



Federazione Italiana Hockey

***REGOLE DELL'HOCKEY
2015
OUTDOOR***

REV.	DATA	DESCRIZIONE
00	02/01/15	Prima emissione

Edizione 1 – Revisione 0 – 02/01/15

<p><i>Responsibility and Liability</i></p> <p>Participants in hockey must be aware of the Rules of Hockey and of other information in this publication. They are expected to perform according to the Rules.</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><i>Implementation and Authority</i></p> <p>The Rules of Hockey apply to all hockey 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><i>Availability of the Rules</i></p> <p>Information about the availability of the Rules on the FIH website and about the purchase of Rules books is included at the end of this publication.</p>	<p><i>Responsabilità</i></p> <p>Chiunque prenda parte, a qualunque titolo, ad un incontro di hockey deve conoscere le Regole dell'Hockey ed ogni altra informazione ivi contenuta e ci si aspetta che agisca in conformità alle Regole.</p> <p>Particolare importanza riveste la sicurezza. 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><i>Applicazione e Autorità</i></p> <p>Le Regole dell'Hockey si applicano a tutti i giocatori di hockey 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><i>Disponibilità delle Regole</i></p> <p>Il testo originale delle Regole dell'Hockey può essere consultato sul sito web della Federazione Internazionale all'indirizzo www.fih.ch</p> <p><i>La versione italiana delle Regole dell'Hockey 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>
---	---

CONTENTS	CONTENUTI
Introduction.....5	Introduzione.....5
Terminology.....9	Terminologia.....9
PLAYING THE GAME	LE REGOLE DEL GIOCO
1 Field of play11	1 Campo di gioco.....11
2 Composition of teams12	2 Composizione delle squadre.....12
3 Captains.....13	3 Capitani.....13
4 Players' clothing and equipment14	4 Equipaggiamento dei giocatori.....14
5 Match and result15	5 Partita e risultato.....15
6 Start and re-start the match16	6 Inizio e ripresa della partita.....16
7 Ball outside the field.....17	7 Palla fuori dal terreno di gioco.....17
8 Method of scoring17	8 Segnatura di una rete.....17
9 Conduct of play : players18	9 Condotta di gioco: i giocatori.....18
10 Conduct of play : goalkeepers and players with goalkeeping privileges.....20	10 Condotta di gioco: i portieri e i giocatori di ruolo con i privilegi del portiere.....20
11 Conduct of play : umpires21	11 Condotta di gioco: gli arbitri.....21
12 Penalties.....21	12 Punizioni.....21
13 Procedures for taking penalties22	13 Modalità di esecuzione delle punizioni.....22
14 Personal penalties28	14 Provvedimenti disciplinari personali.....28
UMPIRING	ARBITRAGGIO
1 Objectives.....29	1 Obiettivi.....29
2 Applying the rules.....29	2 Applicazione delle regole.....29
3 Umpiring skills.....30	3 Competenze arbitrali.....30
4 Umpiring signals.....32	4 Segnali convenzionali.....32

INTRODUCTION

THE RULES CYCLE

The Rules in this new publication are effective from 1 January 2015 at international level. National Associations have discretion to decide the date of implementation at national level.

A starting date is specified but not an end date.

We will avoid implementing changes to these Rules before 2016 Olympic Games and perhaps beyond. However, in exceptional circumstances the International Hockey Federation (FIH) retains the right to make changes which will be notified to National Associations and published on the FIH website: www.fih.ch.

RULES REVIEW

The FIH Rules Committee regularly reviews all the Rules of Hockey. It takes account of information and observations from a wide variety of sources including National Hockey Associations, players, coaches, officials, media and spectators together with match and competition reports, video analysis and Rules trials. Ideas which have already been trialed with the FIH Rules Committee's approval in local or limited circumstances are especially valuable. Rules changes can then be based on practical experience.

PLAYING RULES IN INTERNATIONAL MATCHES

It is the intention of the Rules and Competitions Committees to try and reduce as far as possible the number of variations to the Rules which occur through Tournament Regulations. These differences have led to some confusion on the part of players, officials, spectators and television audiences.

The Rules of Hockey and FIH Tournament Regulations apply to all International Hockey. The FIH Executive Board has agreed that the same Rules and FIH Tournament Regulations which vary the Rules of Hockey also apply to the top domestic League level of National Association Hockey. This will become mandatory at top domestic League level, with effect from 1 September 2015, unless a National Association wishes to opt out of particular Rules or Regulations which vary the Rules of Hockey by applying to FIH to do so.

The Rules of Hockey apply to all levels of the game, and are effective from 1 January 2015 at International level. It is important to note that National Associations have discretion to decide the date of their implementation at National level. Additionally, National Associations may apply to FIH to opt out of particular Rules at levels below their top domestic Leagues and/or for particular age groups, should they so wish.

This approach helps bring the Rules and Regulations closer together, as well as negating the need for either Mandatory or Non-Mandatory Experimental Rules or Rules trials.

A limited number of variations in the playing conditions through Regulation will continue to exist in top level

INTRODUZIONE

IL CICLO DELLE REGOLE

Le Regole in questa nuova pubblicazione sono valide dal 1° gennaio 2015 a livello internazionale. Le Associazioni Nazionali hanno la discrezionalità di decidere la data di applicazione a livello nazionale.

Viene indicata una data di inizio ma non la data di scadenza.

Cercheremo di evitare di modificare queste Regole prima dei Giochi Olimpici 2016 e possibilmente anche dopo. Tuttavia, in casi eccezionali, la Federazione Internazionale Hockey (FIH) si riserva il diritto di effettuare modifiche che verranno comunicate alle Federazioni Nazionali e pubblicate sul sito della FIH www.fih.ch.

LE MODIFICHE ALLE REGOLE DEL GIOCO

Il FIH Rules Committee rivede con regolarità tutte le Regole dell'Hockey. Vengono considerate informazioni e osservazioni provenienti da diverse fonti quali Associazioni Nazionali, giocatori, allenatori, arbitri, stampa e spettatori oltre a rapporti su partite e tornei, analisi video e esperimenti sulle Regole.

Vengono valutate in maniera particolare le idee che sono state sperimentate a livello locale o ristretto su autorizzazione del FIH Rules Committee. I cambiamenti alle Regole si basano su esperienze di gioco reali.

LE REGOLE DI GIOCO IN PARTITE INTERNAZIONALI

E' intenzione dei FIH Rules Committee e Competition Committee limitare il più possibile il numero di varianti alle Regole introdotte con lo strumento del Tournament Regulations. Queste differenze hanno creato confusione tra i giocatori, arbitri, spettatori e audience televisiva.

Le Regole dell'Hockey e il FIH Tournament Regulations vengono applicati a livello internazionale. L'Executive Board della Federazione Internazionale Hockey ha deciso che le Regole e il FIH Tournament Regulations, che modifica alcune Regole dell'Hockey, dovranno essere applicati al campionato maggiore di ogni singola Associazione Nazionale. Ciò diventerà obbligatorio a livello del campionato maggiore nazionale a partire dal 1° Settembre 2015 a meno che l'Associazione Nazionale dichiari espressamente, con richiesta formale alla FIH, la volontà di non applicare alcune particolari Regole dell'Hockey o Regolamenti.

Le Regole dell'Hockey si applicano a tutti i livelli con decorrenza 1° Gennaio 2015 a livello internazionale. E' importante notare che le Associazioni Nazionali hanno la discrezionalità di decidere la data di decorrenza a livello nazionale. In aggiunta le Associazioni Nazionali, qualora lo desiderino, possono richiedere formalmente alla FIH di non applicare alcune particolari Regole per campionati inferiori al loro campionato nazionale maggiore e/o per specifici gruppi di età.

Questo approccio aiuta a mantenere allineate le Regole ed i Regolamenti e ad evitare di dover utilizzare Regole Sperimentali obbligatorie/non obbligatorie o esperimenti sulle Regole.

Un numero limitato di varianti alla formula di gioco, attraverso lo strumento del Regolamento, continuerà ad esistere per i match

International matches played at FIH Tournaments. These include the countdown clock for penalty corners and the use of 4 x 15 minute quarters, which require additional technical table equipment and resources. Similarly Video Umpire will only be used at FIH World level Tournaments where the contracted full television coverage and facilities enable a viable system. All other matches must be played in accordance with the Rules of Hockey unless otherwise agreed by the FIH Rules Committee after submission by a National Hockey Association.

The procedure for National Associations to apply to FIH to opt out of particular Rules or Regulations which vary the Rules of Hockey will be available from the FIH website.

RULES CHANGES

The FIH Tournament Regulations which have been incorporated into the Rules of Hockey for 2015 are breaking at a penalty corner, the two minute green card and the use of the stick above the shoulder.

The breaking at penalty corners Regulation has effected a significant reduction in the number of breaks at Tournaments, by both attackers and defenders. As a consequence, the requirement that a penalty stroke be awarded for defenders persistently crossing the back-line before permitted has been deleted. Breaking at penalty corners can now be managed with this new Rule, noting that the penalty stroke provision was only rarely invoked.

The two minute green card will now provide an additional management aid to umpires at all levels.

The ability to play the ball with the stick above the shoulder has been in top level International hockey for well over a year. The skills of players to be able to control and play the ball above shoulder height have dramatically improved over a short period of time, and adds another dimension and set of skills to the game. Any safety fears at various levels or age groups in competitions below top domestic National League level may be allayed by the possibility for National Associations to opt out of this particular Rule.

Two Rules changes have been included. The first is the ability to take attacking free hits, awarded within 5 metres of the edge of the circle, from the point of the offence. The ball still has to travel at least 5 metres before it can be played into the circle, or alternatively has to be touched by another player of either team, other than the player taking the free hit. Having to take the ball back to the 5 metres dotted line slowed the play and was seen as a real disadvantage to the attacking team and the flow of the game.

The second change concerns the re-start after the ball has unintentionally been played over the back-line by a defender or deflected by a goalkeeper or player with goalkeeping privileges, and no goal is scored. Play will now be re-started with the ball on the 23 metres line and in line with where it crossed the back-line. The previous re-start, commonly known

internazionali di massimo livello giocati in tornei FIH. Queste varianti includono il conto alla rovescia per l'esecuzione del tiro di angolo corto e l'uso del formato dei 4 quarti x 15 minuti che necessitano di maggiori risorse umane e tecniche. Allo stesso modo il Video Umpire verrà utilizzato solo nei tornei FIH World Level dove sono presenti le necessarie risorse tecniche e la copertura televisiva. Tutti gli altri incontri devono essere giocati secondo le Regole dell'Hockey se non diversamente approvato dal FIH Rules Committee a seguito di specifica richiesta da parte dell'Associazione Nazionale.

Le procedure che le Associazioni Nazionali devono seguire per richiedere alla FIH la deroga all'applicazione di particolari Regole o Regolamenti che modificano le Regole dell'Hockey sono disponibili sul sito web della FIH

LE MODIFICHE ALLE REGOLE

Le norme del FIH Tournament Regulations che sono state incorporate nelle Regole dell'Hockey 2015 sono quelle che riguardano i giocatori che entrano in area di tiro prima che la palla venga giocata dalla linea di fondo su tiro di angolo corto, la sospensione di due minuti per il cartellino verde e la possibilità di giocare la palla sopra le spalle con il bastone.

La norma che riguarda i giocatori che entrano in area di tiro prima che la palla venga giocata dalla linea di fondo su tiro di angolo corto ha comportato una significativa riduzione delle interruzioni del gioco da parte sia degli attaccanti sia dei difensori. Di conseguenza è stata eliminata la regola che prevedeva la concessione di un tiro di rigore a seguito di continui attraversamenti della linea di porta da parte dei difensori prima che ciò fosse permesso. Questo comportamento può essere ora gestito diversamente grazie alla nuova regola notando comunque come in passato la regola che prevedeva la concessione di un tiro di rigore fosse stata raramente applicata.

La sospensione di due minuti in caso di cartellino verde fornisce un ulteriore strumento di controllo per gli arbitri a tutti i livelli.

La possibilità di giocare la palla con il bastone sopra le spalle è stata introdotta a livello internazionale da oltre un anno. L'abilità tecnica dei giocatori nel controllare e giocare la palla al di sopra delle spalle è notevolmente migliorata in breve tempo ed aggiunge una ulteriore dimensione e nuove abilità al gioco. I timori relativi alla sicurezza legata ai vari livelli o gruppi di età possono essere eliminati grazie alla possibilità per le Associazioni Nazionali di derogare all'applicazione di tale specifica regola.

Sono state introdotte due modifiche alle Regole. La prima riguarda la possibilità per la squadra in attacco di giocare i tiri liberi concessi a meno di 5 metri dal limite dell'area di tiro nel punto in cui è stato commesso il fallo. La palla deve comunque percorrere 5 metri prima di poter essere giocata dentro l'area di tiro o in alternativa deve essere toccata da un altro giocatore di una delle due squadre, diverso dal giocatore che ha eseguito il tiro libero. L'arretramento della palla sulla linea tratteggiata ad una distanza di cinque metri dal limite dell'area comportava il rallentamento del gioco ed era visto con uno svantaggio per la squadra in attacco e per la fluidità del gioco.

La seconda modifica riguarda la ripresa del gioco dopo che la palla è stata giocata in maniera involontaria oltre la linea di fondo da parte di un difensore o deviata da un portiere o da un giocatore con i privilegi del portiere. Il gioco riprenderà ora con la palla posta sulla linea dei 23 metri ed in linea con il punto in cui la palla ha attraversato la linea di fondo. La modalità precedente di

as a corner, was seen an inefficient and ineffective re-start with the ball often becoming trapped in the corners of the pitch. Taking the re-start from the 23 metres line opens up the play and gives more passing options.

Another Rules deletion is that of the ability to progress a free hit by up to 10 metres. This has become redundant with the new free hit Rules and the ability to self-pass, while any other misconduct can be managed using other Rules or personal penalties.

There is a slight adjustment to the stick specification, with a maximum length being specified for the first time, which brings this into line with the indoor Rule and FIH Regulation changes.

There is also a lifting of the ban on certain types of face masks, in particular those with metal grills, recognising that the primary objective of wearing a face mask to defend a penalty corner should be safety. Nevertheless players wearing face masks are not permitted to conduct themselves in a manner which is dangerous to other players by taking advantage of the protective equipment that they wear.

Otherwise, changes in this edition of the Rules are clarifications of existing Rules. To draw attention to all changes, even these minor points of clarification, a line appears in the margin of any text which has been changed.

APPLYING THE RULES

The FIH Rules Committee continues to be concerned that some Rules are not applied consistently.

Rule 7.4.c: ball intentionally played over the back-line by a defender and no goal is scored. If it is clear that the action is intentional, umpires should not hesitate to award a penalty corner.

Rule 9.12: obstruction. Umpires should penalise shielding the ball with the stick more strictly. They should also look out for a tackling player who by pushing or leaning on an opponent causes them to lose possession of the ball.

Rule 13.2.a: ball stationary at a free hit. Umpires are sometimes not strict enough on requiring the ball to be stationary, albeit very briefly, for a free hit especially if it is taken using a self-pass.

RULES DEVELOPMENT

We believe our sport is enjoyable to play, officiate in and watch. Nevertheless, we will continue to seek ways of making our game even more enjoyable for all its participants while retaining its unique and attractive characteristics. This enables our sport to develop which is necessary in a world which makes large demands on personal time and in which recreation and sport can contribute to personal wellbeing.

The FIH Rules Committee will therefore continue to welcome suggestions for Rules developments or for clarification of current Rules especially from National Hockey Associations.

ripresa del gioco, conosciuta comunemente come tiro di angolo lungo, era considerata inutile e inefficace con la palla che spesso finiva intrappolata negli angoli del campo. Posizionando la palla sulla linea dei 23 metri si hanno ora maggiori possibilità di gioco e più opzioni di passaggio.

E' stata eliminata la possibilità di avanzare il tiro libero fino ad un massimo di 10 metri. Ciò era diventato ridondante con le nuove regole sul tiro libero e la possibilità del self-passo; ogni altro atteggiamento scorretto successivo alla concessione del tiro libero può essere gestito secondo altre Regole o con un provvedimento disciplinare.

Sono state modificate leggermente le specifiche tecniche relative al bastone di gioco stabilendone, per la prima volta, la lunghezza massima allineandosi così alle modifiche apportate alle Regole dell'Hockey Indoor e al Regolamento FIH

E' stata inoltre eliminata la limitazione relativa ad alcuni tipi di maschere di protezione, in particolare quelle con le griglie metalliche, riconoscendo il fatto che l'obiettivo principale nell'indossare le maschere protettive nel difendere un tiro di angolo corto è la sicurezza dei giocatori. Tuttavia i giocatori che indossano una maschera protettiva non possono assumere una condotta di gioco che sia pericolosa per gli avversari traendo vantaggio dall'equipaggiamento protettivo che stanno indossando.

Diversamente altre modifiche in questa edizione delle Regole riguardano solo chiarimenti su regole esistenti. Per richiamare l'attenzione, anche sui chiarimenti minori, è stata aggiunta una linea verticale a margine del testo che è stato modificato.

APPLICAZIONE DELLE REGOLE

Il Comitato Regole FIH continua ad essere preoccupato del fatto che alcune regole vengono applicate in maniera non uniforme.

Regola 7.4.c: la palla è intenzionalmente giocata oltre la linea di fondo da un difensore e una rete non è stata segnata. Se risulta chiaro che l'azione è intenzionale, gli arbitri non dovranno esitare a concedere un tiro di angolo corto.

Regola 9.12: ostruzione. Gli arbitri dovrebbero penalizzare in maniera più rigida il proteggere la palla con il bastone. Dovrebbero anche fare attenzione al giocatore che contrasta che o spingendo o appoggiandosi all'avversario lo porta a perdere il possesso della palla.

Regola 13.2: palla ferma su tiro libero. Gli arbitri alcune volte non sono abbastanza rigidi nel far rispettare che la palla sia ferma, anche se per pochi istanti, su tiro libero in particolare quando viene eseguito un self-pass.

LO SVILUPPO DELLE REGOLE

Noi crediamo che il nostro sport sia divertente da giocare, arbitrare e da vedere. Tuttavia noi continueremo a cercare modi per rendere il nostro gioco ancora più divertente per tutti i partecipanti, pur mantenendo le sue peculiari ed attraenti caratteristiche. Questo permetterà al nostro sport di sviluppare ciò che è necessario in un mondo che richiede a tutti un notevole impiego di tempo e dove lo svago e lo sport possono contribuire al benessere personale.

Di conseguenza il FIH Rules Committee continuerà ad accettare di buon grado i suggerimenti per lo sviluppo delle regole o per il chiarimento delle regole esistenti in particolare se provenienti

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 or to the FIH postal address.

MEMBRI DEL COMITATO REGOLE FIH 2014 :

Chair : David Collier

Secretary : Richard Wilson

Members :

Christian Blash
Eric Donegani
Peter Elders
Margaret Hunnaball
Clive McMurray
Alain Renaud
Ramesh Patel
Katrina Powell
Beth Smith

dalle Associazioni Nazionali

Le Associazioni Nazionali sono una fonte importante di suggerimenti e consigli; in ogni caso, i suggerimenti e le domande sulle Regole possono essere inviate per e-mail all'indirizzo info@fih.ch oppure all'indirizzo postale della FIH.

MEMBRI DEL COMITATO REGOLE FIH 2014

Presidente : David Collier

Segretario : Richard Wilson

Membri :

Christian Blash
Eric Donegani
Peter Elders
Margaret Hunnaball
Clive McMurray
Alain Renaud
Ramesh Patel
Katrina Powell
Beth Smith

COMMISSIONE REGOLE DI GIOCO

Federazione Italiana Hockey:

Presidente: Luciano Cecca

Membri:

Anna Grazia Puglia
Ermanno Silvano

TERMINOLOGY

Player

One of the participants in a team.

Team

A team consists of a maximum of sixteen persons composed of a maximum of eleven players on the field and up to five substitutes.

This may be amended by Regulation to a maximum of eighteen players.

Field Player

One of the participants on the field other than the goalkeeper.

Goalkeeper

One of the participants of each team on the field who wears full protective equipment comprising at least headgear, leg guards and kickers and who is also permitted to wear goalkeeping hand protectors and other protective equipment.

Field Player with Goalkeeping Privileges

One of the participants on the field who does not wear full protective equipment but who has goalkeeping privileges; this player wears a different color shirt to their other team members as identification.

Attack (Attacker)

The team (player) which (who) is trying to score a goal.

Defence (Defender)

The team (player) which (who) is trying to prevent a goal being scored.

Back-line

The shorter (55 metres) perimeter line.

Goal-line

The back-line between the goal-posts.

Side-line

The longer (91.40 metres) perimeter line.

Circle

The area enclosed by and including the two quarter circles and the lines joining them at each end of the field opposite the centre of the back-lines.

23 metres area

The area enclosed by and including the line across the field 22.90 metres from each back-line, the relevant part of the side-lines, and the back-line.

Playing the ball: field player

Stopping, deflecting or moving the ball with the stick.

Shot at goal

The action of an attacker attempting to score by playing the ball towards the goal from within the circle.

The ball may miss the goal but the action is still a "shot at goal" if the player's intention is to score with a shot directed towards the goal.

TERMINOLOGIA

Giocatore

Uno dei componenti della squadra.

Squadra

Una squadra è composta da un massimo di sedici giocatori di cui undici sul terreno di gioco e fino a cinque sostituti.

Ciò può essere derogato dal Regolamento FIH fino ad un massimo di diciotto giocatori.

Giocatore di ruolo

Uno dei giocatori sul terreno di gioco escluso il portiere.

Portiere

Uno dei giocatori, per ogni squadra, sul terreno di gioco che indossa un apposito equipaggiamento protettivo costituito almeno da un casco, cosciali, soprascarpe e che è anche autorizzato ad indossare protezioni alle mani e altri equipaggiamenti protettivi.

Giocatore di ruolo con i privilegi del portiere

Uno dei giocatori sul terreno di gioco che non indossa un apposito equipaggiamento protettivo ma che ha i privilegi del portiere; questo giocatore indossa una maglia di colore diverso da quella dei suoi compagni di squadra al fine della identificazione.

Attacco (Attaccante)

La squadra (il giocatore) che cerca di segnare una rete.

Difesa (Difensore)

La squadra (il giocatore) che cerca di impedire che una rete venga segnata.

Linea di fondo

La linea più corta (55 metri) del perimetro di gioco.

Linea di porta

La linea di fondo compresa tra i pali della porta.

Linea laterale

La linea più lunga (91,40 metri) del perimetro di gioco.

Area di tiro

L'area compresa tra i due quarti di cerchio e la linea che li unisce, posta di fronte a ciascuna porta e tracciata simmetricamente rispetto al centro della linea di fondo (tutte le suddette linee incluse).

Area dei 23 metri

L'area compresa tra le linee trasversali poste a 22,90 metri da ciascuna linea di fondo, le relative porzioni delle linee laterali e le linee di fondo (tutte le suddette linee incluse).

Giocare la palla: giocatore di ruolo

Fermare, deviare o muovere la palla con il bastone.

Tiro a rete

L'azione di un attaccante che tenta di segnare una rete giocando la palla verso la porta dall'interno dell'area di tiro.

La palla può mancare la porta ma l'azione deve essere considerata un "tiro a rete" se l'intenzione del giocatore è di segnare una rete con un tiro indirizzato verso la porta.

<p>Hit Striking the ball using a swinging movement of the stick towards the ball. <i>“Slap” hitting the ball, which involves a long pushing or sweeping movement with the stick before making contact with the ball, is regarded as a hit.</i></p> <p>Push Moving the ball along the ground using a pushing movement of the stick after the stick has been placed close to the ball. When a push is made, both the ball and the head of the stick are in contact with the ground.</p> <p>Flick Pushing the ball so that it is raised off the ground.</p> <p>Scoop Raising the ball off the ground by placing the head of the stick under the ball and using a lifting movement.</p> <p>Forehand Playing a ball which is to the right of the player in a forwards direction.</p> <p>Playing distance The distance within which a player is capable of reaching the ball to play it.</p> <p>Tackle An action to stop an opponent retaining possession of the ball.</p> <p>Offence An action contrary to the Rules which may be penalised by an umpire.</p>	<p>Hit Colpire la palla effettuando una rapida rotazione del bastone. <i>Il tiro di “slap”, che consiste nell’effettuare una lunga strisciata del bastone sul terreno prima che si verifichi il contatto con la palla, viene considerato alla stregua di un tiro (hit).</i></p> <p>Push Muovere la palla lungo il terreno usando un movimento di spinta del bastone dopo che il bastone è stato posto vicino alla palla. Quando viene eseguito un push sia la palla sia la testa del bastone sono a contatto con il terreno.</p> <p>Flick Spingere la palla in maniera tale da sollevarla dal terreno.</p> <p>Scoop Sollevare la palla dal terreno ponendo la testa del bastone sotto la palla ed usando un movimento di sollevamento.</p> <p>Diritto Giocare in avanti la palla che si trova a destra del giocatore.</p> <p>Distanza di gioco La distanza alla quale un giocatore è in grado di raggiungere la palla per giocarla.</p> <p>Contrasto Un’azione volta a fermare un avversario in possesso della palla.</p> <p>Fallo Un’azione contraria alle regole che può essere penalizzata da un arbitro.</p>
--	--

PLAYING THE GAME

1 Field of play

The information below provides a simplified description of the field of play.

- 1.1 The field of play is rectangular, 91.40 metres long and 55.00 metres wide.
- 1.2 Side-lines mark the longer perimeters of the field; backlines 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 A centre-line is marked across the middle of the field.
- 1.5 Lines known as 23 metres lines are marked across the field 22.90 metres from each back-line.
- 1.6 Areas referred to as the circles are marked inside the field around the goals and opposite the centres of the backlines.
- 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 Flag-posts between 1.20 and 1.50 metres in height are placed at each corner of the field.
- 1.10 Goals are positioned outside the field of play at the centre of and touching each back-line.

2 Composition of teams

- 2.1 A maximum of eleven players from each team take part in play at any particular time during the match.

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 may be awarded against the captain of the team involved, if inadvertently having too many players on the pitch occurs for a very short period of time and does not materially affect the match. In cases where this occurs and materially affects the match, a personal penalty must be awarded against the captain of the team involved. Decisions taken prior to correcting the situation cannot be changed.

Play and time is restarted with a free hit 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.

LE REGOLE DI GIOCO

1 Campo di gioco

Le informazioni qui di seguito riportate forniscono una descrizione semplificata del terreno di gioco.

- 1.1 Il terreno di gioco è rettangolare, lungo 91,40 metri e largo 55,00 metri.
- 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 Una linea di metà campo è tracciata trasversalmente a metà del terreno di gioco.
- 1.5 Le linee definite “dei 23 metri” sono tracciate trasversalmente ad una distanza di metri 22,90 da ciascuna linea di fondo.
- 1.6 Le zone di campo definite “aree di tiro” sono tracciate all’interno del terreno di gioco, attorno alle porte, e simmetricamente rispetto al centro delle linee di fondo.
- 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 Ad ogni angolo del campo di gioco vengono posizionati paletti per le bandierine con altezza compresa tra 1,20 e 1,50 metri.
- 1.10 Le porte vengono posizionate al di fuori del terreno di gioco, al centro delle linee di fondo ed a contatto con le stesse.

2 Composizione delle squadre

- 2.1 Prendono parte alla partita nello stesso momento un massimo di 11 giocatori per ogni squadra.

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 può essere preso nei confronti del capitano della squadra coinvolta se l’aver avuto inavvertitamente un numero di giocatori superiori al massimo consentito si è verificato per un breve periodo di tempo e non ha avuto conseguenze materiali sulla partita. In caso questo invece abbia avuto materialmente conseguenze sulla partita deve essere preso provvedimento disciplinare personale nei confronti del capitano della squadra coinvolta. Ogni decisione presa prima della correzione della situazione non può essere modificata.

Il gioco deve essere ripreso con un tiro libero 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

2.2 Each team has either a goalkeeper or player with goalkeeping privileges on the field or plays only with field players.

Each team may play with :

- *a goalkeeper wearing a different colour shirt and full protective equipment comprising at least headgear, leg guards and kickers; this player is referred to in these Rules as a goalkeeper; or*
- *a field player with goalkeeping privileges wearing a different colour shirt and who may wear protective headgear (but not leg guards and kickers or other goalkeeping protective equipment) when inside their defending 23 metres area; they must wear protective headgear when defending a penalty corner or penalty stroke; this player is referred to in these Rules as a player with goalkeeping privileges; or*
- *only field players; no player has goalkeeping privileges or wears a different color shirt; no player may wear protective headgear except a face mask when defending a penalty corner or a penalty stroke; all team players wear the same colour shirt.*

Any change between these options must take place as a substitution.

2.3 Each team is permitted to substitute from its players not on the field of play:

- a. substitution is permitted at any time except within the period from the award of a penalty corner until after it has been completed; during this period substitution is only permitted for injury to or suspension of the defending goalkeeper or defending player with goalkeeping privileges.

If another penalty corner is awarded before completion of the previous penalty corner, substitution other than for an injured or suspended defending goalkeeper or defending player with goalkeeping privileges must not take place until that subsequent penalty corner has been completed.

At a penalty corner, a defending goalkeeper (ie wearing full protective equipment) who is injured or suspended may be substituted by another goalkeeper wearing full protective equipment or by a player with goalkeeping privileges.

At a penalty corner, a defending player with goalkeeping privileges who is injured or suspended may be substituted by another player with goalkeeping privileges and not by a goalkeeper wearing full protective equipment.

If a team has only field players, no substitution is permitted at a penalty corner until it has been completed.

punizione.

2.2 Ogni squadra ha sul terreno o un portiere o un giocatore di ruolo con i privilegi del portiere di gioco o gioca solo con i giocatori di ruolo.

Ogni squadra può giocare con:

- *un portiere che indossi una maglia di colore differente, un equipaggiamento protettivo completo composto almeno da casco, cosciali, soprascarpe; questo giocatore viene definito portiere; oppure*
- *un giocatore di ruolo con i privilegi del portiere che indossi una maglia di colore diverso e che può indossare il casco (ma non i cosciali o soprascarpe o altri equipaggiamenti protettivi) quando si trova all'interno dell'area dei 23 metri da lui difesa; questo giocatore deve indossare il casco protettivo quando deve difendere un tiro d'angolo corto o un tiro di rigore; questo giocatore viene definito come giocatore con i privilegi del portiere ; oppure*
- *solo giocatori di ruolo; nessun giocatore ha i privilegi del portiere né indossa una maglia di colore differente; nessun giocatore può indossare un casco protettivo ad eccezione di una maschera facciale qualora debba difendere un tiro d'angolo corto o un tiro di rigore; tutti i giocatori della squadra indossano una maglietta dello stesso colore.*

Ogni cambio tra le diverse opzioni deve essere considerato come una sostituzione.

2.3 Ogni squadra è autorizzata ad eseguire le sostituzioni attingendo dai giocatori non sul terreno di gioco:

- a. le sostituzioni sono autorizzate in qualsiasi momento salvo il periodo compreso tra la concessione ed il termine di un tiro d'angolo corto; durante tale periodo è autorizzata solo la sostituzione del portiere o del giocatore di ruolo con i privilegi del portiere della squadra in difesa nel caso in cui si sia infortunato o sia stato espulso.

Se un ulteriore tiro di angolo corto è stato concesso prima del completamento del tiro di angolo corto precedentemente assegnato nessuna sostituzione, ad eccezione del portiere o del giocatore di ruolo con i privilegi del portiere della squadra in difesa nel caso in cui si sia infortunato o sia stato espulso, può avere luogo fino a quando il tiro di angolo corto non sia stato completato.

In caso di tiro di angolo corto il portiere della squadra in difesa (indossante l'equipaggiamento protettivo completo) infortunato o espulso può essere sostituito da un altro portiere che indossa un equipaggiamento protettivo completo o da un giocatore di ruolo con i privilegi del portiere.

In caso di tiro di angolo corto un giocatore della squadra in difesa con i privilegi del portiere qualora infortunato o espulso può essere sostituito da un altro giocatore di ruolo con i privilegi del portiere e non da un portiere che indossa un equipaggiamento protettivo completo.

Se una squadra ha solo giocatori di ruolo nessuna sostituzione è consentita nel caso di tiro di angolo corto fino a quando esso non sia stato completato.

If the goalkeeper or player with goalkeeping privileges is suspended, the offending team plays with one fewer player.

- b. 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.
- c. substitution of a player is permitted only after that player has left the field.
- d. substitutions are not permitted for suspended players during their suspension.
- e. after completing a suspension, a player is permitted to be substituted without first returning to the field.
- f. field players must leave or enter the field for substitution purposes within 3 metres of the centre-line on a side of the field agreed with the umpires.
- g. time is stopped for substitution of goalkeepers (ie wearing full protective equipment) but not for other substitutions.

Time is stopped briefly to permit a goalkeeper who is wearing full protective equipment to take part in a substitution. The time stoppage is not extended for a goalkeeper to put on or take off protective equipment as part of a substitution including following a goalkeeper injury or suspension. If necessary, play should continue with a player with goalkeeping privileges and wearing a different coloured shirt or only with field players while a substitute goalkeeper puts on or takes off protective equipment.

- 2.4 Field players who leave the field for injury treatment, refreshment, to change equipment or for some reason other than substitution are only permitted to re-enter between the 23 metres areas on the side of the pitch used for substitutions.

Leaving and re-entering the field as part of play (eg when a defender puts on a face mask at a penalty corner) takes place at any appropriate part of the field.

- 2.5 No persons other than field players, players with goalkeeping privileges, goalkeepers and umpires are permitted on the field during the match without the permission of an umpire.
- 2.6 Players on or off the field are under the jurisdiction of the umpires throughout the match including the half-time interval.
- 2.7 A player who is injured or bleeding must leave the field unless medical reasons prevent this and must not return until 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

Se il portiere o il giocatore di ruolo con i privilegi del portiere viene sospeso la squadra gioca con un giocatore in meno.

- b. 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.
- c. la sostituzione di un giocatore può avvenire solo dopo che il giocatore ha lasciato il terreno di gioco.
- d. non è consentita la sostituzione di un giocatore espulso durante la sua espulsione.
- e. una volta terminato il periodo di espulsione, un giocatore può essere sostituito senza che debba prima rientrare sul terreno di gioco.
- f. i giocatori di ruolo, in caso di sostituzione, devono uscire o entrare sul terreno di gioco, nel raggio di tre metri dalla linea di centro campo dal lato del campo stabilito con gli arbitri.
- g. il tempo verrà arrestato per la sostituzione del portiere che vesta l'intero equipaggiamento protettivo ma non per altre sostituzioni.

Il tempo verrà arrestato brevemente per permettere al portiere che indossi l'intero equipaggiamento protettivo di essere sostituito. L'arresto del tempo non verrà prolungato per permettere al portiere di indossare o rimuovere l'equipaggiamento protettivo come parte della sostituzione compresa quella che coinvolge un portiere infortunato o espulso. Se necessario il gioco continuerà con un giocatore di ruolo con i privilegi del portiere che indossa una maglia di colore diverso o con solo giocatori di ruolo mentre il portiere sostituto provvederà ad indossare o rimuovere l'equipaggiamento protettivo.

- 2.4 I giocatori che lasciano il terreno di gioco per essere curati, per rinfrescarsi, per cambiare il loro equipaggiamento o per ogni altra ragione oltre alla sostituzione sono autorizzati a rientrare sul terreno di gioco esclusivamente tra le aree dei 23 metri dal lato del campo usato per le sostituzioni.

L'uscita ed il rientro sul terreno di gioco quale parte di una azione di gioco (ad esempio quando il difensore indossa la maschera per l'esecuzione di un tiro di angolo corto) può avvenire in qualsiasi parte del campo.

- 2.5 Nessun'altra persona al di fuori dei giocatori di ruolo, giocatori di ruolo con i privilegi del portiere, portieri ed arbitri è autorizzata ad entrare sul terreno di gioco durante il gioco senza il permesso di un arbitro.
- 2.6 Tutti i giocatori, sia sul terreno di gioco sia in panchina, sono sotto la giurisdizione degli arbitri per tutta la durata della partita incluso l'intervallo di metà partita.
- 2.7 Un giocatore infortunato o sanguinante deve lasciare il terreno di gioco a meno che motivazioni di ordine medico lo 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

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

Competition 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;

- are permitted to wear a smooth preferably transparent or white but otherwise single coloured face mask or metal grill face mask, which follows the contours of the face, when defending a penalty corner or penalty stroke for the duration of that penalty corner or penalty stroke and when they are inside the circle they are defending ; the primary objective of wearing a face mask to defend a penalty corner is safety; wearing of face masks which are consistent with the underlying spirit of this guidance should be allowed;

- are not permitted, when wearing face masks, to conduct themselves in a manner which is dangerous to other players by taking advantage of the protective equipment they wear ;

- other than players with goalkeeping privileges, are not

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 vivamente 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 del giocare in tali condizioni;

- sono autorizzati ad indossare una maschera facciale soffice, perfettamente aderente al viso possibilmente trasparente o bianca od altrimenti di un unico colore quando devono difendere un tiro d'angolo corto o un tiro di rigore ma solo per la durata del tiro d'angolo corto o del tiro di rigore e quando si trovano all'interno dell'area di tiro che stanno difendendo; l'obbiettivo principale nell'indossare le maschere facciali nel difendere un tiro di angolo corto è la sicurezza dei giocatori; dovrebbe essere consentito indossare una maschera facciale che sia conforme allo spirito intrinseco della regola.

- non sono autorizzati, quando indossano una maschera facciale, ad assumere una condotta di gioco che sia pericolosa per gli avversari traendo vantaggio dall'equipaggiamento protettivo che stanno indossando.

- ad eccezione dei giocatori di ruolo con i privilegi del

permitted to wear protective headgear (face mask or other protective head covering) in any other circumstances.

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

Goalkeepers (ie wearing full protective equipment) must wear this shirt or garment over any upper body protection.

- 4.4 Goalkeepers must wear protective equipment comprising at least headgear, leg guards and kickers except that the headgear and any hand protectors may be removed when taking a penalty stroke.

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

- 4.5 A player with goalkeeping privileges may wear protective headgear when inside their defending 23 metres area; they must wear protective headgear when defending a penalty corner or penalty stroke.

Protective headgear incorporating a helmet with fixed full-face protection and cover for the entire head and throat is recommended for goalkeepers and players with goalkeeping privileges.

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

- 4.7 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.

- 4.8 The ball is spherical, hard and white (or an agreed colour which contrasts with the playing surface).

5 Match and result

- 5.1 A match consists of two periods of 35 minutes and a halftime interval of 5 minutes.

Other periods and interval may be agreed by both teams except as specified in regulations for particular competitions.

If time expires just before an umpire would otherwise have made a decision, umpires are permitted to make that

portiere, non sono autorizzati ad indossare caschi protettivi (maschere facciali od altre protezioni per il capo) in nessun'altra situazione.

- 4.3 I portieri ed i giocatori di ruolo con i privilegi del portiere devono indossare una maglia o altro capo di vestiario, di colore diverso da quello indossato dai giocatori di entrambe le squadre.

I portieri (che indossano l'equipaggiamento protettivo completo) devono indossare la maglia od altro capo di vestiario sopra l'equipaggiamento protettivo del tronco.

- 4.4 I portieri sono autorizzati ad indossare un equipaggiamento protettivo che comprenda almeno il casco, i cosciali e le soprascarpe; il casco ed i guantoni possono essere rimossi quando il portiere deve tirare un rigore.

I seguenti equipaggiamenti possono essere utilizzati esclusivamente da un portiere completamente equipaggiato: cosciali, soprascarpe e le protezioni per corpo, braccia, gomiti, mani, cosce.

- 4.5 Un giocatore di ruolo con i privilegi del portiere può indossare un casco protettivo quando si trova all'interno dell'area dei 23 metri da lui difesa; deve invece obbligatoriamente indossare il casco protettivo quando difende un tiro di angolo corto o un tiro di rigore.

E' vivamente raccomandato ai portieri ed ai giocatori di ruolo con i privilegi del portiere l'uso di un casco integrale che comprenda una protezione fissa per tutto il viso e che copra tutta la testa, includendo la nuca e la gola.

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

- 4.7 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 dura, bianca (o di un colore concordato che sia in contrasto con la superficie di gioco) e sferica

5 Partita e risultato

- 5.1 Una partita è composta da due tempi di 35 minuti e da un intervallo di 5 minuti.

Possono essere concordate tra le squadre durate dei tempi e dell'intervallo diversi ad eccezione dei casi in cui sia specificato dalle regole di particolari competizioni.

Se il tempo termina immediatamente prima che l'arbitro abbia la possibilità di prendere una decisione, gli arbitri

decision immediately after the end of the first period or the match.

If an incident arises immediately before the end of the first period (half) 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 signaled. The review should take place immediately and action taken to revert to and correct the situation as appropriate.

- 5.2 The team scoring the most goals is the winner ; if no goals are scored, or if the teams score an equal number of goals, the match is drawn.

Information about a 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 :

- the team which wins the toss has the choice of which goal to attack in the first half of the match or to start the match with a centre pass.
- if the team winning the toss chooses which goal to attack in the first half of the match, the opposing team starts the match.
- 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 half of the match.

- 6.2 Direction of play is reversed in the second half of the match.

- 6.3 A centre pass is taken:

- 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
- to re-start the match after half-time by a player of the team which did not take the centre pass to start the match
- after a goal by a player of the team against which the goal was scored.

- 6.4 Taking a centre pass:

- taken at the centre of the field
- it is permitted to play the ball in any direction
- 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
- 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 bully is taken close to the location of the ball when play was stopped but not within 15 metres of the backline and not within 5 metres of the circle
- the ball is placed between one player from each team who

possono prendere tale decisione immediatamente dopo la fine del primo tempo o della partita.

Se si verifica immediatamente prima della fine del primo 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.

- 5.2 La squadra che segna il maggior numero di reti è la vincitrice; se nessuna rete viene segnata o se le squadre segnano lo stesso numero di reti, la partita è pareggiata.

Ulteriori informazioni sulla procedura di esecuzione degli 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:

- 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.
- 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.
- 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.

- 6.3 Si esegue un passaggio dal centro:

- 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
- per riprendere la partita dopo l'intervallo da parte del giocatore della squadra che non ha effettuato il passaggio dal centro per iniziare la partita.
- 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:

- viene eseguito dal centro del terreno di gioco
- è permesso giocare la palla in qualsiasi direzione
- 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
- 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:

- il bully viene eseguito vicino al punto in cui si trovava la palla quando il gioco è stato arrestato ma a non meno di 15 metri dalla linea di fondo e non a meno di 5 metri dall'area di tiro

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 5 metres from the ball.

6.6 A free hit is taken by a defender 15 metres in front of the centre of the goal-line to re-start a match when a penalty stroke has been completed and no goal has been scored

7 Ball outside the field

7.1 The ball is out of play when it passes completely over 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, play is re started where the ball crossed the line and the procedures for taking a free hit apply.

7.4 When the ball is played over the back-line and no goal is scored:

- a. if played by an attacker, play is re-started with the ball up to 15 metres from and in line with where it crossed the back-line and the procedures for taking a free hit apply
- b. if played unintentionally by a defender or deflected by a goalkeeper or player with goalkeeping privileges, play is re-started with the ball on the 23 metres line and in line with where it crossed the back-line and the procedures for taking a free hit apply

With the ball being placed on the line, the re-start is effectively within the 23 metres area and the provisions for taking a free hit are applicable

- c. if played intentionally by a defender, unless deflected by a goalkeeper or player with goalkeeping privileges, play is re-started with a penalty corner.

8 Method of scoring

8.1 A goal is scored when the ball is played within the circle by an attacker and does not travel outside the circle before passing completely over the goal-line and under the crossbar.

The ball may be played by a defender or touch their body before or after being played in the circle by an attacker.

- 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 5 metri dalla palla.

6.6 Un tiro libero viene eseguito da un difensore ad una distanza di 15 metri dal centro della linea di porta per riprendere il gioco quando un tiro di rigore è stato completato ma nessuna rete è stata segnata.

7 Palla fuori dal terreno di gioco

7.1 La palla si considera uscita quando oltrepassa completamente le linee laterali o le 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 il gioco riprende nel punto in cui la palla ha oltrepassato la linea e vengono applicate le modalità per l'esecuzione di un tiro libero.

7.4 Quando la palla esce oltre le linee di fondo ed una rete non è stata segnata:

- a. se è stata giocata da un attaccante il gioco riprende con la palla posizionata in un punto qualsiasi ad una distanza massima di 15 metri rispetto alla linea di fondo ed in linea con il punto in cui la palla ha oltrepassato la linea di fondo e vengono applicate le modalità per l'esecuzione di un tiro libero
- b. se è stata giocata involontariamente da un difensore o deviata dal portiere o giocatore con i privilegi del portiere, il gioco riprende con la palla posizionata sulla linea dei 23 metri ed in linea con il punto in cui la palla ha oltrepassato la linea di fondo e vengono applicate le modalità per l'esecuzione di un tiro libero

Con la palla posizionata sulla linea la ripresa del gioco si considera all'interno dell'area dei 23 metri e pertanto si applicano le norme relative all'esecuzione di un tiro libero all'interno di quest'area

- c. se giocata volontariamente da un difensore, a meno che non sia stata deviata da un portiere o giocatore con i privilegi del portiere, il gioco riprende con un tiro di angolo corto.

8 Segnatura di una rete

8.1 Una rete viene segnata quando la palla è stata giocata all'interno dell'area di tiro da un attaccante e non esce più dall'area di tiro prima di oltrepassare completamente la linea di porta e sotto la traversa.

La palla può essere giocata dai difensori o toccarne il corpo dopo essere stata giocata da un attaccante all'interno dell'area di tiro.

9 Conduct of play : players

Players are expected to act responsibly at all times.

9.1 A match is played between two teams with not more than eleven players of each team on the field at the same time.

9.2 Players on the field must hold their stick and not use it in a dangerous way.

Players must not lift their stick over the heads of other players.

9.3 Players must not touch, handle or interfere with other players or their sticks or clothing.

9.4 Players must not intimidate or impede another player.

9.5 Players must not play the ball with the back of the stick.

9.6 Players must not hit the ball hard on the forehand with the edge of the stick.

This does not prohibit use of the edge of the stick on the forehand in a controlled action in a tackle, when raising the ball in a controlled way over an opponent's stick or over a goalkeeper or player with goalkeeping privileges who is lying on the ground or when using a long pushing motion along the ground.

The use of the edge of the stick on the backhand has developed as a technical skill and is permitted subject to danger.

9.7 Players may stop, receive and deflect or play 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.

9.8 Players must not play the ball dangerously or in a way which leads to dangerous play.

A ball is considered dangerous when it causes legitimate evasive action by players.

The penalty is awarded where the action causing the danger took place.

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

A raised hit must be judged explicitly on whether or not it is raised intentionally. 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, even within the circle, it is permitted unless judged to be dangerous.

Players are permitted to raise the ball with a flick or scoop

9 Condotta di gioco: i giocatori

I giocatori dovrebbero comportarsi in maniera responsabile in ogni momento.

9.1 Una partita viene giocata tra due squadre con non più di undici giocatori della stessa squadra nello stesso momento sul terreno di gioco.

9.2 I giocatori in campo devono tenere in mano il loro bastone e non possono usarlo in maniera tale da costituire pericolo.

I giocatori non possono sollevare il bastone sopra la testa degli altri giocatori.

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.

9.4 I giocatori non possono intimidire od ostacolare un altro giocatore.

9.5 I giocatori non possono giocare la palla con il lato tondo del bastone.

9.6 I giocatori non possono colpire violentemente la palla sul diritto con lo spigolo del bastone.

Questa regola non proibisce l'uso dello spigolo del bastone sul diritto in maniera controllata durante un contrasto, per sollevare la palla in maniera controllata sopra il bastone dell'avversario o sopra il portiere o il giocatore di ruolo con i privilegi del portiere disteso sul terreno di gioco o per eseguire una spinta prolungata (push) con il bastone a contatto del terreno.

L'uso del bordo del bastone di rovescio si è sviluppato come una abilità tecnica ed è ammesso a meno che non crei gioco pericoloso.

9.7 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.

9.8 I giocatori non possono giocare la palla in maniera pericolosa od in maniera tale da condurre ad una situazione di gioco pericoloso.

Una palla viene considerata pericolosa quando causa una legittima azione evasiva da parte di un giocatore.

La punizione deve essere accordata dove si è verificata l'azione che ha causato il gioco pericoloso.

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

Un tiro alto deve essere giudicato esclusivamente per il fatto che sia stato sollevato volontariamente oppure no. 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

provided it is not dangerous. A flick or scoop towards an opponent within 5 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.

- 9.10 Players must not approach within 5 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.

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

It is not always an offence if the ball hits the foot, hand or body of a field player. The player only commits an offence if they gain an advantage or if they position themselves with the intention of stopping the ball in this way.

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

- 9.12 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). This also applies if an attacker runs across or blocks defenders (including the goalkeeper or player with goalkeeping privileges) when a penalty corner is being taken.

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

Reckless play, such as sliding tackles and other overly physical challenges by field players, which take an opponent to ground and which have the potential to cause injury should attract appropriate match and personal penalties.

giocatori possono sollevare la palla con un tiro di scoop o di flick a patto che questo non costituisca gioco pericoloso. Uno scoop o flick sollevato verso un avversario a meno di 5 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.

- 9.10 I giocatori non si possono avvicinare a meno di 5 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.

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

Non sempre è considerato fallo se la palla colpisce il piede, la mano o il corpo di un giocatore di ruolo. I giocatori commettono fallo solamente se ne traggono un vantaggio o se si mettono in una posizione tale da arrestare intenzionalmente la palla in tal modo.

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

- 9.12 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 rivolgersi 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 un 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 la palla legittimamente o di tentare di giocarla commette ostruzione (definita ostruzione di terzo giocatore o velo). Questo si applica anche quando un attaccante corre verso i difensori (incluso il portiere o il giocatore di ruolo con i privilegi del portiere) o li blocca durante l'esecuzione di un tiro di angolo corto.

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

Il gioco spericolato da parte dei giocatori di ruolo, quali i contrasti in scivolata ed altri interventi eccessivamente fisici che atterrano gli avversari e che possono potenzialmente causare infortuni, dovrebbero essere sanzionati con gli opportuni provvedimenti tecnici e

9.14 Players must not intentionally enter the goal their opponents are defending or run behind either goal.

9.15 Players must not change their stick between the award and completion of a penalty corner or penalty stroke unless it no longer meets the stick specification.

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

9.17 Players must not delay play to gain benefit by time-wasting.

10 Conduct of play: goalkeepers and players with goalkeeping privileges

10.1 A goalkeeper who wears protective equipment comprising at least headgear, leg guards and kickers must not take part in the match outside the 23 metres area they are defending, except when taking a penalty stroke.

Protective headgear must be worn by a goalkeeper at all times, except when taking a penalty stroke.

10.2 A player with goalkeeping privileges must not take part in the match outside the 23 metres area they are defending when wearing the protective headgear but may remove the headgear and take part in the match anywhere on the field.

Protective headgear must be worn by a player with goalkeeping privileges when defending a penalty corner or penalty stroke.

10.3 When the ball is inside the circle they are defending and they have their stick in their hand:

- a. goalkeepers wearing full protective equipment are permitted to use their stick, feet, kickers, legs or leg guards to propel the ball and to use their stick, feet, kickers, legs, leg guards or any other part of their body to stop the ball or deflect it in any direction including over the back-line.

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.

- b. players with goalkeeping privileges are permitted to use their stick, feet and legs to propel the ball and to use their stick, feet, legs or any other part of their body to stop the ball or deflect it in any direction including over the back-line
- c. goalkeepers wearing full protective equipment and players with goalkeeping privileges are permitted to use arms, hands and any other part of their body to push the ball away.

The action in rule c above is permitted only as part of a goal saving action or to move the ball away from the possibility of a goal scoring action by opponents. It does not permit a goalkeeper or player with goalkeeping privileges to propel the ball forcefully with arms, hands or

disciplinari.

9.14 I giocatori non possono entrare volontariamente nella porta difesa dai loro avversari o correre dietro entrambe le porte.

9.15 I giocatori non possono cambiare il loro bastone tra la concessione e il termine di un tiro di angolo corto o di un tiro di rigore a meno che il bastone non soddisfi più le caratteristiche prescritte.

9.16 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.

9.17 I giocatori non possono ritardare il gioco per trarne un vantaggio.

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

10.1 Il portiere che indossa l'equipaggiamento protettivo che comprenda almeno il casco, i cosciali e le soprascarpe non può prendere parte al gioco al di fuori della propria area dei 23 metri, ad eccezione di quando deve tirare un tiro di rigore.

Il portiere deve sempre indossare il casco protettivo eccetto che per eseguire un tiro di rigore.

10.2 Il giocatore di ruolo con i privilegi del portiere non può prendere parte al gioco al di fuori della propria area dei 23 metri mentre indossa il casco ma può levare il casco e prendere parte al gioco in qualsiasi parte del campo.

Il casco protettivo deve essere indossato quando il giocatore di ruolo con i privilegi del portiere deve difendere un tiro di angolo corto o un tiro di rigore.

10.3 Quando la palla si trova all'interno dell'area di tiro da loro difesa e tengono il loro bastone in mano:

- a. i portieri che indossano l'equipaggiamento protettivo completo 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 arrestare la palla o deviare la palla in ogni direzione inclusa la linea di fondo.

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

- b. i giocatori di ruolo con i privilegi del portiere possono usare il loro bastone, piedi e gambe per giocare la palla e possono usare il loro bastone, piedi e gambe o ogni parte del loro corpo per arrestare la palla o deviare la palla in ogni direzione inclusa la linea di fondo.
- c. i portieri che indossano l'equipaggiamento protettivo e i giocatori di ruolo con i privilegi del portiere possono usare le loro braccia, mani e ogni altra parte del corpo per spingere via la palla.

L'azione di cui al comma c. è consentita solo nel tentativo di salvare una rete o di allontanare la palla per impedire ad un avversario di segnare una rete. Non è concesso al portiere od al giocatore di ruolo con i privilegi del portiere di spingere la palla con violenza a lunga distanza

body so that it travels a long distance.

- 10.4 Goalkeepers or players with goalkeeping privileges must not lie on the ball.
- 10.5 When the ball is outside the circle they are defending, goalkeepers or players with goalkeeping privileges are only permitted to play the ball with their stick.

A player with goalkeeping privileges is considered to be a field player when outside the circle they are defending.

11 Conduct of play: umpires

- 11.1 Two umpires control the match, apply the Rules and are the judges of fair play.
- 11.2 Each umpire has primary responsibility for decisions in one half of the field for the duration of the match.
- 11.3 Each umpire is responsible for decisions on free hits in the circle, penalty corners, penalty strokes and goals in one half of the field.
- 11.4 Umpires are responsible for keeping a written record of goals scored and of warning or suspension cards used.
- 11.5 Umpires are responsible for ensuring that the full time is played and for indicating the end of time for each half and for the completion of a penalty corner if a half is prolonged.
- 11.6 Umpires blow the whistle to:
- start and end each half of the match
 - start a bully
 - enforce a penalty
 - start and end a penalty stroke
 - indicate a goal
 - re-start the match after a goal has been scored
 - re-start the match after a penalty stroke when a goal was not scored
 - stop the match for the substitution onto or off the field of a fully equipped goalkeeper and to restart the match on completion of the substitution
 - stop the match for any other reason and to re-start it
 - indicate, when necessary, that the ball has passed wholly outside the field.

11.7 Umpires must not coach during a match.

11.8 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.
- 12.2 A free hit is awarded to the opposing team:

con le braccia, mani o parti del corpo.

- 10.4 I portieri ed i giocatori di ruolo con i privilegi del portiere non possono distendersi sulla palla.
- 10.5 Quando la palla si trova al di fuori dell'area di tiro da loro difesa i portieri ed i giocatori di ruolo con i privilegi del portiere possono giocare la palla esclusivamente con il loro bastone.

Un giocatore di ruolo con i privilegi del portiere è considerato alla stregua di un giocatore di ruolo quando si trova fuori dall'area di tiro che sta difendendo.

11 Condotta di gioco: gli arbitri

- 11.1 Due arbitri controllano il gioco, fanno rispettare le regole e sono gli unici giudici della correttezza del gioco.
- 11.2 Ogni arbitro è principalmente responsabile delle decisioni nella propria metà campo per tutta la durata dell'incontro.
- 11.3 Ogni arbitro è responsabile delle decisioni sui tiri liberi nell'area di tiro, tiri di angolo corto, tiri di rigore e segnatura di reti nella propria metà campo.
- 11.4 Gli arbitri sono responsabili della registrazione scritta delle reti segnate e delle ammonizioni o sospensioni comminate.
- 11.5 Gli arbitri sono responsabili del controllo della durata del gioco e dell'indicazione della fine di ciascun tempo di gioco o del completamento di un tiro di angolo corto se il tempo è stato prolungato a tal fine.
- 11.6 Gli arbitri fischiano per:
- iniziare e terminare ciascun tempo della partita
 - iniziare un bully
 - accordare una punizione
 - iniziare e terminare un tiro di rigore
 - indicare una rete
 - riprendere la partita dopo che una rete è stata segnata
 - riprendere la partita dopo un tiro di rigore nel caso in cui una rete non sia stata segnata
 - arrestare la partita per permettere la sostituzione di un portiere completamente equipaggiato e per riprendere il gioco al termine della sostituzione
 - arrestare la partita per ogni altra ragione e riprenderla
 - indicare, se necessario, che la palla è uscita completamente dal terreno di gioco.

11.7 Gli arbitri non possono dare consigli tecnici ai giocatori durante il gioco.

11.8 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.
- 12.2 Un tiro libero viene accordato alla squadra avversaria:

- a. for an offence by any player between the 23 metres areas
- b. for an offence by an attacker within the 23 metres area their opponents are defending
- c. for an unintentional offence by a defender outside the circle but within the 23 metres area they are defending.

12.3 A penalty corner is awarded:

- a. for an offence by a defender in the circle which does not prevent the probable scoring of a goal
- b. for an intentional offence in the circle by a defender against an opponent who does not have possession of the ball or an opportunity to play the ball
- c. for an intentional offence by a defender outside the circle but within the 23 metres area they are defending
- d. for intentionally playing the ball over the back-line by a defender

Goalkeepers or players with goalkeeping privileges are permitted to deflect the ball with their stick, protective equipment or any part of their body in any direction including over the back-line.

- e. when the ball becomes lodged in a player's clothing or equipment while in the circle they are defending.

12.4 A penalty stroke is awarded:

- a. for an offence by a defender in the circle which prevents the probable scoring of a goal
- b. for an intentional offence in the circle by a defender against an opponent who has possession of the ball or an opportunity to play the ball

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

- a. a more severe penalty may be awarded
- b. a personal penalty may be awarded
- c. 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.

The location from which a free hit is taken must be more precise inside the 23 metres area.

- a. per un fallo commesso da un giocatore qualsiasi nell'area compresa tra le aree dei 23 metri
- b. per un fallo di un attaccante all'interno dell'area dei 23 metri avversaria
- c. per un fallo involontario da parte di un difensore fuori dall'area di tiro ma all'interno dell'area dei 23 metri da lui difesa.

12.3 Un tiro di angolo corto viene accordato:

- a. per un fallo commesso da un difensore all'interno dell'area di tiro che non impedisca la probabile segnatura di una rete
- b. per un fallo intenzionale commesso da un difensore all'interno dell'area contro un avversario che non sia in possesso di palla o che non abbia la possibilità di giocare la palla
- c. per un fallo intenzionale commesso da un difensore all'interno dell'area dei 23 metri da lui difesa, ma fuori dall'area di tiro
- d. per l'invio intenzionale della palla oltre la linea di fondo da parte di un difensore

I portieri o i giocatori con i privilegi del portiere possono deviare la palla con il loro bastone, equipaggiamento protettivo o ogni parte del loro corpo in ogni direzione compreso oltre la linea di fondo.

- e. quando la palla si arresta nei vestiti o nell'equipaggiamento di un giocatore all'interno dell'area di tiro da lui difesa.

12.4 Un tiro di rigore viene accordato:

- a. per un fallo commesso da un difensore all'interno dell'area di tiro che impedisca la probabile segnatura di una rete
- b. per un fallo intenzionale commesso da un difensore all'interno dell'area contro un avversario che sia in possesso di palla o che abbia la possibilità di giocare la palla.

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

- a. può essere accordata una punizione più severa
- b. può essere accordata una sanzione disciplinare personale
- c. 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.

La posizione dalla quale deve essere eseguito un tiro libero deve essere rispettata maggiormente all'interno dell'area dei 23 metri.

- b. a free hit awarded to the defence within 15 metres of the back-line is taken up to 15 metres from the backline in line with the location of the offence, parallel to the side-line

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

All parts of this Rule apply as appropriate to 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. opponents must be at least 5 metres from the ball

If an opponent is within 5 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. when a free hit is awarded to the attack within the 23 metres area, all players other than the player taking the free hit must be at least 5 metres from the ball
d. the ball is moved using a push or hit, push, flick or scoop
e. the ball may be raised immediately using a push, flick or scoop but must not be raised intentionally using a hit
f. from a free hit awarded to the attack within the 23 metres area, the ball must not be played into the circle until it has travelled at least 5 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 5 metres, before that player plays the ball into the circle by hitting or pushing the ball again.

Alternatively :

- another player of either team who can legitimately play the ball must deflect, hit or push the ball before it enters the circle, or
- after this player has touched the ball, it can be played into the circle by any other player including the player who took the free hit.

It is permitted to play the ball high above the attacking circle so that it lands outside the circle subject to Rules related to dangerous play and that the ball is not legitimately playable inside or above the circle by another player during its flight.

13.3 Taking a penalty corner:

- a. the ball is placed on the back-line inside the circle at least 10 metres from the goal-post on whichever side of the goal the attacking team prefers

- b. qualora il tiro libero sia stato accordato a favore della difesa, a meno di 15 metri dalla linea di fondo, deve essere eseguito ad una distanza massima di 15 metri dalla linea di fondo ed in linea con il punto in cui è stato commesso il fallo.

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:

Tutte queste regole si applicano per il tiro libero, il passaggio dal centro e per la rimessa dal fondo.

- a. la palla deve essere immobile
b. gli avversari si devono trovare a 5 metri dalla palla

Se un avversario si trova a meno di 5 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. qualora venga accordato un tiro libero a favore degli attaccanti nell'area dei 23 metri, tutti i giocatori, con esclusione del giocatore che esegue il tiro libero, devono trovarsi a 5 metri dalla palla
d. la palla può essere mossa usando un hit, push, flick o scoop
e. la palla può essere sollevata immediatamente usando un push, flick o scoop ma non può essere sollevata intenzionalmente con un hit
f. qualora venga accordato un tiro libero a favore degli attaccanti nell'area dei 23 metri, la palla non può essere giocata nell'area di tiro prima che la stessa non abbia percorso almeno 5 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 5 metri prima che il giocatore possa giocare la palla in area colpendola o spingendola nuovamente.

Oppure:

- un altro giocatore di ciascuna squadra che possa legittimamente giocare la palla deve deviare, colpire o spingere la palla prima che entri nell'area di tiro, o
- dopo che questo giocatore ha toccato la palla, la stessa può essere giocata all'interno dell'area di tiro da un altro giocatore incluso il giocatore che ha eseguito il tiro libero.

È consentito giocare la palla in alto sopra l'area di tiro in modo che cada al di fuori dell'area di tiro stessa (si applicano le regole del gioco pericoloso) a meno che la palla non sia legittimamente giocabile all'interno dell'area di tiro o al di sopra dell'area di tiro stessa da un altro giocatore durante la sua traiettoria.

13.3 Esecuzione di un tiro di angolo corto:

- a. la palla viene posizionata sulla linea di fondo all'interno dell'area di tiro ad almeno 10 metri dal palo della porta dal lato preferito della squadra in attacco

- b. an attacker pushes or hits the ball without intentionally raising it
- c. the attacker taking the push or hit from the back-line must have at least one foot outside the field
- d. the other attackers must be on the field, outside the circle with sticks, hands and feet not touching the ground inside the circle
- e. no defender or attacker other than the attacker taking the push or hit from the back-line is permitted to be within 5 metres of the ball when the push or hit is taken
- f. not more than five defenders, including the goalkeeper or player with goalkeeping privileges if there is one, must be positioned behind the back-line with their sticks, hands and feet not touching the ground inside the field

If the team defending a penalty corner has chosen to play only with field players, none of the defenders referred to above has goalkeeping privileges.

- g. the other defenders must be beyond the centre-line
- h. until the ball has been played, no attacker other than the one taking the push or hit from the back-line is permitted to enter the circle and no defender is permitted to cross the centre-line or back-line
- i. after playing the ball, the attacker taking the push or hit from the back-line must not play the ball again or approach within playing distance of it until it has been played by another player
- j. a goal cannot be scored until the ball has travelled outside the circle
- k. if the first shot at goal is a hit (as opposed to a push, flick or scoop), the ball must cross the goal-line, or be on a path which would have resulted in it crossing the goal-line, at a height of not more than 460 mm (the height of the backboard) before any deflection, for a goal to be scored.

The requirements of this Rule apply even if the ball touches the stick or body of a defender before the first shot at goal.

If the first shot at goal is a hit and the ball is, or will be, too high crossing the goal-line it must be penalised even if the ball is subsequently deflected off the stick or body of another player.

The ball may be higher than 460 mm during its flight before it crosses the goal-line provided there is no danger and provided it would drop of its own accord below 460 mm before crossing the line.

- l. for second and subsequent hits at the goal and for flicks, deflections and scoops, it is permitted to raise the ball to any height but this must not be dangerous.

A defender who is clearly running into the shot or into the taker without attempting to play the ball with their stick must be penalised for dangerous play.

Otherwise, if a defender is within five metres of the first shot at goal during the taking of a penalty corner and is struck by the ball below the knee, another penalty corner

- b. un attaccante spinge o colpisce la palla, senza sollevarla volontariamente
- c. l'attaccante che esegue il tiro o il push dalla linea di fondo deve avere almeno un piede fuori dal terreno di gioco
- d. gli altri attaccanti devono stare sul terreno di gioco fuori dall'area di tiro senza toccare con piedi, mani e bastoni il terreno all'interno dell'area di tiro.
- e. nessun difensore né attaccante ad eccezione di chi esegue il tiro o il push dalla linea di fondo si può trovare a meno di 5 metri dalla palla quando viene eseguito il tiro o il push
- f. non più di cinque difensori, compreso il portiere o il giocatore di ruolo con i privilegi del portiere qualora vi sia, si trovano oltre la linea di fondo senza toccare con piedi, mani e bastoni il terreno all'interno dell'area di tiro

Se la squadra che difende il tiro di angolo corto ha optato per giocare solo con giocatori di ruolo, nessuno dei difensori di cui sopra ha i privilegi del portiere.

- g. gli altri difensori si trovano al di là della linea di metà campo
- h. fino a quando la palla non sia stata giocata, nessun attaccante, ad eccezione di chi esegue il tiro o il push dalla linea di fondo, può entrare nell'area di tiro e nessun difensore può attraversare la linea di metà campo o la linea di fondo
- i. dopo aver giocato la palla, il giocatore che ha eseguito il tiro o il push dalla linea di fondo, non può giocarla nuovamente né avvicinarsi ad una distanza di gioco dalla palla fino a quando non sia stata giocata da un altro giocatore
- j. una rete non può essere segnata fino a quando la palla non sia uscita dall'area di tiro
- k. se il primo tiro in porta viene eseguito con un hit (considerato tale ogni altro tiro che non sia un push, flick o scoop), affinché una rete venga segnata, la palla deve attraversare la linea di porta, o avere una traiettoria tale da farle attraversare la linea di porta prima di ogni deviazione, ad un'altezza non superiore ai 46 cm (altezza delle assi della porta).

I requisiti di questa regola si applicano anche se la palla tocca il bastone od il corpo di un difensore prima di un tiro in porta.

Se il primo tiro in porta è eseguito con un hit e la palla è o sarà troppo alta nell'attraversare la linea di porta il tiro deve essere penalizzato anche se la palla è stata successivamente deviata dal bastone o dal corpo di un altro giocatore.

La palla può essere anche più alta di 46 cm durante la sua traiettoria prima di oltrepassare la linea di porta a condizione che non costituisca gioco pericoloso e che scenda, di moto proprio, al di sotto dei 46 cm prima di oltrepassare la linea di porta.

- l. nel caso di un secondo e di successivi tiri verso la porta, sia che la palla venga colpita, spinta o deviata, essa può essere sollevata ad ogni altezza a condizione che non costituisca gioco pericoloso.

Un difensore che corre chiaramente in direzione del tiro o in direzione del giocatore che esegue il tiro senza tentare di giocare la palla con il proprio bastone deve essere penalizzato per gioco pericoloso.

Diversamente se un difensore, durante l'esecuzione di un tiro di angolo corto si trova a meno di 5 metri dal punto in cui viene eseguito il primo tiro e viene colpito dalla

must be awarded or is struck on or above the knee in a normal stance, the shot is judged to be dangerous and a free hit must be awarded to the defending team.

- m. the penalty corner Rules no longer apply if the ball travels more than 5 metres from the circle.

13.4 The match is prolonged at half-time and full-time to allow completion of a penalty corner or any subsequent penalty corner or penalty stroke.

13.5 The penalty corner is completed when:

- a. a goal is scored
- b. a free hit is awarded to the defending team
- c. the ball travels more than 5 metres outside the circle
- d. the ball is played over the back-line and a penalty corner is not awarded
- e. a defender commits an offence which does not result in another penalty corner
- f. a penalty stroke is awarded
- g. a bully is awarded.

If play is stopped because of an injury or for any other reason during the taking of a penalty corner at the end of a prolonged first or second half and a bully would otherwise be awarded, the penalty corner must be taken again.

13.6 For substitution purposes and for completion of a penalty corner at half-time and full-time, the penalty corner is also completed when the ball travels outside the circle for the second time.

13.7 For an offence during the taking of a penalty corner:

- a. the player taking the push or hit from the back-line does not have at least one foot outside the field: the penalty corner is taken again.
- b. the player taking the push or hit from the back-line feints at playing the ball, the offending player is required to go beyond the centre-line but is replaced by another attacker : the penalty corner is taken again

If this feinting leads to what otherwise would be a breach of this rule by a defender, only the attacker is required to go beyond the centre-line.

- c. a defender, other than the goalkeeper, crosses the back-line or goal-line before permitted, the offending player is required to go beyond the centre-line and cannot be replaced by another defender : the penalty corner is taken again

If a defender at this or any subsequently re-taken penalty corner crosses the back-line or goal-line before permitted, the offending player is also required to go beyond the centre-line and cannot be replaced

A penalty corner is considered as re-taken until any of the

palla sotto il ginocchio, deve essere accordato un altro tiro di angolo corto; se invece viene colpito dalla palla sul o sopra il ginocchio mantenendo una postura normale, il tiro deve essere giudicato pericoloso e deve essere accordato un tiro libero a favore della difesa.

- m. se la palla esce per più di 5 metri dall'area, le regole relative al tiro di angolo corto non vengono più applicate.

13.4 Il gioco viene prolungato alla fine del primo e del secondo tempo per consentire l'esecuzione di un tiro di angolo corto o di ogni altro successivo tiro di angolo corto o tiro di rigore

13.5 Il tiro di angolo corto si considera terminato quando:

- a. una rete viene segnata
- b. viene concessa una punizione a favore dei difensori
- c. la palla esce per più di 5 metri dal limite dell'area
- d. la palla viene giocata oltre la linea di fondo e non viene concesso un tiro di angolo corto
- e. un difensore commette un fallo che non comporti un ulteriore tiro di angolo corto
- f. viene accordato un tiro di rigore
- g. viene accordato un bully

Se il gioco viene arrestato durante l'esecuzione di un tiro di angolo corto nel prolungamento del tempo del primo o secondo tempo a causa di un infortunio o per ogni altra ragione e un bully sarebbe stato diversamente accordato, il tiro di angolo corto deve essere nuovamente eseguito.

13.6 Ai fini della regola sulle sostituzioni e per il termine del tiro di angolo corto nel periodo di prolungamento del primo o secondo tempo, il tiro di angolo corto si considera terminato quando la palla esce dall'area di tiro per la seconda volta.

13.7 Per una infrazione durante l'assegnazione di un tiro di angolo corto:

- a. il giocatore che gioca la palla dalla linea di fondo non ha almeno un piede fuori dal campo: il tiro di angolo corto deve essere ripetuto.
- b. il giocatore che gioca la palla dalla linea di fondo esegue una finta nel giocare la palla; questo giocatore deve andare oltre la linea di metà campo e deve essere sostituito da un altro attaccante: il tiro di angolo corto viene ripetuto.

Se la finta comporta quello che, secondo questa regola, rappresenterebbe un'infrazione da parte di un difensore, solo l'attaccante deve andare oltre la linea di metà campo.

- c. un difensore, diverso dal portiere, attraversa la linea di fondo campo prima che questo sia consentito; questo giocatore deve andare oltre la linea di metà campo e non può essere sostituito da un altro difensore: il tiro di angolo corto viene ripetuto.

Se un difensore nello stesso o in ogni altro tiro di angolo corto successivo rigiocato attraversa la linea di fondo campo prima che questo sia consentito, anche questo giocatore deve andare oltre la linea di metà campo e non può essere sostituito

Un tiro di angolo corto si considera rigiocato fino a

conditions of Rules 13.5 and 13.6 for its completion are met.

A subsequently awarded penalty corner, as opposed to a re-taken penalty corner, may be defended by up to five players

If a defender crosses the centre-line before permitted, the penalty corner is taken again

- d. a goalkeeper, or player with goalkeeping privileges, crosses the goal-line before permitted, the defending team defends the penalty corner with one fewer player: the penalty corner is taken again

The defending team nominates which player is required to go beyond the centre-line, and they cannot be replaced by another defender

If a goalkeeper, or player with goalkeeping privileges, at this or any subsequently re-taken penalty corner crosses the goal-line before permitted, the defending team is required to nominate a further player to go beyond the centreline, and they cannot be replaced

A penalty corner is considered as re-taken until any of the conditions of Rules 13.5 and 13.6 for its completion are met

A subsequently awarded penalty corner, as opposed to a re-taken penalty corner, may be defended by up to five players

- e. an attacker enters the circle before permitted, the offending player is required to go beyond the centerline: the penalty corner is taken again

Attackers who are sent beyond the centre-line may not return for re-taken penalty corners, but may do so for a subsequently awarded penalty corner

- f. for any other offence by attackers : a free hit is awarded to the defence.

Except as specified above, a free hit, penalty corner or penalty stroke is awarded as specified elsewhere in the Rules.

13.8 Taking a penalty stroke :

- time and play is stopped when a penalty stroke is awarded
- all players on the field other than the player taking the stroke and the player defending it must stand outside the 23 metres area and must not influence the taking of the stroke
- the ball is placed on the penalty spot
- the player taking the stroke must stand behind and within playing distance of the ball before beginning the stroke
- the player defending the stroke must stand with both feet on the goal-line and must not leave the goal-line or move either foot until the ball has been played
- if the player defending the stroke is a goalkeeper or player

quando almeno una delle condizioni di cui alle Regole 13.5 e 13.6 non è stata esaudita.

Un tiro di angolo corto successivamente concesso, al contrario di rigiocato, può essere difeso da cinque giocatori.

Se un difensore attraversa la linea di centro campo prima che questo sia consentito, il tiro di angolo corto deve essere rigiocato.

- d. un portiere o un giocatore con i privilegi del portiere attraversa la linea di fondo prima che questo sia consentito; la squadra in difesa difende il tiro di angolo corto con un giocatore in meno: il tiro di angolo corto viene ripetuto.

La squadra in difesa sceglie quale giocatore deve andare oltre la linea di metà campo e non può essere sostituito con un altro difensore.

Se il portiere o il giocatore con i privilegi del portiere nello stesso o in ogni altro tiro di angolo corto successivo rigiocato attraversa la linea di fondo campo prima che questo sia consentito, la squadra in difesa deve scegliere un altro giocatore che deve andare dietro le linea di metà campo e non può essere sostituito.

Un tiro di angolo corto si considera rigiocato fino a quando almeno una delle condizioni di cui alle Regole 13.5 e 13.6 non è stata esaudita.

Un tiro di angolo corto successivamente concesso, al contrario di rigiocato, può essere difeso da cinque giocatori.

- e. un attaccante entra nell'area di tiro prima che questo sia consentito; questo giocatore deve andare oltre la linea di metà campo: il tiro di angolo corto viene ripetuto.

Gli attaccanti che sono stati mandati oltre la linea di metà campo non possono tornare per rigiocare il tiro di angolo corto ma lo possono fare per ogni ulteriore tiro di angolo corto successivamente concesso.

- f. per ogni altro fallo commesso dagli attaccanti: un tiro libero viene concesso a favore dei difensori.

Salvo quanto sopra specificato, un tiro libero, un tiro di angolo corto o un tiro di rigore viene assegnato come specificato in altre parti del regolamento.

13.8 Esecuzione di un tiro di rigore:

- il tempo ed il gioco vengono arrestati nel caso in cui venga assegnato un tiro di rigore.
- tutti i giocatori sul terreno di gioco, con esclusione del giocatore che difende e del giocatore che esegue il tiro di rigore, devono stare al di fuori dell'area dei 23 metri e non devono influenzare l'esecuzione del tiro di rigore.
- la palla viene posizionata sul dischetto di rigore.
- il giocatore che esegue il tiro di rigore deve trovarsi dietro la palla e a distanza di gioco prima di iniziare l'esecuzione del tiro di rigore.
- il giocatore che difende il tiro di rigore deve stare con entrambi i piedi sulla linea della porta e non si deve muovere dalla linea di porta né muovere uno o l'altro piede fino a che la palla non viene giocata.
- se il giocatore che difende il tiro di rigore è il portiere o il

with goalkeeping privileges, they must wear protective headgear; if the player defending the stroke is otherwise taking part in the game as a field player, they may wear only a face mask as protective equipment.

If the team defending a penalty stroke has chosen to play only with field players and not to use a substitute goalkeeper or player with goalkeeping privileges to defend the penalty stroke, the defender may only use their stick to make a save.

- g. the whistle is blown when the player taking the stroke and the player defending it are in position
- h. the player taking the stroke must not take it until the whistle has been blown

The player taking the stroke or the player defending it must not delay the taking of the stroke.

- i. the player taking the stroke must not feint at playing the ball.
- j. the player taking the stroke must push, flick or scoop the ball and is permitted to raise it to any height

Using a 'dragging' action to play the ball at a penalty stroke is not permitted.

- k. the player taking the stroke must play the ball only once and must not subsequently approach either the ball or the player defending the stroke.

13.9 The penalty stroke is completed when:

- a. a goal is scored or awarded.
- b. the ball comes to rest inside the circle, lodges in the goalkeeper's equipment, is caught by the goalkeeper or player with goalkeeping privileges, or goes outside the circle.

13.10 For an offence during the taking of a penalty stroke :

- a. the stroke is taken before the whistle is blown and a goal is scored: the penalty stroke is taken again
- b. the stroke is taken before the whistle is blown and a goal is not scored: a free hit is awarded to the defence
- c. for any other offence by the player taking the stroke: a free hit is awarded to the defence.
- d. for any offence by the player defending the stroke including moving either foot before the ball has been played: the penalty stroke is taken again.

If the player defending the stroke prevents a goal being scored but moves either foot before the ball has been played, this player may be warned (green card) and for any subsequent offence must be suspended (yellow card).

If a goal is scored even though there has been an offence by the player defending the stroke, the goal is awarded.

- e. for an offence by a player of the defending team and a goal

giocatore di ruolo con i privilegi del portiere deve indossare il casco protettivo; se il giocatore che difende il tiro di rigore prende parte al gioco come giocatore di ruolo può indossare esclusivamente una maschera facciale quale equipaggiamento protettivo.

Se la squadra che deve difendere il tiro di rigore ha optato per giocare solo con giocatori di ruolo e di non usare in sostituzione il portiere o il giocatore di ruolo con i privilegi del portiere per difendere il tiro di rigore, il difensore potrà usare solo il proprio bastone per parare.

- g. l'arbitro fischia quando il giocatore che esegue il tiro di rigore ed il giocatore che difende sono in posizione.
- h. il giocatore che esegue il tiro di rigore non può giocare la palla fino a quando l'arbitro non abbia fischiato.

Il giocatore che esegue il tiro di rigore o il giocatore che difende non devono perdere tempo nell'esecuzione del tiro di rigore.

- i. il giocatore che esegue il tiro di rigore non può fare delle finte nel giocare la palla.
- j. il giocatore che esegue il tiro di rigore può utilizzare un push, flick o scoop e può sollevare la palla ad ogni altezza.

L'uso del "drag" nell'esecuzione di un tiro di rigore non è consentito.

- k. il giocatore che esegue il tiro di rigore può giocare la palla una sola volta e in seguito non può avvicinarsi né alla palla né al giocatore che difende il tiro di rigore.

13.9 Il tiro di rigore si considera terminato quando:

- a. una rete è stata segnata o concessa.
- b. la palla si ferma all'interno dell'area di tiro, si ferma nei cosciali del portiere, viene afferrata dal portiere o dal giocatore con privilegi da portiere, o esce dall'area di tiro.

13.10 Nel caso si verifichi un'infrazione durante l'esecuzione di un tiro di rigore:

- a. il tiro di rigore viene eseguito prima del fischio dell'arbitro e una rete viene segnata: il tiro di rigore deve essere ripetuto.
- b. il tiro di rigore viene eseguito prima del fischio dell'arbitro e una rete non è stata segnata: un tiro libero viene concesso alla difesa.
- c. per ogni altra infrazione commessa dal giocatore che esegue il tiro di rigore: il tiro libero è concesso alla difesa.
- d. per ogni infrazione commessa da un giocatore che difende il tiro di rigore incluso il muovere entrambi i piedi prima che la palla sia giocata: il tiro di rigore deve essere ripetuto.

Se il giocatore che difende il tiro di rigore evita che una rete sia segnata ma muove entrambi i piedi prima che la palla sia giocata, questo giocatore può essere ammonito (cartellino verde) e per ogni fallo seguente deve essere espulso (cartellino giallo).

Se un goal è stato segnato anche se c'è stata una infrazione da parte del difensore che difende il tiro di rigore, il goal viene concesso.

- e. per ogni altra infrazione da parte di un giocatore della

is not scored: the penalty stroke is taken again

- f. for an offence by a player of the attacking team other than the player taking the stroke and a goal is scored: the penalty stroke is taken again.

14 Personal penalties

14.1 For any offence, the offending player may be:

- a. cautioned (indicated by spoken words)
- b. warned and temporarily suspended for 2 minutes of playing time (indicated by a green card)
- c. temporarily suspended for a minimum of 5 minutes of playing time (indicated by a yellow card)

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

- 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 fewer player.

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 at half-time 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.

squadra in difesa e la rete non è segnata: il tiro di rigore deve essere ripetuto.

- f. per ogni altra infrazione da parte di un giocatore della squadra in attacco diverso da colui che ha eseguito il tiro di rigore e la rete è segnata: il tiro di rigore deve essere ripetuto.

14 Provvedimenti disciplinari personali

14.1 Per ogni infrazione il giocatore responsabile potrà essere:

- a. richiamato (verbalmente)
- b. ammonito ed espulso temporaneamente per 2 minuti di tempo effettivo (cartellino verde)
- c. espulso temporaneamente per un minimo di 5 minuti di tempo effettivo (cartellino giallo)

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

- 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.

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 l'intervallo 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.

UMPIRING

1 Objectives

1.1 Umpiring hockey is a challenging but rewarding way to participate in the game.

1.2 Umpires contribute to the game by:

- a. helping to raise the standard of the game at all levels by ensuring that players observe the Rules
- b. ensuring that every game is played in the right spirit
- c. helping to increase the enjoyment of the game for players, spectators, and others.

1.3 These objectives can be achieved by umpires being:

- a. consistent: umpires maintain the respect of players by being consistent
- b. fair: decisions must be made with a sense of justice and integrity
- c. prepared: no matter how long an umpire has been officiating, it is important to prepare thoroughly for every match
- d. focused: concentration must be maintained at all times; nothing must be allowed to distract an umpire
- e. approachable: a good understanding of the Rules must be combined with a good rapport with the players
- f. better: umpires must aim to become even better with each and every match
- g. natural: an umpire must be themselves, and not imitate another person, at all times.

1.4 Umpires must:

- a. have a thorough knowledge of the Rules of Hockey but remember that the spirit of the Rule and common sense must govern interpretation
- b. support and encourage skilful play, deal promptly and firmly with offences and apply the appropriate penalties
- c. establish control and maintain it throughout the match
- d. use all the available tools for control
- e. apply the advantage Rule as much as possible to assist a flowing and open match but without losing control.

2 Applying the rules

2.1 Protecting skilful play and penalising offences:

- a. the relative seriousness of an offence must be identified and serious offences such as dangerous or rough play dealt with early and firmly in a match
- b. intentional offences must be penalised firmly
- c. umpires must demonstrate that if players co-operate, skilful play will be protected and the match will be interrupted only when essential for its proper conduct.

2.2 Advantage:

- a. it is not necessary for every offence to be penalized when no benefit is gained by the offender; unnecessary

ARBITRAGGIO

Obbiettivi

1.1 Arbitrare l'hockey è un modo impegnativo ma gratificante per partecipare al gioco.

1.2 Gli arbitri contribuiscono al gioco:

- a. aiutando ad elevare il livello di gioco a tutti i livelli assicurando che i giocatori osservino le regole
- b. assicurando che ogni partita venga giocata con il giusto spirito
- c. contribuendo ad aumentare il divertimento per giocatori, spettatori e altri.

1.3 Questi obbiettivi possono essere raggiunti dagli arbitri che sapranno essere:

- a. coerenti: gli arbitri ottengono il rispetto dei giocatori con la coerenza
- b. leali: le decisioni devono essere prese con senso di giustizia e integrità
- c. preparati: non importa da quanto tempo un arbitro ha iniziato ad arbitrare, è importante prepararsi a fondo per ogni partita
- d. concentrati: la concentrazione deve essere mantenuta tutto il tempo, nulla deve distrarre un arbitro
- e. disponibili: una buona conoscenza del regolamento deve essere associata ad un buon rapporto con i giocatori
- f. migliori: gli arbitri devono puntare a migliorarsi partita dopo partita
- g. naturali: un arbitro deve sempre essere se stesso e non imitare altre persone.

1.4 Gli arbitri devono:

- a. avere una conoscenza approfondita del regolamento ma ricordare che lo spirito della regola e il buon senso devono sempre guidare l'interpretazione
- b. sostenere e favorire l'abilità di gioco, intervenire tempestivamente con fermezza ed applicare le adeguate sanzioni
- c. stabilire il controllo e mantenerlo per tutta la partita
- d. utilizzare tutti gli strumenti disponibili per il controllo
- e. applicare la regola del vantaggio il più possibile per favorire la fluidità del gioco, ma senza perderne il controllo.

2 Applicazione delle regole

2.1 Favorire l'abilità tecnica di gioco e punire le infrazioni:

- a. la relativa gravità di un fallo deve essere identificata e infrazioni gravi come il gioco pericoloso o duro devono essere affrontate prontamente e con fermezza durante la partita
- b. infrazioni intenzionali devono essere sanzionate con fermezza
- c. gli arbitri devono dimostrare che se i giocatori collaborano, l'abilità tecnica di gioco verrà salvaguardata e la partita sarà interrotta solo quando indispensabile per il suo corretto svolgimento.

2.2 Vantaggio:

- a. non è necessario che l'arbitro sanzioni un fallo quando il giocatore che lo commette non trae alcun beneficio; inutili

interruzioni to the flow of the match cause undue delay and irritation

- b. when the Rules have been broken, an umpire must apply advantage if this is the most severe penalty
- c. possession of the ball does not automatically mean there is an advantage; for advantage to apply, the player/team with the ball must be able to develop their play
- d. having decided to play advantage, a second opportunity must not be given by reverting to the original penalty
- e. it is important to anticipate the flow of the match, to look beyond the action of the moment and to be aware of potential developments in the match.

2.3 Control:

- a. decisions must be made promptly, positively, clearly and consistently
- b. strict action early in a match will usually discourage repetition of an offence
- c. it is not acceptable for players to abuse opponents, umpires or other technical officials verbally or through body language and attitude. Umpires must deal firmly with abuse of this sort and in appropriate circumstances issue a caution, warning (green card), or a temporary (yellow card) or permanent (red card) suspension.
- d. Cautions, warnings and suspensions can be given in isolation or in combination with another penalty
- e. cautions can be given to players in close proximity without stopping the match
- f. e it is possible, although umpires are not encouraged to do so, for a player to receive two green or two yellow cards for different minor offences during the same match.
- g. However, when an offence for which a card has already been awarded is repeated, the same card must not be used again and a more severe penalty must be awarded
- h. when a second yellow card is awarded, the period of suspension must be significantly longer than the first suspension
- i. there must be a clear difference between the duration of a yellow card suspension for a minor offence and the duration for a more serious and/or physical offence
- j. when a player intentionally misbehaves in a serious manner towards another player, umpire or other match official the red card must be shown immediately.

2.4 Penalties:

- a. a wide range of penalties is available
- b. two penalties can be used together to deal with bad or persistent offences.

3 Umpiring skills

3.1 The main umpiring skill areas are :

- a. match preparation
- b. co-operation
- c. mobility and positioning
- d. whistling
- e. signaling.

3.2 Match preparation:

interruzioni del gioco portano a ritardi non necessari e causano irritazione

- b. quando le regole sono state infrante, un arbitro deve applicare il vantaggio se questa è la sanzione più grave
- c. mantenere il possesso della palla non significa automaticamente avere un vantaggio; per applicare il vantaggio, il giocatore/squadra con la palla deve essere in grado di sviluppare il proprio gioco
- d. una volta accordato il vantaggio, non deve essere concessa una seconda opportunità sanzionando il fallo originale
- e. è importante anticipare lo svolgimento della partita, valutare i possibili sviluppi dell'azione e stare attenti a come può evolvere la partita stessa.

2.3 Controllo:

- a. le decisioni devono essere prese tempestivamente, in modo positivo, chiaro e coerente.
- b. intervenire con decisione all'inizio di una partita normalmente scoraggia la ripetizione di una infrazione.
- c. non è accettabile che i giocatori maltrattino gli avversari, gli arbitri o ufficiali di gara né verbalmente né tramite atteggiamenti del loro corpo. Gli arbitri devono gestire con fermezza l'abuso di questo tipo di comportamento e a seconda delle circostanze intervenire con il richiamo verbale, con l'ammonizione (cartellino verde), con la sospensione temporanea (cartellino giallo) o definitiva (cartellino rosso).
- d. Richiami, ammonizioni e sospensioni possono essere inflitti isolatamente o congiuntamente ad altre sanzioni
- e. i giocatori più vicini possono essere richiamati verbalmente senza fermare la partita
- f. è possibile, anche se gli arbitri non sono incoraggiati a farlo, per un giocatore ricevere due cartellini verdi o due cartellini gialli per diverse infrazioni minori durante la stessa partita.
- g. Tuttavia, quando una infrazione per la quale un cartellino è stato già assegnato viene ripetuta, lo stesso cartellino non deve essere utilizzato di nuovo e deve essere inflitta una punizione più severa
- h. quando viene mostrato un secondo cartellino giallo, il periodo di sospensione deve essere significativamente più lungo rispetto alla prima sospensione
- i. deve esserci una chiara differenza tra la durata di una sospensione per un cartellino giallo per un fallo minore e la durata per una infrazione più grave e/o fisica
- j. quando un giocatore si comporta seriamente male ed intenzionalmente nei confronti di un altro giocatore, arbitro o altro ufficiale di gara, deve essergli mostrato immediatamente il cartellino rosso.

2.4 Punizioni:

- a. è disponibile una vasta gamma di punizioni
- b. due punizioni possono essere usate insieme per sanzionare le infrazioni cattive o persistenti.

3 Abilità arbitrali

3.1 Le principali aree di abilità di un arbitro sono:

- a. preparazione della partita
- b. cooperazione
- c. mobilità e posizione
- d. fischio
- e. segnalazione.

3.2 Preparazione della partita:

- a. umpires must prepare thoroughly for each match by arriving at the field in good time
- b. before the match commences, both umpires must check the field markings, the goals and the nets and check for any dangerous playing equipment or field equipment
- c. the two umpires must wear similar colours to one another, but different from those of both teams
- d. clothing appropriate to the conditions must be worn
- e. footwear must suit field conditions and assist mobility
- f. umpiring equipment includes a copy of the current Rules book, a loud and distinctive whistle, a stop watch, coloured cards to indicate personal penalties and materials to record match details.

3.3 Co-operation:

- a. good team-work and co-operation between umpires is essential
- b. prior to a match, umpires must discuss and agree how they are going to work together to assist each other. Eye contact between umpires must be practised and maintained
- c. umpires must take responsibility and be prepared to assist when their colleague is unsighted or has difficulty seeing certain parts of the field. If necessary and if mobility is good, umpires must be prepared to cross the centre-line and go as far as appropriate into a colleague's half of the field to assist. This helps to reassure players that decisions are correct
- d. a written record of goals scored and cards issued must be kept by both umpires and confirmed at the end of the match.

3.4 Mobility and positioning:

- a. umpires must be mobile so they can move to appropriate positions throughout the match.
- b. static umpires cannot view play clearly enough to make correct decisions at all times
- c. fit, mobile and well positioned umpires are better able to concentrate on the flow of the match and on the decisions which need to be made
- d. each umpire operates mainly in half of the field with the centre line to their left
- e. in general, the most suitable position for umpires is ahead of and on the right of the attacking team
- f. for play between the centre-line and 23 metres area, umpires must be positioned near their side-line
- g. when play is in the 23 metres area or circle, umpires must move further into the field away from the sidelines and, when necessary, into the circle itself to see important offences and to judge whether shots at goal are legitimate
- h. for penalty corners and after the ball has gone outside the field, umpires must take up a position which gives a clear view of all potential action
- i. for penalty strokes, umpires must take up a position behind and to the right of the player taking the stroke

- a. gli arbitri devono prepararsi accuratamente per ogni partita arrivando al campo in tempo utile
- b. prima che la partita abbia inizio, entrambi gli arbitri devono controllare la tracciatura del campo, le porte e le reti e verificare la presenza di attrezzature di gioco o del campo pericolose.
- c. i due arbitri devono indossare maglie di colori simili, ma diverse da quelli di entrambe le squadre
- d. deve essere indossato un abbigliamento appropriato per le condizioni ambientali
- e. le calzature devono adattarsi alle condizioni del campo e aiutare la mobilità
- f. l'equipaggiamento dell'arbitro include una copia del Regolamento di gioco in vigore, un fischietto con un suono forte e distinto, un cronometro, cartellini colorati per indicare le sanzioni personali e materiale per registrare i dettagli della partita.

3.3 Cooperazione:

- a. un buon lavoro di squadra e cooperazione tra gli arbitri è essenziale.
- b. prima di una partita, gli arbitri devono discutere e concordare come hanno intenzione di lavorare insieme per aiutarsi l'uno con l'altro. Il contatto visivo tra gli arbitri deve essere praticato e mantenuto
- c. gli arbitri devono assumersi la responsabilità ed essere pronti ad assistere il collega coperto o che ha difficoltà a vedere alcune parti del campo. In caso di necessità e se la mobilità è buona, gli arbitri devono essere pronti ad attraversare la linea di metà campo e a spingersi per quanto opportuno nella metà campo del collega. Questo aiuta a rassicurare i giocatori che le decisioni prese sono corrette.
- d. ciascun arbitro deve annotare le reti segnate e il numero dei giocatori sanzionanti con i cartellini incrociando i dati a fine partita.

3.4 Mobilità e posizione:

- a. gli arbitri devono essere mobili in maniera da raggiungere la posizione corretta durante la partita
- b. gli arbitri statici non possono avere una visione di gioco abbastanza chiara per prendere decisioni corrette in ogni momento
- c. arbitri in forma, mobili e ben posizionati sono maggiormente portati a concentrarsi sulla fluidità del gioco e sulle decisioni che devono essere prese
- d. ogni arbitro opera principalmente nella metà campo con la linea centrale alla sua sinistra
- e. in generale, la posizione più corretta per gli arbitri è quella che permette di anticipare la squadra che attacca mantenendo il lato destro
- f. quando il gioco si sviluppa tra la linea di metà campo e l'area dei 23 metri, gli arbitri devono essere posizionati vicino alla loro linea laterale
- g. quando il gioco si sviluppa nell'area dei 23 metri o nell'area di tiro, gli arbitri devono entrare nel campo di gioco allontanandosi dalle linee laterali e, se necessario, entrando nell'area di tiro per vedere infrazioni significative e giudicare se i tiri in porta sono legittimi.
- h. per i tiri di angolo corto e dopo che la palla è uscita da terreno di gioco, gli arbitri devono assumere una posizione che dia una chiara visione di tutti i possibili sviluppi del gioco
- i. per i tiri di rigore, gli arbitri devono prendere una posizione alle spalle e alla destra del giocatore che effettua il tiro

- j. umpires must not allow their positioning to interfere with the flow of play
- k. umpires must face the players all the time.

3.5 Whistling:

- a. the whistle is the main way in which umpires communicate with players, each other and other persons involved in the match
- b. the whistle must be blown decisively and loudly enough for all involved in the match to be able to hear it. This does not mean long loud whistling at all times
- c. the tone and duration of the whistle must be varied to communicate the seriousness of offences to players.

3.6 Signalling:

- a. signals must be clear and held up long enough to ensure that all players and the other umpire are aware of decisions
- b. only the official signals must be used
- c. it is preferable to be stationary when giving a signal
- d. directional signals must not be made across the body
- e. it is bad practice to look away from the players when a signal or decision is made; further offences might be missed, concentration can be lost, or this can indicate a lack of confidence.

4 Umpiring signals

4.1 Timing:

- a. start time: turn towards the other umpire with one arm straight up in the air
- b. stop time: turn towards the other umpire and cross fully-extended arms at the wrists above the head
- c. two minutes of play remaining: raise both hands straight up in the air with pointing index fingers
- d. one minute of play remaining: raise one hand straight up in the air with pointing index finger.

Once a timing signal has been acknowledged no further time signal is needed.

- 4.2 Bully: move hands alternately up and down in front of the body with palms facing each other.

4.3 Ball out of play:

- a. ball out of play over the side-line : indicate the direction with one arm raised horizontally
- b. ball out of play over the back-line by an attacker: face the centre of the field and extend both arms horizontally sideways
- c. ball out of play over the back-line unintentionally by a defender: point one arm at the corner flag nearest where the ball crossed the back-line.

- 4.4 Goal scored: point both arms horizontally towards the centre of the field.

4.5 Conduct of play:

Signals for conduct of play offences must be shown if there is doubt about the reason for the decision.

- a. dangerous play: place one forearm diagonally across the

- j. gli arbitri devono fare in modo che la loro posizione non interferisca con il gioco
- k. gli arbitri devono guardare i giocatori per tutto il tempo.

3.5 Il fischio:

- a. il fischio è il principale strumento con cui gli arbitri comunicano con i giocatori, tra di loro e con le altre persone coinvolte nella partita
- b. il fischietto deve essere usato con decisione e in maniera sufficientemente forte in modo che tutti i soggetti coinvolti nella partita riescano a sentirlo. Questo tuttavia non significa fischi forti in ogni momento
- c. il tono e la durata del fischio devono essere variati per comunicare ai giocatori la gravità dei falli ai giocatori.

3.6 Segnalazione:

- a. i segnali devono essere chiari e mantenuti abbastanza a lungo per garantire che tutti i giocatori e l'altro arbitro siano a conoscenza della decisione presa
- b. devono essere utilizzati solo i segnali ufficiali
- c. è preferibile essere fermi quando si esegue un segnale
- d. la direzione non deve essere indicata con il braccio opposto
- e. è cattiva abitudine distogliere lo sguardo dai giocatori quando si segnala o viene presa decisione; si potrebbe non vedere altre infrazioni, perdere concentrazione e questo può indicare una mancanza sicurezza.

4 Segnali arbitrali

4.1 Tempo:

- a. Inizio della partita: girarsi verso l'altro arbitro con un braccio disteso verso l'alto
- b. fermare il tempo: girarsi verso l'altro arbitro incrociando all'altezza dei polsi le braccia distese sopra la testa
- c. due minuti di gioco rimanenti: alzare entrambe le mani verso l'alto in aria con gli indici puntati
- d. un minuto di gioco rimanente: alzare una mano verso l'alto con il dito indice puntato

Una volta che il segnale di tempo è stato confermato non servono altri segnali.

- 4.2 Bully: muovere le mani alternativamente su e giù davanti al corpo con i palmi uno di fronte all'altro.

4.3 Palla fuori dal campo di gioco:

- a. palla fuori dal campo di gioco oltre la linea laterale: indicare la direzione con un braccio alzato orizzontalmente
- b. palla oltre la linea di fondo da parte di un attaccante: voltarsi verso il centro del campo ed estendere entrambe le braccia orizzontalmente lateralmente
- c. palla fuori dal terreno di gioco oltre la linea di fondo involontariamente da parte di un difensore: indicare con un braccio la bandierina dell'angolo più vicino al punto in cui la palla ha attraversato la linea di fondo.

- 4.4 Goal segnato: indicare con entrambe le braccia distese orizzontalmente il centro del campo.

4.5 Condotta di gioco:

I segnali relativi al tipo di fallo di gioco devono essere utilizzati solo se i giocatori hanno un dubbio circa il motivo della decisione.

- a. a. gioco pericoloso: avambraccio posto diagonalmente sul

chest

- b. misconduct and/or bad temper: stop play and make a calming movement by moving both hands slowly up and down, palms downward, in front of the body
- c. kick: slightly raise a leg and touch it near the foot or ankle with the hand
- d. raised ball: hold palms facing each other horizontally in front of the body, with one palm approximately 150 mm above the other
- e. obstruction: hold crossed forearms in front of the chest
- f. third party or shadow obstruction: alternately open and close crossed forearms in front of the chest
- g. stick obstruction: hold one arm out and downwards in front of the body half-way between vertical and horizontal; touch the forearm with the other hand
- h. 5 metres distance: extend one arm straight up in the air showing an open hand with all fingers extended.

4.6 Penalties:

- a. advantage: extend one arm high from the shoulder in the direction in which the benefiting team is playing
- b. free hit: indicate the direction with one arm raised horizontally
- c. penalty corner: point both arms horizontally towards the goal
- d. penalty stroke: point one arm at the penalty stroke mark and the other straight up in the air; this signal also indicates time stopped.

petto

- b. cattiva condotta e/o attitudine: fermare il gioco e richiamare alla calma muovendo entrambe le mani lentamente su e giù, con i palmi verso il basso, di fronte al corpo
- c. fallo di piede: alzare leggermente una gamba e toccarla con la mano in prossimità del piede o della caviglia
- d. palla sollevata: tenere i palmi l'uno di fronte all'altro orizzontalmente di fronte al corpo, con un palmo a circa 150 mm sopra l'altro
- e. ostruzione: tenere gli avambracci incrociati davanti al petto
- f. ostruzione di terza parte o velo: aprire e chiudere alternativamente gli avambracci incrociati davanti al petto
- g. ostruzione di bastone: tenere un braccio in fuori e verso il basso di fronte al corpo a metà strada tra il verticale e l'orizzontale; toccare l'avambraccio con l'altra mano
- h. 5 metri di distanza: distendere un braccio teso verso l'alto mostrando la mano aperta con tutte le dita estese.

4.6 Sanzioni:

- a. vantaggio: distendere il braccio al disopra della spalla nella direzione verso cui la squadra beneficiaria sta giocando
- b. tiro libero: indicare la direzione con un braccio disteso orizzontalmente
- c. tiro di angolo corto: indicare con entrambe le braccia distese orizzontalmente verso la porta
- d. tiro di rigore: distendere un braccio verso il dischetto del rigore e l'altro verso l'alto; questo segnale indica anche l'arresto del tempo.