



Federazione Italiana Hockey

***REGOLE DELL'HOCKEY5s  
2015***

REV.	DATA	DESCRIZIONE
00	04/03/15	Prima emissione
01	18/05/15	Modifiche e chiarimenti introdotti da FIH (indicati con segno rosso a margine del testo)

*Edizione 1 – Revisione 1 – 18/05/15*

<p><b>Responsibility and Liability</b></p> <p>Participants in Hockey5s must be aware of the Hockey5s Rules and of other information in this publication. They are expected to perform according to the Rules unless explicitly agreed by FIH, a Continental Federation, a National Association or all persons participating in a match.</p> <p>Emphasis is placed on safety. Everyone involved in the game must act with consideration for the safety of others. Relevant national legislation must be observed. Players must ensure that their equipment does not constitute a danger to themselves or to others by virtue of its quality, materials or design.</p> <p>The International Hockey Federation (FIH) does not accept responsibility for any defects or non-compliance of facilities and is not liable for any consequences resulting from their use. Any verification of facilities or equipment conducted before a match is limited to ensuring an overall appearance of compliance and sporting requirements.</p> <p>Umpires exercise an important role controlling the game and ensuring fair play.</p> <p><b>Implementation and Authority</b></p> <p>The Hockey5s Rules apply to all Hockey5s players and officials. National Associations have discretion to decide the date of implementation at national level. The date of implementation for international competition is 1 January 2015.</p> <p>The Rules are issued by the FIH Rules Committee under the authority of the International Hockey Federation. Copyright is held by the International Hockey Federation.</p> <p><b>Availability of the Rules</b></p> <p>Information about the availability of the Rules and other information on the FIH website is included at the end of this publication.</p>	<p><b>Responsabilità</b></p> <p>Chiunque prenda parte ad una partita di Hockey5s deve conoscere le Regole dell'Hockey5s ed ogni altra informazione contenuta in questa pubblicazione. Ci si aspetta che agisca in conformità alle Regole a meno che non sia stato esplicitamente concordato dalla FIH, dalla Federazione Continentale, dalla Federazione Nazionale o da tutti i partecipanti alla partita.</p> <p>La sicurezza riveste particolare importanza. Chiunque prenda parte al gioco deve preoccuparsi della sicurezza degli altri. Devono essere osservati i regolamenti nazionali in materia. I giocatori devono sincerarsi che la loro attrezzatura non costituisca un pericolo per se stessi o per gli altri in virtù della qualità, della forma o del materiale utilizzato.</p> <p>La Federazione Internazionale Hockey (FIH) non si assume alcuna responsabilità per difetti o non conformità dei campi da gioco e non può essere ritenuta responsabile per le conseguenze derivanti dal loro utilizzo. Ogni verifica delle attrezzature e dell'equipaggiamento eseguita prima di una partita è volta ad assicurare una generale aderenza alla conformità ed ai requisiti sportivi.</p> <p>Gli arbitri esercitano un ruolo importante controllando il gioco e garantendo il fair-play.</p> <p><b>Applicazione e Autorità</b></p> <p>Le Regole dell'Hockey5s si applicano a tutti i giocatori di Hockey5s e agli ufficiali di gara. Le Associazioni Nazionali hanno la discrezionalità di deciderne la data d'applicazione a livello nazionale. La data d'applicazione nelle competizioni internazionali è il 1° Gennaio 2015.</p> <p>Le Regole vengono emanate dal FIH Rules Committee sotto l'egida della Federazione Internazionale Hockey che ne detiene tutti i diritti (copyright).</p> <p><b>Disponibilità delle Regole</b></p> <p>Il testo originale delle Regole dell'Hockey può essere consultato sul sito web della Federazione Internazionale all'indirizzo <a href="http://www.fih.ch">www.fih.ch</a></p> <p><i>La versione italiana delle Regole dell'Hockey5s 2015 viene pubblicata con l'autorizzazione della Federazione Internazionale Hockey. Il testo originale è stato tradotto dalla Commissione Regole di Gioco ed approvato dal Consiglio Federale della Federazione Italiana Hockey. La riproduzione anche parziale del presente documento è espressamente vietata se non autorizzata dalla Federazione Italiana Hockey.</i></p>
--	---

<b>CONTENTS</b>	<b>CONTENUTI</b>
Introduction.....5	Introduzione.....5
<b>PLAYING THE GAME</b>	<b>LE REGOLE DEL GIOCO</b>
1 Field of play .....7	1 Campo di gioco.....7
2 Composition of teams .....7	2 Composizione delle squadre.....7
3 Captains.....9	3 Capitani.....9
4 Players' clothing and equipment .....9	4 Equipaggiamento dei giocatori.....9
5 Match and result .....10	5 Partita e risultato.....10
6 Start and re-start the match .....10	6 Inizio e ripresa della partita.....10
7 Ball outside the field.....11	7 Palla fuori dal terreno di gioco.....11
8 Method of scoring .....12	8 Segnatura di una rete.....12
9 Conduct of play : players .....12	9 Condotta di gioco: i giocatori.....12
10 Conduct of play : goalkeepers .....14	10 Condotta di gioco: i portieri .....14
11 Conduct of play : umpires .....14	11 Condotta di gioco: gli arbitri.....14
12 Penalties.....15	12 Punizioni.....15
13 Procedures for taking penalties .....16	13 Modalità di esecuzione delle punizioni.....16
14 Personal penalties .....17	14 Provvedimenti disciplinari personali.....17

## INTRODUCTION

### Hockey5s

Hockey played with eleven players on a full size outdoor field will continue to be the main format of the sport with Hockey5s incorporating Indoor Hockey as an alternative version of the game which supports both the global development of hockey and enhancing the skills and enjoyment of the players. Against the background of the main format of the game, the FIH is keen to present a game which is adaptable, based on a smaller number of players, with simplified rules and exciting. This is Hockey5s.

How Hockey5s can be adapted and played flexibly will be explained later in this introduction.

Any matters not explicitly dealt with in the Rules of Hockey5s are covered by the eleven-a-side Rules of Hockey. Among other things, this enables this document describing the Rules of Hockey5s to be brief.

Hockey5s is a new version of the sport so FIH recognises that some changes might occur in the detailed Rules. If this happens, the changes will be published on the FIH website [www.fih.ch](http://www.fih.ch).

### Adapting Hockey5s

For international competitions such as the Youth Olympic Games, the Rules must be very precise and followed by everyone taking part. However, outside of international competitions, Hockey5s is designed to be adaptable to the available facilities and for players of all ages and abilities.

For example, if the playing area is less than specified in these Rules, it might be appropriate to play with only four players of each team on the field. A goalkeeper is required in the Rules but, if necessary and appropriate, the game could be played with a player with goalkeeping privileges or only with field players.

It might not be possible to provide the pitch boundary-boards, in which case the ball outside the sidelines could be dealt with in the same way as it is in eleven-a-side hockey. Other playing Rules can be adapted as necessary with these published Rules of Hockey5s providing a reference point and framework.

The Rules do not specify the type of surface on which Hockey5s is played. It is perfectly acceptable to play the game on any surface including natural grass, synthetic turf and hard recreational play areas.

In these ways, Hockey5s can be played virtually anywhere at any time. It is therefore an ideal introduction to the sport which enables core skills to develop and the game to be enjoyed with simple Rules in more informal surroundings.

### Developing Hockey5s

The FIH will be promoting Hockey5s as a complementary version of the sport to 11-a-side hockey. It therefore welcomes suggestions for development of the Rules or for clarification of

## INTRODUZIONE

### Hockey5s

L'Hockey giocato con undici giocatori su un campo di dimensioni regolari continuerà ad essere la forma di gioco principale del nostro sport; l'Hockey5s rappresenta, incorporando l'Hockey Indoor, una versione di gioco alternativa che permette sia lo sviluppo globale dell'hockey sia il miglioramento della tecnica e del divertimento dei giocatori. In contrapposizione al tradizionale principale formato di gioco, la FIH vuole presentare un gioco che sia adattabile, basato su un numero di giocatori ridotto, con regole semplificate ed eccitante. Questo è l'Hockey5s

Come sia possibile adattare l'Hockey5s e giocarlo in maniera flessibile verrà spiegato oltre nel corso di questa introduzione.

Ogni aspetto non esplicitamente trattato nelle Regole dell'Hockey5s viene ricondotto alla Regole dell'Hockey a 11. Inoltre questo permette a questa pubblicazione sulle Regole dell'Hockey5s di essere il più possibile sintetica.

L'Hockey5s è una nuova versione del nostro sport pertanto la FIH si rende conto che potrebbero essere introdotte modifiche nelle regole. Se questo dovesse avvenire tali modifiche verranno pubblicate sul sito web [www.fih.ch](http://www.fih.ch)

### Adattare l'Hockey5s

Per le manifestazioni internazionali quali le Olimpiadi Giovanili, le regole devono essere precise e devono essere osservate da tutti coloro che prendono parte al gioco. Tuttavia, al di fuori delle manifestazioni internazionali, l'Hockey5s è studiato per essere adattabile alle strutture esistenti ed ai giocatori di ogni età e capacità.

Per esempio, qualora la superficie di gioco sia di dimensioni inferiori a quelle minime previste in queste Regole può essere appropriato giocare con solo quattro giocatori per squadra sul terreno di gioco. Secondo queste regole è obbligatorio schierare un portiere, ma, se necessario ed appropriato, è possibile giocare con un giocatore con i privilegi del portiere o con solo giocatori di ruolo.

Potrebbe non essere possibile allestire le sponde laterali; in tal caso qualora la palla esca dal terreno si applicano le stesse regole dell'Hockey a 11. Altre regole di gioco possono essere adattate se necessario prendendo come riferimento e schema queste regole dell'Hockey5s.

Le regole non specificano il tipo di superficie sulla quale l'Hockey5s può essere giocato. E' assolutamente accettabile giocare su ogni superficie inclusa l'erba naturale, manti artificiali, e aree di gioco con fondo compatto

In questo modo l'Hockey5s può essere virtualmente giocato ovunque ed in ogni momento. Diventa pertanto il viatico iniziale per uno sport che permette di sviluppare capacità tecniche particolari ed un gioco per divertirsi con regole semplificate in un ambiente più informale.

### Sviluppare l'Hockey5s

La FIH promuoverà l'Hockey5s come una versione complementare dell'Hockey a 11. Di conseguenza sono ben accette le proposte per lo sviluppo delle Regole o per la loro

them especially from National Hockey Associations. National Associations are an important primary source of advice and guidance but, if appropriate, Rules suggestions or questions can be sent by email to [info@fih.ch](mailto:info@fih.ch) or to the FIH postal address.

interpretazione, in particolare quelle provenienti dalle Federazioni Nazionali. Le Federazioni Nazionali sono la principale fonte di suggerimenti e linee guida ma se il caso proposte o domande possono essere inviate direttamente all'indirizzo e-mail della FIH [info@fih.ch](mailto:info@fih.ch).

## PLAYING THE GAME

### 1 Field of Play

*The information below provides a simplified description of the field of play. It is based on using half of a full-size field for which a detailed specification is provided in the Rules of Hockey.*

- 1.1. The field of play is rectangular, ideally 55 metres long and 41.70 metres wide.

*The indicated size is the maximum, however the pitch size may be varied according to available location, surface and age, size, strength and skill level of the players.*

- 1.2. Side-lines mark the longer perimeters of the field; back-lines mark the shorter perimeters of the field.

- 1.3. The goal-lines are the parts of the back-lines between the goal-posts.

- 1.4. Boundary-boards, ideally with a height of 25 cm, mark the side-lines and back-lines but not the goal-lines; the boards are placed against the outside of the lines.

*Hockey5s may be played with different size boundary-boards or even no boards at all.*

*Boundary-boards which can be adapted or 'rounded' in the corners of the pitch so that the ball does not become trapped there are recommended.*

*Rebound properties and ideal cross-section dimensions for boundary-boards will be specified in future.*

- 1.5. A line of 50 cm length is marked in the middle of the field: the centre line.

- 1.6. Two lines each of 50 cm length are marked, one of them 11 metres from the centre of one back-line and the other 11 metres from the centre of the other back-line: the 11 metres lines.

*To help to identify each half of the field and the 11 metres areas, lines are marked on the boundary-boards parallel to the centre line and 11 metres lines.*

- 1.7. Penalty spots 150 mm in diameter are marked in front of the centre of each goal with the centre of each spot 6.40 metres from the inner edge of the goal-line.

- 1.8. All lines are 75 mm wide and are part of the field of play.

- 1.9. Goals are positioned outside the field of play at the centre of and touching each back-line.

*A detailed specification of the goal is provided in the Rules of Hockey.*

### 2 Composition of teams

## LE REGOLE DI GIOCO

### 1 Campo di gioco

*Le informazioni qui di seguito riportate forniscono una descrizione semplificata del terreno di gioco. Sono basate sull'utilizzo della metà di un campo regolare per il quale informazioni dettagliate sono riportate nelle Regole dell'Hockey*

- 1.1. Il terreno di gioco è rettangolare, idealmente lungo 55 metri e largo 41,70 metri.

*Le dimensioni indicate sono quelle massime, tuttavia le dimensioni del campo possono variare in base alla posizione, superficie e età, dimensione, resistenza e capacità tecnica dei giocatori.*

- 1.2. Le linee laterali identificano il lato più lungo del terreno di gioco; le linee di fondo identificano il lato più corto del terreno di gioco.

- 1.3. Le linee di porta sono il tratto delle linee di fondo posto tra i pali della porta.

- 1.4. Le sponde, idealmente alte 25 cm, delimitano le linee laterali e le linee di fondo ma non le linee di porta; le sponde sono posizionate a contatto con il bordo esterno delle linee

*L' Hockey5s può essere giocato con sponde di dimensioni differenti o addirittura senza sponde.*

*Si consiglia di utilizzare delle sponde che siano adattabili o curvate negli angoli del campo in maniera che la palla non rimanga ivi bloccata*

*Le caratteristiche di elasticità e le dimensioni della sezione delle sponde verranno specificate in futuro*

- 1.5. Una linea di lunghezza di 50 cm è tracciata trasversalmente a metà del terreno di gioco: la linea di centro campo

- 1.6. Due linee, ciascuna di lunghezza di 50 cm, sono tracciate trasversalmente ad una distanza di metri 11,00 dal centro di ciascuna linea di fondo: le linee degli 11 metri

*Per facilitare l'identificazione delle due metà campo e delle aree degli 11 metri, linee parallele alla linea di centro campo e alle linee degli 11 metri sono tracciate sulle sponde*

- 1.7. I dischetti del rigore, di diametro di 150 mm, sono tracciati di fronte al centro di ogni porta con il centro del dischetto posto a 6,40 metri dal lato interno della linea di porta.

- 1.8. Tutte le linee sono larghe 75 mm e sono parte integrante del terreno di gioco.

- 1.9. Le porte vengono posizionate al di fuori del terreno di gioco, al centro delle linee di fondo ed a contatto con le stesse.

*La specifica tecnica delle porte è riportata nelle Regole dell'Hockey*

### 2 Composizione delle squadre

<p>2.1. A maximum of five players from each team take part in play at any particular time during the match.</p> <p><i>If a team has more than the permitted number of players on the field, time should be stopped to correct the situation. A personal penalty should be awarded against the captain of the team involved. Decisions taken prior to correcting the situation cannot be changed.</i></p> <p><i>Play and time is restarted with a challenge to the opposing team unless another penalty had been awarded against the offending team immediately before time was stopped in which case that penalty is taken.</i></p>	<p>2.1. Prendono parte alla partita nello stesso momento un massimo di 5 giocatori per ogni squadra.</p> <p><i>Se una squadra ha un numero di giocatori sul terreno di gioco superiore al numero consentito, il tempo deve essere fermato per correggere la situazione. Un provvedimento disciplinare personale dovrebbe essere preso nei confronti del capitano della squadra. Ogni decisione presa prima della correzione della situazione non può essere modificata.</i></p> <p><i>Il gioco deve essere ripreso con un "challenge" a favore degli avversari salvo che un'altra punizione non sia stata accordata contro la squadra che ha commesso l'infrazione prima dell'arresto del tempo; in tal caso verrà eseguita tale punizione.</i></p>
<p>2.2. Each team has a goalkeeper on the field throughout a match.</p>	<p>2.2. Ogni squadra ha sul terreno un portiere per tutta la durata della partita.</p>
<p>2.3. Each team is permitted up to four substitutes.</p>	<p>2.3. Ogni squadra è autorizzata ad avere in panchina fino ad un massimo di quattro riserve.</p>
<p>2.4. Each team is permitted to substitute from its players not on the field of play:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>substitution is permitted at any time</li> <li>there is no limit to the number of players who are permitted to be substituted at the same time or to the number of times any player is permitted to substitute or be substituted</li> <li>substitution of a player is permitted only after that player has left the field</li> <li>substitutions are not permitted for suspended players during their suspension</li> <li>after completing a suspension, a player is permitted to be substituted without first returning to the field</li> <li>time is not stopped for substitutions except for the substitution of an incapacitated or suspended goalkeeper.</li> </ol> <p><i>Unless incapacitated, a goalkeeper may only be substituted if another goalkeeper is available as a substitute and is already wearing full protective equipment. Otherwise the goalkeeper required in these Rules must stay on the field throughout the match. If a goalkeeper is incapacitated or permanently suspended and a substitute already wearing full protective equipment is not available, reasonable time should be allowed for a field player to put on protective equipment.</i></p>	<p>2.4. Ogni squadra è autorizzata ad eseguire le sostituzioni attingendo dai giocatori non sul terreno di gioco:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>le sostituzioni sono autorizzate in qualsiasi momento.</li> <li>non vi è alcun limite al numero di giocatori che possono essere sostituiti nello stesso momento od al numero di volte in cui un giocatore può sostituirne un altro o essere a sua volta sostituito.</li> <li>la sostituzione di un giocatore può avvenire solo dopo che il giocatore ha lasciato il terreno di gioco.</li> <li>non è consentita la sostituzione di un giocatore espulso durante la sua espulsione.</li> <li>una volta terminato il periodo di espulsione, un giocatore può essere sostituito senza che debba prima rientrare sul terreno di gioco.</li> <li>il tempo non verrà arrestato per le sostituzioni con l'eccezione del portiere infortunato od espulso.</li> </ol> <p><i>A meno che non sia infortunato, un portiere può essere sostituito solo se è presente il portiere di riserva che indossi già gli equipaggiamenti protettivi. Diversamente il portiere, come richiesto da queste Regole, deve rimanere sul terreno di gioco per tutta la partita. Se il portiere si infortuna o viene espulso definitivamente e non è disponibile il portiere di riserva che indossi già gli equipaggiamenti protettivi, dovrebbe essere concesso un tempo ragionevole affinché un giocatore di ruolo indossi gli equipaggiamenti protettivi.</i></p>
<p>2.5. Players must leave or enter the field for substitution or any other purpose within 11 metres of the centre-line on a side of the field agreed with the umpires.</p> <p><i>Players substituting for each other must do so within touching distance of each other.</i></p>	<p>2.5. I giocatori devono lasciare il campo o entrare per una sostituzione nel raggio di 11 metri dalla linea di centro campo dal lato del campo concordato con gli arbitri</p> <p><i>Il giocatore che esce ed il sostituto che entra devono effettuare la sostituzione ad una distanza ravvicinata l'uno dall'altro</i></p>
<p>2.6. No persons other than field players, goalkeepers and umpires are permitted on the field during the match without the permission of an umpire.</p>	<p>2.6. Nessun'altra persona al di fuori dei giocatori di ruolo, portieri ed arbitri è autorizzata ad entrare sul terreno di gioco durante il gioco senza il permesso di un arbitro.</p>
<p>2.7. Players on or off the field are under the jurisdiction of the umpires throughout the match including the intervals.</p>	<p>2.7. Tutti i giocatori, sia sul terreno di gioco sia in panchina, sono sotto la giurisdizione degli arbitri per tutta la durata della partita inclusi gli intervalli.</p>
<p>2.8. A player who is injured or bleeding must leave the field unless medical reasons prevent this and must not return until</p>	<p>2.8. Un giocatore infortunato o sanguinante deve lasciare il terreno di gioco a meno che motivazioni di ordine medico lo</p>



wounds have been covered; players must not wear blood stained clothing.

### 3 Captains

- 3.1. One player of each team must be appointed as captain.
- 3.2. A replacement captain must be appointed when a captain is suspended.
- 3.3. Captains must wear a distinctive arm-band or similar distinguishing article on an upper arm or shoulder or over the upper part of a sock.
- 3.4. Captains are responsible for the behaviour of all players on their team and for ensuring that substitutions of players on their team are carried out correctly.

*A personal penalty is awarded if a captain does not exercise these responsibilities.*

### 4 Players' clothing and equipment

*Tournament Regulations available from the FIH provide additional information and requirements about players' clothing, personal equipment and advertising. Refer also to regulations established by Continental Federations and National Associations.*

- 4.1. Field players of the same team must wear uniform clothing.
- 4.2. Players must not wear anything which is dangerous to other players.

*Field players:*

- *are permitted to wear gloves for protection which do not increase the natural size of the hands significantly;*
- *are recommended to wear shin, ankle and mouth protection;*
- *are permitted to wear throughout a match for medical reasons only a smooth preferably transparent or white but otherwise single coloured face mask which closely fits the face, soft protective head-covering or eye protection in the form of plastic goggles (ie goggles with a soft-covered frame and plastic lenses); the medical reasons must be assessed by an appropriate authority and the player concerned must understand the possible implications of playing with the medical condition;*
- *other than goalkeepers, are not permitted to wear protective headgear (face mask or other protective head covering) in any other circumstances.*

- 4.3. Goalkeepers must wear a single coloured shirt or garment which is different in colour from that of both teams.

*Goalkeepers must wear this shirt or garment over any upper body protection.*

impediscano e non può rientrare fino a quando le ferite non siano state medicate e bendate; i giocatori non devono indossare indumenti insanguinati.

### 3 I Capitani

- 3.1 Un giocatore di ogni squadra deve essere nominato capitano.
- 3.2 Quando il capitano viene espulso deve essere nominato un suo sostituto.
- 3.3 Il capitano deve indossare una fascia sul braccio oppure un altro segno distintivo sulla parte superiore del braccio o della spalla o sulla parte superiore dei calzettoni.
- 3.4 I capitani sono responsabili del comportamento di tutti i giocatori della loro squadra e della correttezza delle procedure di sostituzione degli stessi.

*Qualora il capitano non si assuma le proprie responsabilità verrà punito con un provvedimento disciplinare.*

### 4 L'equipaggiamento dei giocatori

*Il "Competition Regulations" disponibile presso l'ufficio FIH fornisce informazioni e requisiti aggiuntivi a riguardo dell'abbigliamento dei giocatori, loro equipaggiamento e forme di pubblicità. E' necessario inoltre fare riferimento alle regole specifiche di ogni singola Associazione Nazionale o Continentale.*

- 4.1. I giocatori di una stessa squadra devono indossare una divisa uniforme.
- 4.2. I giocatori non indosseranno nulla che possa costituire un pericolo per gli altri giocatori.

*I giocatori di ruolo:*

- *sono autorizzati ad indossare dei guanti protettivi tali da non aumentare in maniera significativa le dimensioni naturali delle mani;*
- *sono consigliati di indossare i parastinchi, i paracaviglie ed un paradenti;*
- *sono autorizzati ad indossare durante tutta la partita, esclusivamente per ragioni mediche, solamente una maschera soffice, perfettamente aderente al viso possibilmente trasparente o bianca od altrimenti di un unico colore, protezioni per il capo di tipo leggero o protezioni per gli occhi ad esempio a foggia di occhiali in plastica (ad es. occhiali con montatura ricoperta di materiale soffice e lenti in plastica); le ragioni mediche devono essere certificate da un ente specifico ed il giocatore interessato deve comprendere le possibili implicazioni nel giocare in tali condizioni;*
- *ad eccezione del portiere, non sono autorizzati ad indossare caschi protettivi (maschere facciali od altre protezioni per il capo) in nessun'altra situazione.*

- 4.3. I portieri devono indossare una maglia o altro capo di vestiario, di colore diverso da quello indossato dai giocatori di entrambe le squadre.

*I portieri devono indossare la maglia od altro capo di vestiario sopra l'equipaggiamento protettivo del tronco.*

4.4. Goalkeepers must wear protective equipment comprising at least headgear, leg guards and kickers.

*The following are permitted for use only by goalkeepers: body, upper arm, elbow, forearm, hand, thigh and knee protectors, leg guards and kickers.*

4.5. Clothing or protective equipment which significantly increases the natural size of a goalkeeper's body or area of protection is not permitted.

4.6. The stick has a traditional shape with a handle and a curved head which is flat on its left side:

- a. the stick must be smooth and must not have any rough or sharp parts
- b. inclusive of any additional coverings used, the stick must be able to pass through a ring with an interior diameter of 51 mm
- c. any curvature along the length of the stick (the rake or bow) must have a continuous smooth profile along the whole length, must occur along the face side or the back of the stick but not both and is limited to a depth of 25 mm
- d. the stick must conform with the specification agreed by the FIH Rules Committee.

4.7. Ball is spherical, hard and a colour which contrasts with the playing surface.

## 5 Match and result

5.1. A match consists of three periods of 10 minutes with an interval of 3 minutes between each period.

*Other periods and intervals may be agreed as specified in regulations for particular competitions.*

*If an incident arises immediately before the end of a period or the end of the match which requires review by the umpires, the review may be conducted even though time has subsequently been completed and signalled. The review should take place immediately and action taken to revert to and correct the situation as appropriate.*

*Time is not stopped except to deal with an injury, or for a substitution of an incapacitated or suspended goalkeeper.*

5.2. The team scoring the most goals is the winner.

*Information about a Challenge Shoot-out competition as a way of reaching a result in a drawn match is included in Competition Regulations which are available, if required, from the FIH website*

## 6 Start and re-start the match

6.1. A coin is tossed:

- a. the team which wins the toss has the choice of which goal to attack in the first period of the match or to start the match with a centre pass

4.4. I portieri devono indossare un equipaggiamento protettivo che comprenda almeno il casco, i cosciali e le soprascarpe.

*I seguenti equipaggiamenti possono essere utilizzati esclusivamente dai portieri: cosciali, soprascarpe e le protezioni per corpo, braccia, gomiti, mani, cosce.*

4.5. Non sono permessi abbigliamento o protezioni tali da aumentare artificialmente le dimensioni naturali del corpo del portiere o la superficie di protezione.

4.6. Il bastone ha una forma tradizionale con un manico ed una testa ricurva piatta sul suo lato sinistro:

- a. il bastone deve essere liscio e privo di ogni ruvidezza o sporgenza
- b. il bastone, compresa ogni protezione aggiuntiva, deve passare attraverso un anello di diametro interno di 51 mm
- c. ogni curvatura del bastone (concava o convessa) deve avere un profilo liscio per tutta la sua lunghezza, può trovarsi o sul lato piatto o sul dorso del bastone ma non su entrambi e può avere una profondità massima di 25 mm
- d. il bastone deve essere conforme alle specifiche tecniche stabilite dal FIH Rules Committee

4.8 La palla è sferica, dura, di un colore che sia in contrasto con la superficie di gioco

## 5 Partita e risultato

5.1. Una partita è composta da tre tempi di 10 minuti e da un intervallo di 3 minuti tra ogni tempo.

*Possono essere concordate tra le squadre durate dei tempi e dell'intervallo diversi come specificato dalle regole di particolari competizioni.*

*Se si verifica immediatamente prima della fine del tempo o della fine della partita un episodio che richieda una consultazione tra gli arbitri, gli arbitri possono consultarsi anche se il tempo è successivamente terminato e segnalato. La revisione dovrebbe avvenire immediatamente così come l'azione intrapresa per ripristinare e correggere la situazione, qualora sia il caso.*

*Il tempo non viene arrestato se non per gestire un infortunio o per la sostituzione di un portiere infortunato od espulso*

5.2. La squadra che segna il maggior numero di reti è la vincitrice.

*Ulteriori informazioni sulla procedura di esecuzione dei "challenge shoot-out" quale metodo per determinare la squadra vincitrice di una partita terminata in parità sono contenute nel "Competition Regulations" disponibile sul sito web della FIH.*

## 6 Inizio e ripresa della partita

6.1. Viene lanciata una moneta:

- a. la squadra che vince il sorteggio ha il diritto di scegliere in quale parte del campo attaccare nel primo tempo oppure se iniziare la partita con il passaggio dal centro.

- b. if the team winning the toss chooses which goal to attack in the first period of the match, the opposing team starts the match
- c. if the team winning the toss chooses to start the match, the opposing team has the choice of which goal to attack in the first period of the match.

6.2. Direction of play is reversed in the second period of the match; direction of play in the third period is the same as in the first period.

6.3. A centre pass is taken:

- a. to start the match by a player from the team winning the toss if they chose this option; otherwise by a player from the opposing team
- b. to re-start the match after an interval by a player of the team which did not take the centre pass in the previous period
- c. after a goal by a player of the team against which the goal was scored.

6.4. Taking a centre pass:

- a. taken at the centre of the field
- b. it is permitted to play the ball in any direction
- c. all players other than the player taking the centre pass must be in the half of the field which includes the goal they are defending
- d. the procedures for taking a free hit apply.

6.5. A bully takes place to re-start a match when time or play has been stopped for an injury or for any other reason and no penalty has been awarded:

- a. a bully is taken on the centre line
- b. the ball is placed between one player from each team who face each other with the goal they are defending to their right
- c. the two players start with their sticks on the ground to the right of the ball and then tap the flat faces of their sticks together once just over the ball after which either player is permitted to play the ball
- d. all other players must be at least 4 metres from the ball.

## 7 Ball outside the field

7.1. The ball is out of play when it passes completely over the boundary-board on the side-line or back-line.

7.2. Play is restarted by a player of the team which was not the last team to touch or play the ball before it went out of play.

7.3. When the ball travels over the side-line:

- a. play is re-started not more than one metre from where the ball crossed the side-line
- b. if the ball crossed the side-line within the 11 metres area and was last touched by a defender, play is re-started 11 metres from the nearest back-line and not more than one metre from the side-line
- c. the procedures for taking a free hit apply.

- b. se la squadra che vince il sorteggio sceglie in quale parte del campo attaccare nel primo tempo la squadra avversaria inizia la partita con il passaggio dal centro.
- c. se la squadra che vince il sorteggio sceglie di iniziare la partita con il passaggio dal centro, la squadra avversaria ha il diritto di scegliere in quale parte del campo attaccare nel primo tempo.

6.2. La direzione del gioco viene invertita nel secondo tempo della partita; la direzione del gioco nel terzo tempo è la stessa del primo tempo

6.3. Si esegue un passaggio dal centro:

- a. per iniziare la partita da parte di un giocatore della squadra che ha vinto il sorteggio se questa è stata la scelta; in caso contrario da un giocatore della squadra avversaria
- b. per riprendere la partita dopo l'intervallo da parte del giocatore della squadra che non ha effettuato il passaggio dal centro nel tempo precedente.
- c. dopo la segnatura di una rete da parte di un giocatore della squadra contro la quale la rete è stata segnata.

6.4. Esecuzione di un passaggio dal centro:

- a. viene eseguito dal centro del terreno di gioco
- b. è permesso giocare la palla in qualsiasi direzione
- c. tutti i giocatori ad eccezione di chi esegue il passaggio, devono trovarsi nella metà del terreno di gioco che comprende la porta da loro difesa
- d. si applicano le modalità per l'esecuzione di un tiro libero.

6.5. Si esegue un bully per riprendere la partita qualora il tempo o il gioco siano stati interrotti per un infortunio o per ogni altra ragione ma nessuna punizione sia stata concessa:

- a. il bully viene eseguito sulla linea di centro campo
- b. la palla viene posizionata tra due giocatori, uno per ogni squadra, posti uno di fronte all'altro avendo alla propria destra la porta da loro difesa
- c. i due giocatori iniziano con i loro bastoni sul terreno alla destra della palla e poi toccano insieme la parte piatta dei loro bastoni sopra la palla una sola volta, dopo di che sono autorizzati a giocare la palla.
- d. tutti gli altri giocatori devono trovarsi ad almeno 4 metri dalla palla.

## 7 Palla fuori dal terreno di gioco

7.1. La palla si considera uscita quando oltrepassa completamente le sponde sulle linee laterali o sulle linee di fondo.

7.2. Il gioco viene ripreso da un giocatore della squadra che non sia stata l'ultima a toccare o giocare la palla prima che uscisse dal terreno di gioco.

7.3. Quando la palla esce dalle linee laterali:

- a. il gioco riprende a non più di un metro da dove la palla ha oltrepassato le linee laterali.
- b. se la palla ha oltrepassato le linee laterali all'interno dell'area degli 11 metri ed è stata toccata per ultimo da un difensore, il gioco riprende ad una distanza di 11 metri dalla linea di fondo più vicina e a non più di un metro dalla linea laterale.
- c. vengono applicate le modalità per l'esecuzione di un tiro

<p>7.4. When the ball is played over the back-line and no goal is scored:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>if played by an attacker, play is re-started with the ball inside the 11- metres area and the procedures for taking a free hit apply</li> <li>if played by a defender or a goalkeeper, play is re-started with the ball outside the 11- metres area, 1 metre from the side-line nearest to where the ball crossed the back line.</li> </ol>	<p>libero</p> <p>7.4. Quando la palla esce oltre le linee di fondo ed una rete non è stata segnata:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>se è stata giocata da un attaccante il gioco riprende con la palla posizionata all'interno dell'area degli 11 metri e si applicano le modalità per l'esecuzione di un tiro libero</li> <li>se è stata giocata da un difensore o dal portiere il gioco riprende con la palla posizionata fuori dall'area degli 11 metri, ad una distanza di 1 metro dalla linea laterale più vicina al punto in cui la palla ha oltrepassato la linea di fondo</li> </ol>
<p><b>8 Method of scoring</b></p> <p>8.1. A goal is scored when the ball is played completely over the goal-line and under the cross-bar.</p> <p><i>A goal may be scored when the ball has been touched by an attacker or defender (including a goalkeeper) anywhere on the field.</i></p> <p>8.2. Goalkeepers must not use their body, hands, legs or feet to score a goal for their team.</p>	<p><b>8 Segnatura di una rete</b></p> <p>8.1. Una rete viene segnata quando la palla è stata giocata completamente oltre la linea di porta e sotto la traversa.</p> <p><i>Un rete può essere segnata quando la palla è stata toccata da un attaccante o difensore (incluso il portiere) in un punto qualsiasi del terreno di gioco.</i></p> <p>8.2. I portieri non possono usare il loro corpo, mani, gambe o piedi per segnare una rete per la loro squadra</p>
<p><b>9 Conduct of play : players</b></p> <p><i>Players are required to act responsibly at all times.</i></p> <p>9.1. A match is played between two teams with not more than five players of each team on the field at the same time.</p> <p>9.2. Players on the field must hold their stick and not use it in a dangerous way.</p> <p><i>Players must not lift their stick over the heads of other players.</i></p> <p>9.3. Players must not touch, handle or interfere with other players or their sticks or clothing.</p> <p>9.4. Players must not intimidate or impede another player.</p> <p>9.5. Players must not play the ball with the back of the stick.</p> <p>9.6. Players may stop, receive and/or deflect the ball in a controlled manner in any part of the field when the ball is at any height including above the shoulder unless this is dangerous or leads to danger.</p> <p>9.7. Players must not play the ball dangerously or in a way which leads to dangerous play.</p> <p><i>A ball is considered dangerous when it causes legitimate evasive action by players.</i></p> <p><i>The penalty is awarded where the action causing the danger took place.</i></p>	<p><b>9 Condotta di gioco: i giocatori</b></p> <p><i>I giocatori devono comportarsi in maniera responsabile in ogni momento.</i></p> <p>9.1. Una partita viene giocata tra due squadre con non più di cinque giocatori della stessa squadra nello stesso momento sul terreno di gioco.</p> <p>9.2. I giocatori in campo devono tenere in mano il loro bastone e non possono usarlo in maniera tale da costituire pericolo.</p> <p><i>I giocatori non possono sollevare il bastone sopra la testa degli altri giocatori.</i></p> <p>9.3. I giocatori non possono toccare, trattenere od interferire con gli altri giocatori, con i loro bastoni o con i loro capi di abbigliamento.</p> <p>9.4. I giocatori non possono intimidire od ostacolare un altro giocatore.</p> <p>9.5. I giocatori non possono giocare la palla con il lato tondo del bastone.</p> <p>9.6. I giocatori possono arrestare, ricevere e deviare o giocare la palla in maniera controllata in ogni parte del campo quando la palla si trova a qualsiasi altezza anche se sopra le spalle a meno che questo non costituisca gioco pericoloso o conduca ad una situazione di gioco pericoloso.</p> <p>9.7. I giocatori non possono giocare la palla in maniera pericolosa od in maniera tale da condurre ad una situazione di gioco pericoloso.</p> <p><i>Una palla viene considerata pericolosa quando causa una legittima azione evasiva da parte di un giocatore.</i></p> <p><i>La punizione deve essere accordata dove si è verificata l'azione che ha causato il gioco pericoloso.</i></p>

9.8. Players must not intentionally raise the ball from a hit except for a shot at goal.

*It is not an offence to raise the ball unintentionally from a hit, including a free hit, anywhere on the field unless it is dangerous.*

*If the ball is raised over an opponent's stick or body on the ground, it is permitted unless judged to be dangerous.*

*Players are permitted to raise the ball with a flick or scoop provided it is not dangerous. A flick or scoop towards an opponent within 4 metres is considered dangerous. If an opponent is clearly running into the shot or into the attacker without attempting to play the ball with their stick, they should be penalised for dangerous play.*

9.9. Players must not approach within 4 metres of an opponent receiving a falling raised ball until it has been received, controlled and is on the ground.

*The initial receiver has a right to the ball. If it is not clear which player is the initial receiver, the player of the team which raised the ball must allow the opponent to receive it.*

9.10. Field players must not stop, kick, propel, pick up, throw or carry the ball with any part of their body.

*It is not an offence if the ball hits the hand holding the stick but would otherwise have hit the stick.*

9.11. Players must not obstruct an opponent who is attempting to play the ball.

*Players obstruct if they:*

- back into an opponent
- physically interfere with the stick or body of an opponent
- shield the ball from a legitimate tackle with their stick or any part of their body.

*A stationary player receiving the ball is permitted to face in any direction.*

*A player with the ball is permitted to move off with it in any direction except bodily into an opponent or into a position between the ball and an opponent who is within playing distance of the ball and attempting to play it.*

*A player who runs in front of or blocks an opponent to stop them legitimately playing or attempting to play the ball is obstructing (this is third party or shadow obstruction).*

9.12. Players must not tackle unless in a position to play the ball without body contact.

*Physical play by field players, such as sliding tackles, which*

9.8. I giocatori non possono sollevare la palla volontariamente con un tiro (hit) eccetto che per un tiro in porta.

*Non costituisce fallo il sollevare la palla involontariamente con un tiro, compreso il tiro libero, in qualsiasi parte del campo a meno che questo non costituisca gioco pericoloso.*

*Sollevare la palla sopra il bastone o il corpo, disteso sul terreno, di un avversario anche se in area di tiro, è permesso a meno che non costituisca gioco pericoloso.*

*I giocatori possono sollevare la palla con uno scoop o un flick a patto che questo non costituisca gioco pericoloso. Uno scoop o flick sollevato verso un avversario a meno di 4 metri è considerato pericoloso. Se un avversario corre chiaramente verso la palla o verso l'avversario senza cercare di giocare la palla con il proprio bastone, deve essere penalizzato per gioco pericoloso.*

9.9. I giocatori non si possono avvicinare a meno di 4 metri da un avversario che stia ricevendo una palla spiovente fino a quando questi non l'abbia ricevuta, controllata e che la palla sia sul terreno.

*Colui che riceve inizialmente la palla ha il diritto di giocarla. Se non è chiaro quale giocatore sia il ricevente iniziale, il giocatore della stessa squadra di chi ha sollevato la palla deve lasciare all'avversario la possibilità di ricevere la palla.*

9.10. I giocatori di ruolo non possono arrestare, calciare, spingere, sollevare, tirare o trasportare la palla con nessuna parte del loro corpo.

*Non viene considerato fallo se la palla colpisce la mano che impugna il bastone se la palla avrebbe comunque colpito il bastone.*

9.11. I giocatori non possono ostruire un avversario che sta cercando di giocare la palla.

*Un giocatore commette fallo di ostruzione se:*

- indietreggia verso l'avversario
- interferisce fisicamente con il bastone od il corpo di un avversario
- protegge la palla con il bastone o il proprio corpo da un regolare tentativo di contrasto.

*Un giocatore fermo che riceve una palla può essere rivolto in qualsiasi direzione.*

*Un giocatore in possesso di palla può muoversi in qualsiasi direzione eccetto che andare con il corpo contro un avversario o in una posizione tra la palla e l'avversario che si trovi a distanza di gioco dalla palla e che stia tentando di giocarla.*

*Un giocatore che corre verso un avversario o lo blocca per impedirgli di giocare legittimamente la palla o di tentare di giocarla commette ostruzione (definita ostruzione di terzo giocatore o velo).*

9.12. I giocatori non possono eseguire i contrasti a meno che non si trovino nella posizione di giocare la palla senza alcun contatto con il corpo.

*Il gioco fisico da parte dei giocatori di ruolo, quali i*

*take an opponent to ground and risk causing injury should attract suitable match and personal penalties.*

9.13. Players must not throw any object or piece of equipment onto the field, at the ball, or at another player, umpire or person.

9.14. Players must not delay play. It is not permitted to keep the ball in the team's possession without making any recognisable attempt to attack or to shoot at goal. Similarly, it is not allowed to gain benefit by repeatedly delaying the taking of free hits, or re-starts after the ball has been outside the field of play.

*This is regarded as passive play, with the team in possession of the ball to be penalised unless the tendency to passive play ceases.*

*When a tendency to passive play is recognised, a prior warning signal (with the elbow extended at shoulder height, vertical arm and open palm) is shown by the umpire. If there is no attempt to attack or shoot at goal, after the prior warning signal has been shown, then a penalty is awarded against the team in possession.*

*In certain situations the umpires may award a penalty against the team in possession of the ball without any prior warning signal, for instance when a player has a clear scoring chance and intentionally refrains from shooting at goal.*

*The penalty is taken in accordance with the Penalties and Procedures for Taking Penalties, depending upon where the ball was when play was interrupted.*

## **10 Conduct of play: goalkeepers**

10.1. A goalkeeper must not take part in the match outside the half they are defending.

*Protective headgear must be worn by a goalkeeper at all times.*

10.2. When the ball is inside the half they are defending and they have their stick in their hand goalkeepers are permitted to use their stick, feet, kickers, legs, leg guards or any other part of their body to propel the ball in any direction including over the back-line but can only score a goal for their team using their stick.

*Goalkeepers are not permitted to conduct themselves in a manner which is dangerous to other players by taking advantage of the protective equipment they wear.*

10.3. Goalkeepers must not lie on the ball.

## **11 Conduct of play: umpires**

11.1. One or two umpires control the match, apply the Rules and are the judges of fair play.

*contrasti in scivolata che atterrano gli avversari e che possono potenzialmente causare infortuni, dovrebbero essere sanzionati con gli opportuni provvedimenti tecnici e disciplinari.*

9.13. I giocatori non possono gettare alcun oggetto o parte dell'equipaggiamento sul terreno di gioco, verso la palla, o contro un altro giocatore, arbitro o persona.

9.14. I giocatori non possono ritardare il gioco. Non è permesso mantenere il possesso della palla senza effettuare un riconoscibile tentativo di attacco o di tiro a rete. Allo stesso modo non è permesso trarre vantaggio dal ritardare ripetutamente l'esecuzione di un tiro libero o la ripresa del gioco dopo che la palla è uscita dal terreno di gioco.

*Questo è considerato "gioco passivo" e la squadra in possesso di palla deve essere penalizzata a meno che non cessi la tendenza al gioco passivo.*

*Quando viene rilevata la tendenza ad un "gioco passivo" l'arbitro avverte la squadra con un segnale (gomito alzato all'altezza delle spalle, braccio disteso e palmo aperto). Se dopo il segnale di avvertimento non si verifica alcun tentativo di attacco o di tiro a rete, allora un fallo viene accordato contro la squadra in possesso di palla.*

*In alcune situazioni l'arbitro ha la possibilità di accordare un fallo contro la squadra in possesso di palla anche senza alcun segnale di avvertimento; ad esempio quando un giocatore ha una chiara possibilità di realizzare una rete e intenzionalmente si astiene dal tirare a rete.*

*La punizione viene eseguita secondo la regola relativa alle "Punizioni e Procedure per l'esecuzione delle punizioni", in considerazione di dove si trova la palla al momento dell'interruzione del gioco.*

## **10 Condotta di gioco: i portieri e i giocatori di ruolo con i privilegi del portiere**

10.1. Il portiere non può prendere parte al gioco al di fuori della propria metà campo.

*Il portiere deve sempre indossare il casco protettivo*

10.2. Quando la palla si trova all'interno della metà campo da loro difesa e tengono il loro bastone in mano i portieri possono usare il loro bastone, piedi, soprascarpe, gambe o cosciali per giocare la palla e possono usare il loro bastone, piedi, soprascarpe, gambe o cosciali o ogni parte del loro corpo per giocare la palla in ogni direzione inclusa la linea di fondo ma possono segnare una rete per la loro squadra solo usando il loro bastone.

*Ai portieri non è concesso assumere una condotta di gioco che sia pericolosa per gli altri giocatori traendo vantaggio dall'equipaggiamento protettivo che indossano.*

10.3. I portieri non possono distendersi sulla palla.

## **11 Condotta di gioco: gli arbitri**

11.1. Uno o due arbitri controllano il gioco, fanno rispettare le regole e sono gli unici giudici della correttezza del gioco.

- 11.2. If two umpires:
- each umpire has primary responsibility for decisions in one half of the field for the duration of the match
  - each is responsible for decisions on challenges and goals in one half of the field.
- 11.3. Umpires are responsible for keeping a written record of goals scored and of suspension cards used.
- 11.4. Umpires are responsible for ensuring that the full time is played and for indicating the end of time for each period.
- 11.5. Umpires blow the whistle to:
- start and end each period of the match
  - start a bully
  - enforce a penalty
  - start a challenge
  - start and end a penalty stroke
  - indicate a goal
  - re-start the match after a goal has been scored
  - stop the play for the substitution onto or off the field of an incapacitated or suspended goalkeeper
  - stop the match for any other reason and to re-start it.
  - indicate, when necessary, that the ball has passed wholly outside the field
- 11.6. Umpires must not coach during a match.
- 11.7. If the ball strikes an umpire, unauthorised person or any loose object on the field, play continues.

## 12 Penalties

- 12.1. Advantage: a penalty is awarded only when a player or team has been disadvantaged by an opponent breaking the Rules.

*If awarding a penalty is not an advantage to the team which did not break the Rules, play must continue.*

- 12.2. A free hit is awarded to the opposing team:
- for an offence by any player between the 11 metres areas
  - for an offence by an attacker within the 11 metres area their opponents are defending
  - for an unintentional offence by a defender within the 11 metres area they are defending, including when the ball becomes lodged in a player's clothing or equipment.
- 12.3. A challenge is awarded:
- for an offence by a defender within the 11-metres area they are defending which prevents the probable scoring of a goal
  - for an intentional offence by a defender within the 11-metres area they are defending against an opponent

- 11.2. Se due arbitri dirigono la partita:
- ogni arbitro è principalmente responsabile delle decisioni nella propria metà campo per tutta la durata dell'incontro.
  - ogni arbitro è responsabile delle decisioni sui "challenge" e segnatura delle reti nella propria metà campo
- 11.3. Gli arbitri sono responsabili della registrazione scritta delle reti segnate e delle sospensioni comminate.
- 11.4. Gli arbitri sono responsabili del controllo della durata del gioco e dell'indicazione della fine di ciascun tempo di gioco.
- 11.5. Gli arbitri fischiano per:
- iniziare e terminare ciascun tempo della partita
  - iniziare un bully
  - accordare una punizione
  - iniziare un "challenge"
  - iniziare e terminare un tiro di rigore
  - indicare la segnatura di una rete
  - riprendere la partita dopo che una rete è stata segnata
  - arrestare la partita per permettere la sostituzione di un portiere infortunato o sospeso
  - arrestare la partita per ogni altra ragione e riprenderla
  - indicare, se necessario, che la palla è uscita completamente dal terreno di gioco
- 11.6. Gli arbitri non possono dare consigli tecnici ai giocatori durante il gioco.
- 11.7. Se la palla colpisce un arbitro, una persona non autorizzata o ogni oggetto che si dovesse trovare sul terreno di gioco, il gioco continua.

## 12 Punizioni

- 12.1. Vantaggio: una punizione viene accordata solo quando un giocatore o una squadra è stata svantaggiata dall'avversario che ha commesso un'infrazione alle regole.

*Se la concessione di una punizione non è un vantaggio per la squadra che non ha commesso l'infrazione il gioco dovrebbe continuare*

- 12.2. Un tiro libero viene accordato alla squadra avversaria:
- per un fallo commesso da un giocatore qualsiasi nell'area compresa tra le aree degli 11 metri
  - per un fallo di un attaccante all'interno dell'area degli 11 metri avversaria
  - per un fallo involontario da parte di un difensore all'interno dell'area degli 11 metri da lui difesa, incluso quando la palla si ferma nei vestiti o equipaggiamento di un giocatore.
- 12.3. Un "challenge" viene accordato:
- per un fallo commesso da un difensore all'interno della propria area degli 11 metri che impedisca la probabile segnatura di una rete
  - per un fallo intenzionale commesso da un difensore all'interno della propria area degli 11 metri contro un

who has possession of the ball or an opportunity to play the ball.

*The umpiring signal for a challenge is the same as for a penalty stroke in the Rules of Hockey; i.e. point one arm at the middle of the 11 metres line and the other straight up in the air.*

12.4. If there is another offence or misconduct before the awarded penalty has been taken:

- a. a personal penalty may be awarded
- b. the penalty may be reversed if the subsequent offence was committed by the team first awarded the penalty.

### 13 Procedures for taking penalties

13.1. Location of a free hit:

- a. a free hit is taken close to where the offence occurred

*'Close to' means within playing distance of where the offence occurred and with no significant advantage gained.*

- b. a free hit awarded within 11 metres of the back-line to the attack is taken outside the 11-metres area at the nearest point to the offence
- c. a free hit awarded to the defence within the 11-metres area can be taken anywhere in that area.

13.2. Procedures for taking a free hit, centre pass and putting the ball back into play after it has been outside the field:

- a. the ball must be stationary
- b. all players other than the player taking the free hit must be at least 4 metres from the ball

*If any player is within 4 metres of the ball, they must not interfere with the taking of the free hit or must not play or attempt to play the ball. If this player is not playing the ball, attempting to play the ball or influencing play, the free hit need not be delayed.*

- c. the ball is moved using a push, hit, scoop or flick
- d. the ball may not be shot at or played directly towards the goal until it has travelled at least 4 metres or has been touched by a player of either team other than the player taking the free hit.

*If the player taking the free hit continues to play the ball (ie no other player has yet played it):*

- that player may play the ball any number of times, but
- the ball must travel at least 4 metres, before that

avversario che sia in possesso di palla o che non abbia la possibilità di giocare la palla

*Il segnale per indicare la concessione di un "challenge" è lo stesso utilizzato per indicare la concessione di un tiro di rigore previsto dalle Regole dell'Hockey; indicare con un braccio il centro della linea degli 11 metri e distendere l'altro braccio*

12.4. Qualora si verifichi un altro fallo o cattiva condotta prima che la punizione concessa venga eseguita:

- a. può essere accorata una sanzione disciplinare personale
- b. la punizione può essere invertita se il fallo successivo è stato commesso dalla squadra a favore della quale era stata accordata la punizione originaria.

### 13 Modalità di esecuzione delle punizioni

13.1. Punto di esecuzione del tiro libero:

- a. il tiro libero deve essere eseguito vicino al punto in cui si è verificato il fallo

*"Vicino a" significa a distanza di gioco dal punto in cui è stato commesso il fallo e senza ottenerne un vantaggio significativo.*

- b. qualora il tiro libero sia stato accordato a favore degli attaccanti all'interno dell'area degli 11 metri il tiro libero deve essere giocato al di fuori dell'area degli 11 metri nel punto più vicino a dove è stato commesso il fallo.
- c. qualora il tiro libero sia stato accordato a favore dei difensori all'interno dell'area degli 11 metri il tiro libero può essere giocato in un punto qualsiasi dell'area degli 11 metri da loro difesa

13.2. Modalità per l'esecuzione di un tiro libero, passaggio dal centro e rimessa quando la palla è uscita completamente dal terreno di gioco:

- a. la palla deve essere immobile
- b. tutti i giocatori, con esclusione del giocatore che esegue il tiro libero, devono trovarsi ad almeno 4 metri dalla palla

*Se un giocatore si trova a meno di 4 metri dalla palla, questo non deve interferire con l'esecuzione del tiro libero e non deve giocare o cercare di giocare la palla. Se il giocatore non gioca la palla, non tenta di giocare la palla o non influenza il gioco, l'esecuzione del tiro libero non deve essere ritardata.*

- c. la palla può essere mossa usando un hit, push, flick o scoop
- d. la palla non può essere tirata o giocata direttamente verso la porta prima che la stessa non abbia percorso almeno 4 metri o sia stata toccata da un giocatore di una delle due squadre, ad esclusione del giocatore che ha eseguito il tiro libero.

*Se il giocatore che ha eseguito il tiro libero continua a giocare la palla (nessun altro giocatore ha ancora toccato la palla):*

- il giocatore può giocare la palla quante volte vuole, ma
- la palla deve percorrere almeno 4 metri prima che



player shoots the ball at goal by playing the ball again.

*Alternatively:*

- -another player of either team who can legitimately play the ball can shoot at goal
- -after another player has touched the ball, it can be shot at goal by any other player including the player who took the free hit.

### 13.3. Taking a challenge:

- a. all players on the field other than the player taking the challenge and the goalkeeper defending it must stand inside the 11- metres area not used to defend the challenge
- b. the ball is placed on the 11 metres line nearest to the goal of the defending goalkeeper
- c. the player taking the challenge must stand behind the ball before beginning the challenge
- d. the goalkeeper defending the challenge must stand at least 4 metres from the ball in the 11 metres area their team is defending
- e. the whistle is blown when the player taking the challenge and the goalkeeper defending it are in position to start the challenge
- f. the player taking the challenge must not take it until the whistle has been blown

*The player taking the challenge or the goalkeeper defending it must not delay the taking of the challenge.*

- g. the player taking the challenge may play the ball and is permitted to raise it to any height
- h. after the attacker has played the ball the defending goalkeeper may move and other players from both teams may leave the 11-metres area
- i. after the attacker has played the ball open play resumes.

### 13.4. For an offence during the taking of a challenge:

- a. the challenge is taken before the whistle is blown: the challenge is taken again
- b. for any other offence by the player taking the challenge: a free hit is awarded to the defence
- c. for any unintentional offence by the defending goalkeeper against the player taking the challenge including approaching within 4 metres from the ball before the challenge has started: the challenge is taken again.
- d. for any intentional offence by the goalkeeper defending the challenge: a penalty stroke is awarded.

*The penalty stroke is taken in accordance with the Rules of Hockey.*

## 14 Personal penalties

### 14.1. For any offence, the offending player may be:

- a. cautioned (indicated by spoken words)

il giocatore possa tirare la palla verso la porta giocandola nuovamente.

*Oppure:*

- un altro giocatore di ciascuna squadra che possa legittimamente giocare può tirare verso la porta
- dopo che un altro giocatore ha toccato la palla, la stessa può essere tirata verso la porta da ogni altro giocatore incluso il giocatore che ha eseguito il tiro libero.

### 13.3. Esecuzione di un "challenge":

- a. tutti i giocatori sul terreno di gioco con esclusione del giocatore che esegue il "challenge" ed il portiere che lo difende devono trovarsi all'interno dell'area degli 11 metri ove non si svolge il "challenge"
- b. la palla viene posizionata sulla linea degli 11 metri più vicina alla porta del portiere difendente
- c. l'attaccante che esegue il "challenge" deve trovarsi dietro la palla prima dell'inizio del "challenge"
- d. il portiere difendente il "challenge" deve trovarsi ad almeno 4 metri dalla palla all'interno dell'area degli 11 metri da lui difesa
- e. l'arbitro fischia quando il giocatore che esegue il "challenge" ed il portiere che lo difende sono pronti ad iniziare il "challenge"
- f. il giocatore che esegue il "challenge" non può giocarlo fino a quando l'arbitro non abbia fischiato

*il giocatore che esegue il "challenge" o il portiere che lo difende non devono ritardare l'esecuzione del "challenge"*

- g. il giocatore che esegue il "challenge" può giocare la palla ed è autorizzato a sollevarla ad ogni altezza
- h. dopo che l'attaccante ha giocato la palla il portiere difendente può muoversi e gli altri giocatori di entrambe le squadre possono lasciare l'area degli 11 metri.
- i. dopo che l'attaccante ha giocato la palla il gioco riprende

### 13.4. Per una infrazione durante l'esecuzione di un "challenge":

- a. il "challenge" viene eseguito prima del fischio dell'arbitro: il "challenge" deve essere ripetuto.
- b. per ogni altra infrazione commessa dal giocatore che esegue il "challenge": il tiro libero è concesso alla difesa.
- c. per ogni infrazione involontaria commessa dal portiere che difende il "challenge" sul giocatore attaccante che esegue il "challenge" compreso l'avvicinarsi a meno di 4 metri dalla palla prima che il "challenge" venga giocato: il "challenge" deve essere ripetuto.
- d. per ogni infrazione volontaria commessa dal portiere che difende il "challenge" sul giocatore attaccante che esegue il "challenge": deve essere accordato un tiro di rigore.

*Il tiro di rigore viene eseguito secondo quanto previsto dalle "Regole dell'Hockey"*

## 14 Provvedimenti disciplinari personali

### 14.1. Per ogni infrazione il giocatore responsabile potrà essere:

- a. richiamato (verbalmente)

- b. warned and temporarily suspended for 1 minute of playing time (indicated by a green card)

*For the duration of each temporary suspension of a player on or off the field, with a green card, the offending team plays with one less player.*

*If a goalkeeper is awarded a green card, the team may nominate a player to serve the suspension on their behalf.*

*The suspended player may return to the pitch immediately the opposing team scores a goal.*

- c. temporarily suspended for a minimum of 2 minutes of playing time (indicated by a yellow card)

*For the duration of each temporary suspension of a player on or off the field, with a yellow card, the offending team plays with one less player.*

*If the goalkeeper is temporarily suspended the offending team plays with one less field-player.*

*The player must serve the full period of the suspension*

- d. permanently suspended from the current match (indicated by a red card).

*For each permanent suspension, the offending team plays for the remainder of the match with one less player.*

*If the goalkeeper is permanently suspended, they must leave the field and its surrounding area. Each team must have a goalkeeper on the field throughout a match. If a substitute goalkeeper already wearing full protective equipment is not available, reasonable time should be allowed for a field player to put on protective equipment. The offending team plays with one less field-player for the remainder of the match.*

*A personal penalty may be awarded in addition to the appropriate penalty.*

- 14.2. Temporarily suspended players must remain in a designated place until permitted by the umpire who suspended them to resume play.

- 14.3. Temporarily suspended players are permitted to rejoin their team during intervals after which they must return to a designated place to complete their suspension.

- 14.4. The intended duration of a temporary suspension may be extended for misconduct by a player while suspended.

- 14.5. Permanently suspended players must leave the field and its surrounding area.

- b. ammonito ed espulso temporaneamente per 1 minuto di tempo effettivo (cartellino verde)

*Per la durata di ogni espulsione temporanea per cartellino verde, la squadra cui appartiene il giocatore in campo o fuori espulso temporaneamente giocherà con un giocatore in meno.*

*Se il portiere viene espulso temporaneamente con un cartellino verde, la squadra a cui appartiene può nominare un giocatore di ruolo che deve scontare l'espulsione al suo posto*

*Il giocatore espulso può ritornare in campo immediatamente dopo che la squadra avversaria ha segnato una rete*

- c. espulso temporaneamente per un minimo di 2 minuti di tempo effettivo (cartellino giallo)

*Per la durata di ogni espulsione temporanea per cartellino giallo, la squadra cui appartiene il giocatore in campo o fuori espulso temporaneamente giocherà con un giocatore in meno.*

*Se il portiere viene espulso temporaneamente la squadra a cui appartiene gioca con un giocatore di ruolo in meno*

*Il giocatore espulso deve scontare completamente il periodo di espulsione*

- d. espulso definitivamente per tutta la durata della partita (cartellino rosso).

*Per ogni espulsione definitiva, la squadra cui appartiene il giocatore espulso definitivamente giocherà il resto della partita con un giocatore in meno.*

*Se il portiere è espulso definitivamente deve lasciare il campo di gioco e l'area circostante. Ogni squadra deve avere un portiere sul terreno di gioco per tutta la partita. Se non è disponibile il portiere di riserva che indossi già gli equipaggiamenti protettivi, dovrebbe essere concesso un tempo ragionevole affinché un giocatore di ruolo indossi gli equipaggiamenti protettivi. La squadra cui appartiene il giocatore espulso definitivamente giocherà il resto della partita con un giocatore in meno*

*Un provvedimento disciplinare può essere inflitto in aggiunta alla sanzione tecnica appropriata.*

- 14.2. I giocatori espulsi temporaneamente devono rimanere in un posto prestabilito fino a quando l'arbitro che li ha espulsi non li autorizzi a riprendere il gioco.

- 14.3. I giocatori espulsi temporaneamente possono unirsi alla loro squadra durante gli intervalli dopo di che devono ritornare nel posto prestabilito per completare il loro periodo di espulsione.

- 14.4. La durata prevista di un'espulsione temporanea può essere prolungata in caso di cattiva condotta del giocatore durante il periodo della sua espulsione.

- 14.5. I giocatori espulsi definitivamente devono lasciare il campo di gioco e l'area circostante.