweglichkeit, die Koordination, Kooperation und die Konzentration geschult. Diese Sportart ist auch für Anfänger ab ca. 10 Jahren geeignet.

Es gibt nur wenige, leichtverständliche Regeln. Diese Spielregeln sind als Leitfaden für das Ausüben beider Sportarten gedacht und können von Ihnen ohne weiteres, der jeweiligen Leistungsstufe entsprechend, individuell angepasst werden. So können auch jüngere und/oder noch unerfahrene Spieler schnell Erfolgserlebnisse im Zusammenspiel zwischen Kopf, Hand, Schläger und Ball erzielen.

Spielfeld

Die Spielfeldgröße beträgt 15 - 20 m in der Breite und 25 - 30 m in der Länge. Wird in einer Halle gespielt, sollte die Hallenhöhe mind. 6 m betragen. Es ist jedoch nicht zwingend erforderlich, dass das Spiel in einer geschlossenen Halle stattfindet. Als Tore können Handball- oder Hockeytore verwendet werden. Beim klassischen Bouncerball werden Handballtore (Breite 3 m, Höhe ca. 2 m) verwendet.

Der Spielaufbau

Ein Team besteht in der Regel aus 6 Spielern. Beim Soft Touch Polo spielt das Team „Gelb“ gegen das Team „Blau“, beim Ballbouncer spielt „Rot“ gegen „Blau“.

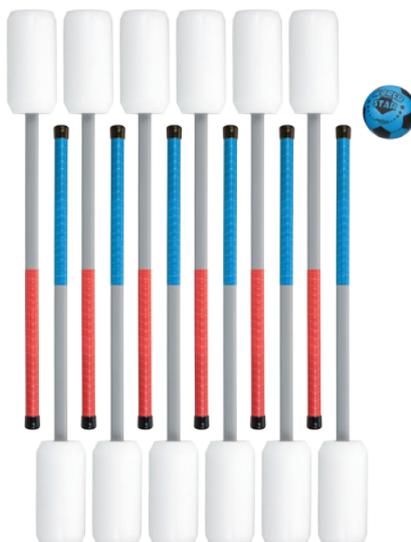
Spielzeit:

Gruppenphase:	10 Minuten
Halbfinale:	12 Minuten
Finale:	Es werden 2 Halbzeiten gespielt. Eine Halbzeit dauert 8 Minuten.

Pause: 2 Minuten.
Seitenwechsel erfolgt in der Pause.

Die Spieler und ihre Funktionen

Der **Tormann** verteidigt das eigene Teamtor und darf den Ball mit dem Schläger halten oder mit seinen Händen fangen. Die **Mittelfeldspieler** sind für den Anstoß und die Torschüsse verantwortlich. Die beiden **Flügel** spielen dem Mittelfeld zu und dürfen ebenfalls Tore schießen. Die **Abwehrspieler** verteidigen das eigene Teamtor.



Ballbouncer

Allgemeinen Spielregeln

- Die Feldspieler dürfen den Ball nur mit ihrem Schläger berühren, die Ballberührung mit den Händen, Armen, Füßen oder Beinen ist verboten.
- Der Ball darf nicht am Körper eingeklemmt oder gekickt werden.
- Innerhalb des Torraumes darf der Tormann den Ball mit dem ganzen Körper berühren, außerhalb des Torraumes wird er wie ein normaler Feldspieler betrachtet.
- Fällt ein Tor, setzt der Tormann das Spiel umgehend fort.
- Außerhalb des Spielfeldes darf nicht gespielt werden.
- Feldspieler dürfen nicht gegen die Wand gedrängt werden.
- Kein langes Halten - der Ball muss zügig (max. 10 Sekunden) weitergespielt werden.
- Es gibt kein Abseits.
- Spielunterbrechungen oder das Spielende wird durch einen Signalton (Pfiff) angezeigt.
- Bei Spielunterbrechungen wird die Spielzeit angehalten.
- Es erfolgt kein Pfiff, wenn ein Spieler ausgewechselt wird.
- Die Nachspielzeit wird vom Schiedsrichter festgelegt.
- Fairplay! „Checks“ sind nicht erlaubt.
- Der Ball darf durch einen einzigen Schlag die Mittellinie nicht übertreten.
- Der Tormann darf den Ball nicht über die Mittellinie schießen.
- Der Ball darf beim Einwurf nicht über die Mittellinie geschossen werden.

Der Spielverlauf

Jeder Spieler bekommt einen Schläger in die Hand. Ziel ist, mit dem schaumstoffummantelten Schläger den Ball in das gegnerische Tor zu schießen. Der Tormann versucht natürlich dieses zu verhindern. Im Tor braucht der Tormann keinen Schläger. Er darf, im Gegensatz zu den Feldspielern, innerhalb des Torraumes den Ball mit dem ganzen Körper berühren. Außerhalb des Torraumes wird er wie ein Feldspieler betrachtet und muss im Spiel einen Schläger benutzen. Gespielt wird bis die Spielzeit abgelaufen ist.

Rollt der Ball hinter das Tor, darf nur der Tormann den Ball wieder ins Spielfeld rollen.

Rollt der Ball während des Spiels aus dem Spielfeld, bekommt das Team den Ball, das ihn nicht zuletzt berührt hat. Dieses darf den Ball „flach“ wieder ins Spielfeld rollen.

Wird der Ball außerhalb des Spielfelds an die Wand oder in eine Ecke geschlagen und bleibt dort liegen oder wird in dieser „eingeklemmt“, darf nicht weitergespielt werden. In diesem Fall muss der Schiedsrichter abpfeifen, den Ball an sich nehmen und ihn in sicherem Abstand zur Wand oder Ecke hinlegen und durch einen erneuten Pfiff zum Weiterspielen freigeben.

Der Anstoß

Zu Spielbeginn liegt der Ball in der Spielfeldmitte (Kreismitte). Jeweils ein Mittelfeldspieler pro Mannschaft steht am Mittelkreis.

Nach dem Pfiff des Schiedsrichters beginnt die Spielzeit.

Eine Spielverzögerung liegt vor:

-wenn der Tormann den Ball nicht sofort aufnimmt und diesen weiterspielt (unter 10 Sekunden) oder
- ein Freistoß nicht unmittelbar nach der Ballfreigabe des Schiedsrichters erfolgt.

In beiden Fällen bekommt die gegnerische Mannschaft einen Freistoß.

Freistoß

Der Freistoß erfolgt grundsätzlich indirekt. D.h. nach der ersten Ballbewegung muss ein weiterer Feldspieler den Ball berühren, bevor dieser im Tor landet. Die gegnerischen Spieler müssen währenddessen einen Abstand von 3 m einhalten. Der Schiedsrichter muss den Ball vor dem Ausführen des Freistoßes freigeben.

Ein leichtes Foul liegt vor, wenn:

- ein Spieler am Trikot gezogen oder in irgendeiner Weise gehalten, gestoßen oder geschoben und so am Weiterspiel gehindert wird.
- ein Feldspieler den Ball mit seinen Händen oder Füßen spielt.
- der Tormann außerhalb des Torraumes, den Ball mit dem Fuß oder den Händen spielt.
- eine Spielverzögerung vorliegt.
- der Ball durch einen einzigen Schlag die Mittellinie übertritt.
- der Tormann den Ball über die Mittellinie schießt.
- der Ball beim Einwurf über die Mittellinie geschossen wird.

Ein grobes Foul liegt vor, wenn:

- ein Spieler seinen Schläger nutzt, um so andere Spielern am Weiterspielen zu hindern oder nach dem Schläger eines gegnerischen Spielers greift oder tritt.
- ein Feldspieler den Tormann durch körperlichen Kontakt am Spiel behindern.
- sich ein Feldspieler in der Position des letzten Spielers der Mannschaft vor dem Tor befindet und er das Hand - oder Fußballspiel absichtlich begeht.

Strafen

Leichte Fouls werden mit einem Freistoß (7 Meter) bestraft. Treten leichte Fouls mehrmals pro Spieler auf, wird dieser mit einer 120 Sekundenstrafe belegt.

Grobe Fouls werden mit einem Freistoß (7 Meter) und Strafminuten für den jeweiligen Spieler geahndet.

Die Dauer der Strafminuten beträgt:

- 60 Sekunden, ohne Schiedsrichterermahnung
- 120 Sekunden, mit Schiedsrichterermahnung.

Hat ein Mitspieler 5 Strafen ausgefasst, wird er automatisch für das laufende Spiel gesperrt. Bei einer schweren Strafe kann der Spieler sofort und für das restliche Turnier gesperrt werden.

Freistoß 7 Meter

Der Ball liegt 7 Meter entfernt vom Tor.

Kein Feldspieler befindet sich im Torraum.

Der Tormann steht nicht weiter als 2 Meter vor der Torlinie.

Der Schiedsrichter muss den Ball vor dem Ausführen freigeben.

Nach dem Ausführen kann der Ball von allen Spielern gespielt werden.

Punktwertung



Beim Sieg einer Mannschaft wird diese mit 3 Punkten bewertet.

Bei einem Gleichstand am Ende der Spielzeit wird das Spiel als unentschieden, mit je einem Punkt pro Mannschaft, gewertet.

Turnier

Alle Mannschaften werden nach Anzahl ihrer Punkte absteigend aufgelistet.

Bei Punktegleichstand entscheidet das Torverhältnis.

Im KO-Verfahren kommt jeweils die Gewinnermannschaft in die nächste Runde.

Bei Torgleichstand entscheidet das „7-Meter-Schießen“. Dabei führt jeder Feldspieler der beiden Mannschaften einen Schuss von der 7-Meter-Marke aus.

Der Gewinner wird im Finalspiel ermittelt. Besteht nach Ablauf der regulären Spielzeit Torgleichstand, geht das Spiel in die Verlängerung (5-Minuten-Verlängerung).

Konnte nach der Verlängerungszeit kein Gewinner ermittelt werden, entscheidet das 7-Meter-Schießen.

Spielvarianten

- Das Spielfeld kann verkleinert oder vergrößert werden.
- Je nach der Spielfeldgröße kann zusätzlich die Spieleranzahl verkleinert oder vergrößert werden.
- Der Ball muss innerhalb einer Mannschaft erst x-mal hin und her gespielt werden, bevor ein Tor geschossen werden darf.
- Zusätzliche Spiel-Regeln werden einführt. Beispielsweise darf der Flügel die gegnerische Hälfte nicht überschreiten oder die Abwehrspieler dürfen die eigene Spielfeldseite nicht verlassen.
- Es werden verschiedene Ballgrößen verwendet. Wichtig dabei ist, dass weiche Bälle verwendet werden.
- usw.

Das Training mit Schläger und Ball

Für viele ist diese, mit einem Schaumstoffschläger gespielte, Funsportart neu. Deshalb haben wir hier ein paar Übungen ausgesucht, um sich mit der Schlägerführung vertraut zu machen. Diese Übungen eignen sich auch zum Aufwärmen vor einem Spiel oder Turnier.

• **Linienlauf**

Der Spieler läuft auf einer Linie (Bodenmarkierung) und versucht den Ball währenddessen unter Kontrolle zu halten.

Steigerung:

- Am Ende der Linie versucht der Spieler den Ball in ein Tor (z.B. Hürde) zu schießen. Jedes Tor zählt.

• **Slalomlauf**

Ein Slalom wird gesteckt (z.B. mithilfe von Markierungskegel). Der Spieler versucht den Ball im schnellen Tempo kontrolliert durch den Slalom zu manövrieren.

Steigerung:

- Am Ende des Slaloms versucht der Spieler den Ball in ein Tor (z.B. aufgestellte Hürde) zu schießen. Jedes Tor zählt.

• **Laufrichtungswechsel**

Zwei Spieler laufen hintereinander. Der Vordere gibt dabei die Lauf- und Spielrichtung sowie die Geschwindigkeit vor, der Hintere kopiert jede Bewegung.

• **Ballschlagen**

Der Spieler steht frontal zur Passrichtung, der Ball liegt ca. 2 m vor ihm. Mit drei Schritten geht er auf den Ball zu. Beim letzten Schritt bringt er sein Bein in die seitliche Ausgangsstellung und schießt den Ball. Diese Übung kann zu Beginn langsam und später im schnelleren Tempo durchgeführt werden.

Steigerung:

- Schlagen des ruhenden Balls durch freien Anlauf

• **Passen**

Zwei Spieler stehen sich in ca. 10 m Abstand gegenüber und passen sich den Ball zu.

Steigerung:

- Beide Spieler laufen während dem Passen eine Linie entlang, zusätzlich könnten sie dabei noch den Abstand zwischen sich verringern und vergrößern.
- Zwischen den beiden Spielern steht ein kleines Törchen (ohne Netz). Die Spieler müssen sich den Ball durch das Tor möglichst genau zuspelen. Jedes Tor zählt.
- Das Tor wird durch zwei weitere Spieler zu beiden Seiten verteidigt. Jedes Tor zählt.