



WAS LÄUFT HIER? LACROSSE!

Die Spieler*innen müssen Tore schießen. Der Ball darf gepasst und getragen werden, um nah vor das Tor zu kommen. Dabei muss keine Schrittfolge eingehalten werden.

Die Damen dürfen mit ihrem Stick auf das Plastik des gegnerischen Sticks schlagen, um die Gegnerin zu stören. Steht eine Verteidigerin zwischen Angreiferin und Tor, darf nicht geschossen werden. Bei den Herren trifft diese Regel nicht zu, da die Spieler mehr Schutzausrüstung tragen. Hier muss die Verteidigung durch Körperverteidigung und Schläge auf den gesamten Stick versuchen, den Angreifer von einem Schuss abzuhalten (Bodychecks sind erlaubt). Dazu dürfen die Defender einen langen Schläger verwenden, um besser verteidigen zu können.

Dieses Jahr wird beim 3SamCup das erste mal auch Mixed Lacrosse gespielt. Das geschieht nach Damen-Regeln.

Die Spielzeit bei unserem Turnier beträgt 2x18 Minuten (Mixed: 2x20). Jedes Team hat ein Timeout pro Spiel. Sollte es nach der Spielzeit unentschieden stehen, geht es in eine Sudden-Victory Periode. Jede Spielzeit beginnt mit einem Face-Off bzw. Draw, bei dem um den Ball gekämpft wird.

Fouls werden mit Strafzeiten von 30 Sekunden, ein, zwei oder drei Minuten geahndet. Während dieser Zeit hat das gegnerische Team einen Vorteil und ist "Woman Up"*/"Man Up", d.h. mit einer Spieler*in mehr auf dem Feld.

Jede Mannschaft besteht aus 8 Spieler*innen. Wechsel geschehen fliegend über die Wechselzone an der Punkte-Bench.

Geht ein Pass ins Aus, bekommt die gegnerische Mannschaft den Ball. Nach einem Torschuss erhält das Team Ballbesitz, dessen Spieler*in näher am Ball war, in dem Moment in dem der Ball ins aus ging: "Backup-Regelung".

Du willst mehr erfahren?

Dann schau vorbei auf unserer Turnier-Website:

3samcup.frlax.de

Oder besuche die Seite des Deutschen Lacrosse Verbandes e.V. (DLaxV):

www.dlaxv.de