

Lacrosse

• kurz erklärt



Das Spielen des Balles

Die Spieler können den Ball passen, werfen, fangen oder ihn in ihren Schlägern tragen, ihn rollen oder mit dem Fuß treten. Der Torwart darf den Ball mit der Hand berühren, aber nur um einen Schuss innerhalb seines Torraums abzulenken. Er darf ihn nicht fangen oder werfen. Ein Spieler muss den Schläger mindestens mit einer Hand halten, bevor er den Ball spielen darf oder ins Spiel eingreift.

Der Schläger

Der Schläger ist so geflochten, dass der Ball nicht in ihm liegen bleiben kann, und so geformt, dass man den Gegner oder seinen Stock nicht damit festhaken kann. Die Schläger müssen mindestens 90 cm lang sein.

Spieldauer

Männer spielen 4 Viertel zu je 20 Minuten. Nach jedem Viertel werden die Seiten gewechselt. Pause, nach dem 1. und dem 3. Viertel jeweils 2 Minuten. Eine Mannschaft hat 2 Auszeiten pro Halbzeit, die bis zu 2 Minuten dauern. Eine Auszeit darf nur verlangt werden, wenn der Ball tot ist oder wenn die Mannschaft in Ballbesitz und in der gegnerischen Hälfte ist. Wenn das Spiel bei Spielende unentschieden ist, wird jeweils um 4 Minuten verlängert bis ein Tor fällt.



Das Spiel

Lacrosse gilt als das schnellste Spiel auf zwei Beinen. International werden zwei Arten von Lacrosse gespielt: 12 Spieler pro Mannschaft für Frauen und 10 für Männer. Der Ball wird gefangen, geworfen und mit Stöcken, die mit einem Netz versehen sind, geschlagen. Es darf auch hinter dem Tor gespielt werden. Lacrosse wird vorwiegend in den USA, in Kanada und Großbritannien gespielt.

Die Mannschaften

Die 10 Spieler einer Mannschaft bestehen aus dem Torhüter, 3 Verteidigern, 3 Mittelfeldspielern und 3 Angreifern. Jede Mannschaft muss immer 4 Spieler in der eigenen und 3 in der gegnerischen Hälfte des Spielfeldes haben.

Der Torraum

Kein Angreifer darf den Torraum betreten. Er kann über die Linie reichen, um den Ball in der Luft zu spielen oder zu fangen. Hat der Torwart den Ball innerhalb des Kreises unter Kontrolle, darf sein Schläger von keinem Angreifer berührt werden. Der Torwart oder ein Verteidiger darf nur 4 Sekunden im Torraum bleiben. Kein Verteidiger darf mit Ball den Kreis betreten.

www.indehahn.de

Ansprechpartner: Tim Pohlmann, Telefon 01 78 / 4 12 68 01