

# REGLAMENTO ESCOLAR DEL LACROSSE

Número de jugadores: 5-6 por equipo.

Duración: 3 tiempos de 10 o 15 minutos por cada parte, según edad de los participantes.

Terreno de juego: similar a un campo de balonmano, 40 x 20 metros.

Portería y área de portería: algo menor a las de balonmano. 1'3 x 1'3 metros. El área es un semicírculo de 3 metros de radio marcado desde el punto central entre los dos postes. Se pueden utilizar las porterías de Balonmano y el área de 6 metros o la de Fútbol-sala.

Bastones: de Intercrosse, de plástico o aluminio.

Pelota: Es de goma y tamaño pequeño, 7-9 cm. de diámetro

Protectores: Es recomendable jugar con casco específico. El portero o la portera, conviene que además jueguen con careta protectora.

Normas de juego:

- El inicio del juego o el reinicio después de cada gol, lo realiza el portero desde su área de portería.
- No se puede tocar la pelota con las manos ni con los pies. Si se produce falta de mano o de pie, la posesión de la pelota pasa al equipo contrario a través de un saque libre desde el punto donde se produjo.
- Si la pelota sale fuera del campo, el equipo que no la envió reanudará el juego con un pase desde el lateral. El saque se ha de realizar rápidamente, sin dilación.
- Cuando la pelota está en juego y en posesión de un jugador, no se le puede arrebatar. El primero que cubre la pelota o la pesca con su cesta, en el suelo o en el aire, consigue la posesión. La defensa se realiza 1x1.
- Con la pelota en la cesta se puede: correr, pasarla o lanzar a portería. No se puede andar.
- El equipo que tiene la posesión de la pelota dispone de 30 segundos para finalizar su ataque contra la portería contraria. Un jugador en posesión de la pelota sólo pueda mantenerla en su poder 5 segundos, transcurridos estos deberá pasar o tirar a puerta. Si no lo hace, pierde la

posesión de la pelota. Esta norma se puede flexibilizar si se considera conveniente.

- No se puede pasar la pelota al portero ni voluntaria ni involuntariamente. Si se produce este caso el equipo contrario sacará desde la esquina del campo.
- En posición estática no se puede retener la pelota más de 5 segundos. Asimismo, el portero dispone de 5 segundos para poner la pelota en juego.
- El portero puede participar como jugador fuera del área. Dentro del área puede coger o parar la pelota con cualquier parte del cuerpo, incluidas las manos y los pies. Si sale del área, se convierte en un jugador de campo.
- No se permite el contacto físico entre jugadores contrarios, ni tampoco con el bastón. Se debe guardar la distancia de seguridad de 2 m.
- Si un jugador defensa en posición estática es tocado por un jugador en posesión de la pelota, el equipo atacante pierde dicha posesión.
- No está permitido el bloqueo u obstaculizar la acción de un defensor por parte de un jugador del equipo atacante, que no esté en posesión de la pelota.
- Únicamente se puede manejar el bastón con una sola mano para cazar la pelota. El incumplimiento de esta norma se sanciona con un minuto de expulsión.
- Con la mano libre, en caso de disputa de la pelota en el aire o el suelo, no se puede apartar ni bloquear el bastón del contrario.
- Es falta pisar o entrar en el área de portería, tanto si se es defensa como atacante.
- Si se comete falta por parte del equipo defensor en la zona próxima al área en situación de ataque y peligro para la portería, se sanciona con un lanzamiento libre de castigo a 8 m.
- Si un atacante comete una falta grave en la zona de defensa se sanciona con expulsión de 1, 3, 5 minutos, o con la expulsión definitiva, según la gravedad y la reiteración de las faltas, y con pérdida de la posesión de la pelota.
- No se permite el juego peligroso ni dirigirse a nadie de forma antideportiva o grosera.
- El golpe de castigo se sanciona con un tiro libre desde 8 metros. El lanzador puede dar un paso para su realización.