



# Beach Hockey

Un gioco d'aMARE



**semplice, divertente, emozionante, bisex, di squadra  
ottimo per dimagrire, rassodare, abbronzarsi, rilassarsi,  
rimanere in forma, fare amicizia, giocare con gli  
sconosciuti, eccezionale per dimostrare capacità  
atletiche e sportive, adatto a tutte le età.**



## BEACH HOCKEY - FILOSOFIA SPORTIVA

Competizione sportiva disputata su campi in sabbia non compattata tra squadre composte da 3 giocatori, senza portiere, che tentano di fare gol nella porta avversaria colpendo la palla esclusivamente con un bastone. Il gol è valido se la palla è stata colpita dagli attaccanti entro la metà campo avversaria ed entra completamente nella porta.

L'area di gioco è composta da un campo di gara di metri 16 x 8 metri, circondato da una zona di sicurezza, ai cui lati lunghi è profonda almeno 1 metro ed ai lati corti, dove al centro sono collocate 2 porte, di almeno 2 metri.

L'aria sopra il campo è libera ad almeno 7 metri di altezza.

Il campo di gara – rettangolare - è segnalato da linee larghe 5-8 cm; non c'è la linea di centro campo.

I bastoni utilizzati sono esclusivamente di termo-resina o plastica, avvolti da nastro con palla di Ø cm 12-18 c/a, a rimbalzo ritardato.

Le porte, di mt 1,5 x 1 o mt 2 x 1, sono posizionate al centro dei due lati corti.

Durata della partita:

2 tempi di 7 minuti con pausa intertempi di 1 minuto.

In caso di parità (solo per gli incontri a scontro diretto o per le finali) sarà effettuato un tempo supplementare unico di 3' con conclusione a Golden Goal. Se dovesse sussistere ancora la parità si effettueranno tiri di rigore da metri 6 dalla porta, 3 per squadra; seguiranno rigori ad oltranza fino a che una delle due squadre o coppie conquisterà il vantaggio.

Gli incontri sono diretti da 1 o 2 arbitri posizionati su sedia rialzata o a bordo campo.

Prima dell'inizio della partita sorteggio per il campo e saluto tra le squadre o le coppie con tocchi di bastone.



## CAMPO DI GIOCO

Fondo con sabbia livellata. 16 x 8 metri e zone di rispetto con due porte di metri 2 di larghezza ed 1 metro di altezza. La metà campo è segnata o indicata.

Panchine, sdraio, ombrelloni, tavolini, sedie, tabelloni, ed altri arredi devono essere posizionati oltre la zona di sicurezza.

Qualora disponibile, si gioca nel campo gonfiabile che occupa un'area di 24 X 12 metri.

## ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA DI GIOCO

### ABBIGLIAMENTO

Maglietta e calzoncini. Vietate le scarpe di qualunque tipologia.

Sono ammessi il cappellino, gli occhiali e gli accessori non rigidi.

Non ammessa oggettistica o accessori personali rigidi in tutte le parti del corpo.

### ATTREZZATURA

Bastoni in plastica o resina termoplastica rivestiti di nastro nel lato di gioco. Qualora disponibili, esistono oggi bastoni da Beach Hockey appositi di provenienza Olandese.

Palla in gomma leggera, plastica o schiuma gommosa a rimbalzo ridotto di diametro compreso tra i 12 e 18 cm e di peso tra i 150 e 350 grammi.

(Una palla che non si affossi nella sabbia e non sia così leggera da sollevarsi per i colpi).

## FORMULA DI GIOCO

**TIPO DI ATTIVITA':** pre-agonistica, agonistica.

**COMPOSIZIONE SQUADRE:** 3 giocatori + 1 eventuale riserva che entra ed esce senza limiti dal centro campo. Tornei per squadra maschile o femminile o mista. Maggiore età.

### DURATA DELLA PARTITA

2 tempi di 7 minuti con pausa intertempi di 1 minuto. L'arbitro/i ha un cronometro. Il tempo deve essere fermato nel caso in cui la palla esce dal recinto di gioco.

## CATEGORIE – MASCHILE/FEMMINILE/MISTO

|                     |                 |
|---------------------|-----------------|
| <b>VETERANI</b>     | <b>Under 80</b> |
| <b>MASTER</b>       | <b>Under 60</b> |
| <b>GIOVANI</b>      | <b>Under 18</b> |
| <b>GIOVANISSIMI</b> | <b>Under 14</b> |



## BEACH HOCKEY - REGOLAMENTO TECNICO

### REGOLE TECNICHE DI GIOCO

1. Le squadre sono composte da 5 giocatori misti (maschi e femmine), di cui 3 in campo, senza distinzione di ruoli. Non è previsto il ruolo del portiere. I giocatori di riserva possono sostituire i titolari in qualunque momento di gioco. Il cambio avviene sulla linea laterale, nei pressi del centrocampo. Il numero di giocatori in campo può variare in base alle dimensioni del campo (*vedere articolo 2*).
2. Il campo misura 16 x 8 metri circa (beach-volley). Sono consentite misure differenti, e in questo caso il numero di giocatori in campo può variare di conseguenza (*vedere articolo 1*). Qualora disponibile, si può giocare nell'apposito campo gonfiabile dall'ingombro di 24 X 12 metri.
3. La partita inizia con la palla al centro del campo. Entrambe le squadre sono schierate nella propria metà campo. La nomina dell'arbitro sarà a cura degli organizzatori locali.
4. Come primo anno sperimentale il tipo di bastone verrà comunicato dal comitato organizzatore: preferibilmente bastone promozionale e bastone da beach hockey.
5. L'abbigliamento di gioco è composto da maglietta, pantaloncini o costume, preferibilmente senza scarpe.
6. La palla da gioco è di diametro cm 15 circa, leggera e con rimbalzo limitato.
7. Le dimensioni delle porte non devono essere inferiori a: mt 2,00 in larghezza; mt 1,10 in altezza.
8. La partita, di norma, è costituita da 2 tempi di 7-12 minuti ciascuno. Sono consentite durate differenti.
9. La palla può essere spinta o colpita, ogni comitato organizzatore, può decidere se ammettere di giocare con il bastone sopra le spalle, sempre che non crei gioco pericoloso.
10. Non è considerato fallo di gioco se la palla tocca il corpo involontariamente, ma è considerato fallo di gioco se si utilizza volontariamente il corpo per colpire la palla.



11. Non è considerato fallo di gioco se la palla tocca involontariamente la parte tonda del bastone, ma è considerato fallo di gioco se ti si utilizza volontariamente la parte tonda del bastone per colpire la palla.
12. Quando la palla esce lateralmente viene rimessa in gioco dalla linea laterale. Se esce dal fondo, viene rimessa in gioco dalla linea di fondo campo dalla squadra in difesa.
13. Non ci sono corner corti né lunghi.
14. I tiri liberi vengono battuti nei pressi del punto in cui è stato commesso il fallo. Tutti i giocatori, eccetto colui che batte la palla, devono trovarsi a una distanza di 3 metri dalla palla stessa. I tiri liberi non possono essere battuti a una distanza inferiore a 7 metri dalla porta avversaria.
15. Ogni volta che si impedisce irregolarmente la segnatura di una rete o si commette fallo volontario durante un'azione che potrebbe portare ad un gol, verrà assegnato un rigore.
16. In caso di tiro di rigore la palla deve essere posta a 6 metri dalla porta: il giocatore incaricato del tiro realizzerà il goal solo nel caso in cui la palla entri in porta direttamente in volo, senza rimbalzo, esclusivamente nella parte superiore.
17. Deroche al presente regolamento (dimensioni del campo, della palla, delle porte, durata delle partite, ecc.) devono essere richieste alla commissione FIH beach hockey.
18. Si può fare GOAL tirando da ogni posizione del campo.
19. Per tutti i casi non esposti si fa riferimento al Regolamento di Hockey su prato.

## **ARBITRAGGIO**

Quando c'è un solo arbitro questi è collocato su una sedia rialzata fissa posizionata a metà campo o a terra a bordo campo. Quando gli arbitri sono due decidono il posizionamento. L'Arbitro/i ha il compito di far rispettare le regole di gioco e di fair play con la finalità di garantire la sicurezza dei giocatori, favorire la creatività (purché mai pericolosa) e la spettacolarità delle azioni di gioco. Uno dei due arbitri ha un cronometro. Il tempo deve essere fermato nel caso in cui la palla esce dal recinto di gioco.