

Unihockey

Fairplay von Kopf bis Fuss



Ballberührungen mit dem Körper

Das Berühren des Balles mit dem Körper ist erlaubt, wenn dabei nicht hochgesprungen wird. Mit den Armen, den Händen und dem Kopf darf der Ball nicht gespielt werden. Es ist erlaubt, den Ball einmal in Folge mit dem Fuss zu stoppen oder sich selber zuzuspielen. Fusspässe sind ab der Saison 2014/2015 ebenfalls erlaubt.

→ Videos

Körperkontakt

Stossen und Halten des Gegners und dessen Stockes sind nicht erlaubt. Im direkten Kampf um den Ball darf der Körper jedoch kontrolliert eingesetzt werden. Checken ist nicht erlaubt.

→ Videos

Stock

Der Stock darf nur für das Spielen des Balles verwendet werden. Leichte Stockschläge führen zu einem Freischlag, schwere Vergehen zu einer Zeitstrafe. Die Stockschaufel darf nur bis Hüfthöhe geführt, es darf auch nur so hoch mit ihr ausgeholt werden. Beim Laufen wird kein hoher Stock gepfiffen, wenn dabei niemand gefährdet wird. Das Spielen des Balles ist nur bis Kniehöhe erlaubt.

→ Videos

Ball

Verlässt der Ball das Spielfeld, gibt es einen Outball (Freischlag) für den Gegner am Ort des Austritts.

Freischläge

Sie werden immer am Ort des Regelverstosses ausgeführt und dürfen direkt aufs Tor geschossen werden. Der Abstand der Verteidiger beträgt zwei Meter.

Bodenspiel

Bodenkontakt ist nur mit den Füßen und maximal einem Knie erlaubt (drei Kontakte).

→ Videos

Torhüter

Ein Körperteil muss immer innerhalb des Torraumes sein. Rückpässe vom eigenen Spieler dürfen nicht mit der Hand aufgenommen werden. Auswürfe über die Mittellinie ohne Berührung eines Feldspielers sind nicht erlaubt.

→ Videos

Quelle: [Reto Balmer, Trainerausbildung swiss unihockey](#)

Kategorien

- Inhaltsarten: Hilfsmittel, Durchführung/Organisation
- Sportart: Unihockey
- Altersstufe: 5-7 jährig, 8-10 jährig, 11-15 jährig, 16-20 jährig, 21-65 jährig
- Schulstufe: Vorschule/Kindergarten, Primarstufe, Sekundarstufe I, Sekundarstufe II Berufsschule, Sekundarstufe II Gymnasium
- Niveaustufe: Anfänger, Fortgeschrittene, Könner
- Lernstufe: Erwerben, Anwenden, Gestalten
- Leistungsmodell: Wahrnehmen/ Verarbeiten, Mental-taktische Kompetenz
- Kompetenz Sportunterricht: Sportspiele
- Bewegungsgrundform: Laufen, springen, Werfen, fangen