



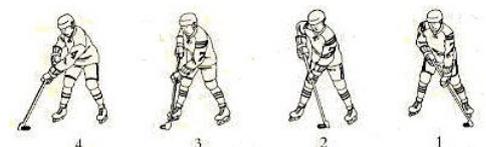
## Allgemein

Britische Soldaten brachten im 18. Jahrhundert die Spiele Hurling und Shinney nach Kanada. Aufgrund der in Kanada herrschenden kalten Bedingungen wurde das Spiel schnell auf dem Eis ausgetragen. Das erste belegbare Eishockeyspiel in einer Halle wurde 1875 in Montreal ausgetragen. Die Bezeichnung Hockey kommt aus dem Französischen und bedeutet etwa „krummer Stock“.

Eishockey ist durch die Internationale Eishockey-Föderation (IIHF) international organisiert. Der Weltverband hat bis heute 81 Mitglieder, davon 56 Vollmitglieder. Als beste Eishockeyliga der Welt gilt die nordamerikanische National Hockey League (NHL).

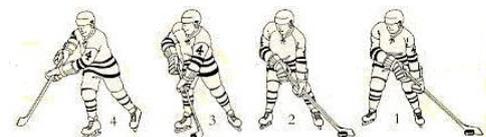
## Technik

### Scheibenführung



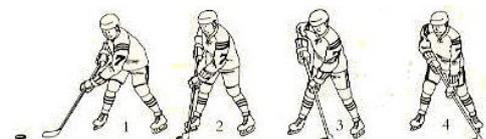
- Die Hände sind am Schläger nicht zu weit auseinander
- Die Stockhand (untere Hand) umfasst den Schläger locker.
- Die Scheibe wird ungefähr in der Mitte des Schlägerblattes geführt.
- Schräges Abdecken der Scheibe.
- Die Scheibe wird geschoben und gezogen nicht geschlagen.

### Passen mit langem Schwung



- ➊ Ausgangsstellung: Grätschstand, Blick in Passrichtung
- ➋ Gewichtsverlagerung von hinten nach vorne
- ➌ Stockhand schiebt in Passrichtung
- ➍ Bewegung wird in Passrichtung weitergeführt

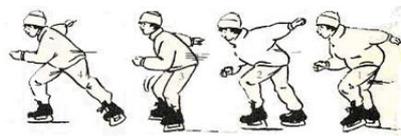
### Passannahme



- ➊ Annahme der Scheibe in Höhe des vorderen Beines
- ➋ ➌ ➍ Der Schläger weicht in Passrichtung zurück
- Lockerer Griff!



## Vorwärtslauf



① ②

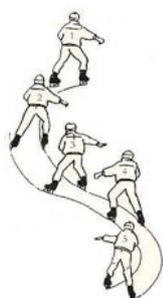
Körperschwerpunkt nach vorne – Abstoß über die Innenkante der Kufe

②-④

Gleitbein schräg nach vorne außen auf der ganzen Kante der Kufe aufgesetzt und belastet

Kopf in Fahrtrichtung

## Rückwärtslauf



①

Gewichtsverlagerung auf das linke Bein und Einwärtsdrehen des Schlittschuhes

②

Starker Stoß durch Senkung von Hüft-, Knie- und Fußgelenk nach außen

③

Gewichtsverlagerung auf das rechte Bein

Breite Stellung der Schlittschuhe!

Oberkörper aufrecht!

Kopf dreht über Schulter in Laufrichtung!

## Taktik

### A. Verteidigung

Im Abwehrverhalten unterscheidet man fünf Varianten:

- **Forechecking** (die abwehrende Mannschaft versucht schon in der Angriffszone wieder an den Puck zu kommen),
- **Backchecking** (der Puck soll nicht in die eigenen Abwehrzone gelangen),
- **Manndeckung**,
- **Raumdeckung** (vor allem bei Unterzahl angewandt, um so wenig wie möglich laufen zu müssen),
- **Zonenpressing** (sowohl der scheibenführende Spieler, als auch der Spieler, der den Puck wohl als nächstes bekommen soll, werden gedeckt).

Auch dieses Verhalten ist nicht starr und man kann diese Abwehrtechniken miteinander kombinieren.



## B. Angriff

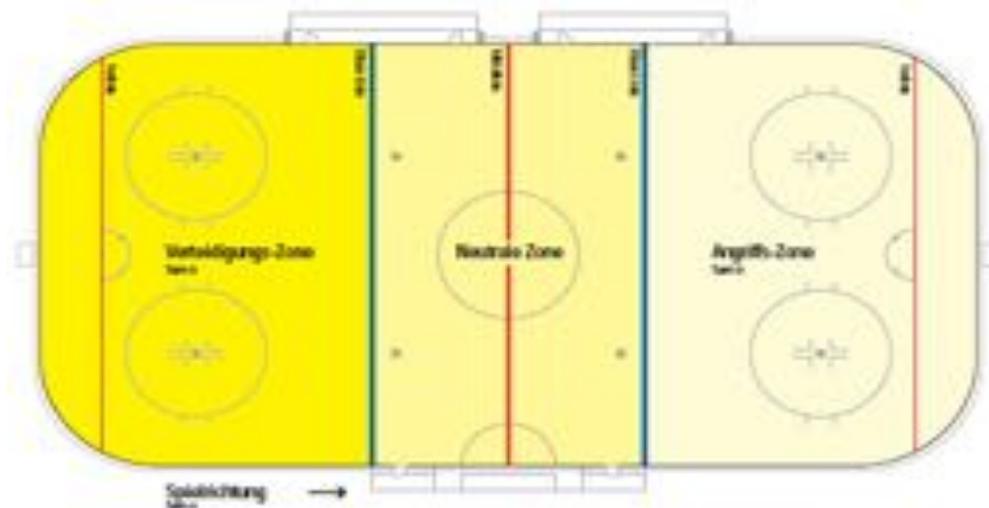
Es gibt diverse Möglichkeiten, einen Angriff aufzuziehen. Eine beliebte Variante, vor allem in Nordamerika, ist das **Dump'n'Chase-Spiel**, bei dem der Spielzug mit einem weiten Pass an die Hintertorbande eröffnet wird. Technisch versierte Spieler können durch einen Lauf durch die neutrale Zone zur Torchance gelangen. Daneben gibt es noch verschiedene Passwege, über die der Center einen Außenstürmer erreichen kann. Des Weiteren ist der **Konter** eine beliebte Alternative.

Regeln → Geprüft werden ausschließlich die Regeln der IIHF!

## Definition des Spielfeldes

Das Eishockeyspiel wird auf einer Eisfläche gespielt, die als **SPIELFELD** bezeichnet wird. Die Farbe der Eisfläche ist weiß.

## Enteilung des Spielfeldes



## Spieler und Teams

Um ein Spiel bestreiten zu können, muss das Team in der Lage sein, mindestens fünf Feldspieler und einen Torhüter zu Spielbeginn aufs Eis zu bringen.

Jedes Team kann maximal benennen:

- **20 Feldspieler** und **2 Torhüter**



## Spieler auf der Eisfläche

Während das Spiel läuft, darf ein Team nicht mehr als **sechs Spieler** auf der Eisfläche haben. Bei einem Verstoß gegen diese Regel (6 Feldspieler und 1 Torwart) erhält das verfehlende Team:

### **Kleine Bankstrafe**

Die sechs Spieler werden wie folgt bezeichnet:



## Spielerwechsel von der Spielerbank während des laufenden Spiels

**Spieler und Torhüter können** von der Spielerbank **jederzeit ausgewechselt** werden, auch während das Spiel läuft.

Einem Ersatztorhüter wird **keine "Aufwärmzeit"** gewährt.

## Ausrüstung

- Die Ausrüstung der Spieler und der Torhüter besteht aus Stöcken, Schlittschuhen, Schutzausrüstungen und Teamkleidung (Trikot).
- Die gesamte Schutzausrüstung, außer Handschuhe, Helme und Schlittschuhe müssen vollständig unter der Teamkleidung getragen werden.
- Die Abmessung und Form der Ausrüstungsgegenstände ist vorgegeben. Vergehen gegen diese wird bestraft (oft kleine Bankstrafe).
- Entspricht ein Stock oder sonstiger Teil der Ausrüstung nicht den Abmessungen werden sämtliche Verstöße im Zusammenhang mit dem Tragen der Ausrüstung unter der Regel (**IRREGULÄRE UND GEFÄHRLICHE AUSRÜSTUNG**) bestraft.

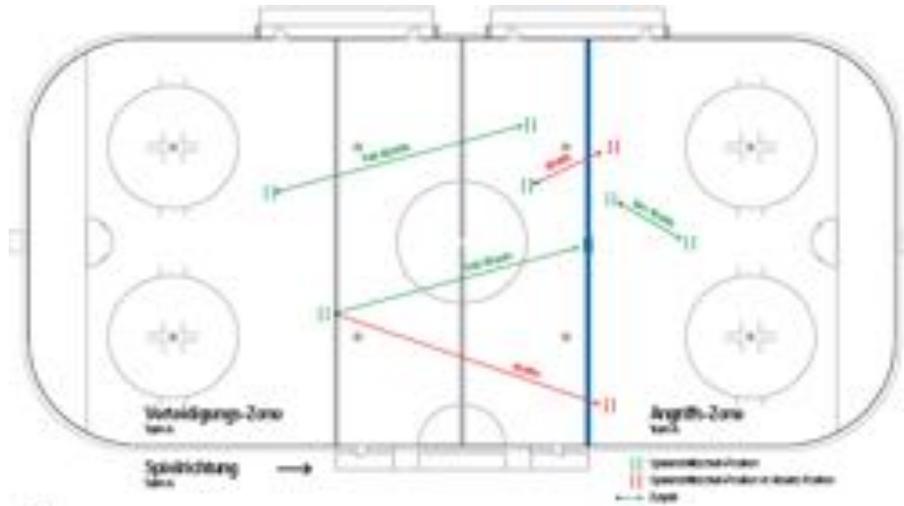
## Ablauf des Spiels

- Ein Spiel besteht aus drei Spieldritteln von jeweils 20 Minuten zuzüglich Verlängerung und Penalty-Schießen zur Ermittlung des Gewinners, sofern notwendig.
- Um ein Tor zu erzielen, muss der Puck in regelkonformer Weise in das gegnerische Tor befördert werden

Legale Bodychecks sind ein wesentlicher Teil des Spiels. Es ist eine oft übliche Methode, Puckkontrolle zu erlangen.

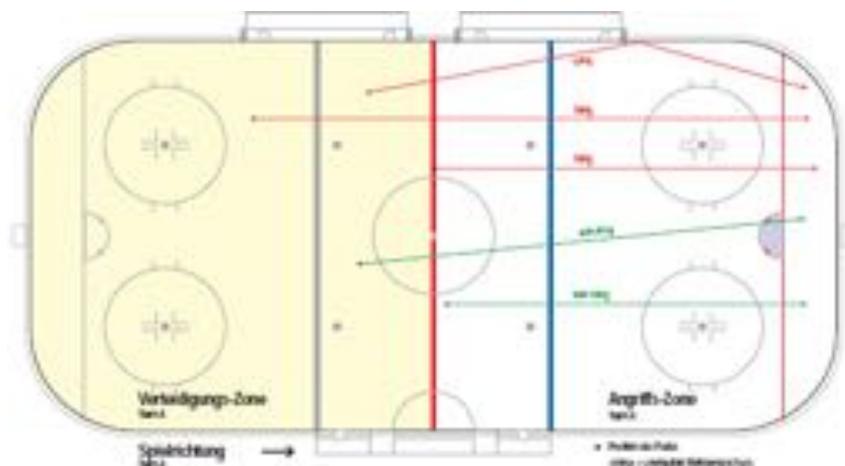


## Abseits / „Offside“ – Pass-Situation



- Spieler des angreifenden Teams dürfen sich **nicht vor dem Puck** in die Angriffszone begeben.
- Die bestimmenden Faktoren, um auf ein Abseits zu entscheiden sind:
  - die **Position der Spieler-Schlittschuhe**. Ein Spieler befindet sich im Abseits, wenn sich beide Schlittschuhe komplett über der Blauen Linie in seiner Angriffszone befinden, bevor der Puck die Linie komplett überschritten hat.
  - die **Position des Pucks**. Der Puck muss die Blaue Linie zur Angriffszone komplett überschritten haben.
- Bei einem Verstoß gegen diese Regel wird das Spiel sofort unterbrochen und ein Anspiel/ Einwurf durchgeführt.

## Unerlaubter Befreiungsschlag (Icing)





Befördert ein Spieler den Puck direkt oder indirekt (über die Bande) über die rote Mittellinie und die gegnerische Torlinie (nicht zwischen den Torpfosten) so besteht ein Icing. Es gibt ein Bully im Verteidigungsdrittel in der für das Icing verantwortlichen Mannschaft.

## Strafen

Strafe	Spieler		Torhüter		Bemerkungen		
	Spieler aus dem Spiel	Strafe wird abgesessen auf der Strafbank durch	Torhüter aus dem Spiel	Strafe wird abgesessen auf der Strafbank durch	Eintrag im Spielbericht	Spezielles	Zusammenfallende Strafen
<b>KLEINE STRAFE</b>	2 Minuten	Verursacher	-	Spieler vom Eis	2 Minuten	Kann nach Tor erlösen	möglich
<b>KLEINE BANKSTRAFE</b>	2 Minuten	irgend ein Spieler	nicht möglich	-	2 Minuten	Kann nach Tor erlösen	möglich
<b>GROSSE STRAFE</b>	bis Spielende	irgend ein Spieler ausser der Verursacher für 5 Minuten	bis Spielende	Spieler vom Eis für 5 Minuten	5 Minuten	-	möglich
<b>DISZIPLINARSTRAFE</b>	10 Minuten	Verursacher	-	Spieler vom Eis	10 Minuten	-	-
<b>SPIELDAUER DISZIPLINARSTRAFE</b>	bis Spielende	keiner	bis Spielende	keiner	20 Minuten	Zusatzmeldung	-
<b>MATCHSTRAFE</b>	bis Spielende	irgend ein Spieler ausser der Verursacher für 5 Minuten	bis Spielende	Spieler vom Eis für 5 Minuten	25 Minuten	Zusatzmeldung	möglich
<b>STRAF SCHUSS</b>	-	-	-	-	Strafschuss	-	-

Die Strafen werden in folgende Kategorien eingeteilt:

- **Kleine Strafe** (2')
- **Kleine Bankstrafe** (2')
- **Große Strafe** (5')
- **Disziplinarstrafe** (10')
- **Spieldauer-Disziplinarstrafe** (SPD)
- **Matchstrafe** (MS)
- **Strafschuss** (Penalty)

Alle Strafen entsprechen **Netto-Spielzeit**.

**SPIELDAUER-DISZIPLINARSTRAFE:** Der fehlbare **Spieler** wird für den **Rest der Spielzeit** ausgeschlossen. Ein bestrafte Spieler kann auf dem Spielfeld **sofort** durch einen anderen Mitspieler **ersetzt** werden.

**MATCHSTRAFE:** Der fehlbare Spieler wird für den **Rest der Spielzeit** und **mindestens ein weiteres Spiel** ausgeschlossen. Ein anderer **Mitspieler** verbüßt für den fehlbaren Spieler die Strafzeit von **fünf Minuten** auf der Strafbank.

# Eishockey

---



**Kleine Strafe (2')**: Die meisten Vergehen werden damit geahndet. Dazu gehören zum Beispiel: Check gegen die Bande, Halten, Beinstellen, Spiel mit 6 Feldspieler, unkorrekte Ausrüstung und unerlaubter Körperangriff.

Kommt es bei einem Vergehen zu einer Verletzung gibt es nach Ermessen des Schiedsrichters eine **Große Strafe + automatisch Spieldauer-Disziplinarstrafe (5'+SPD) oder eine Matchstrafe.**

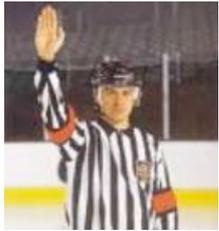
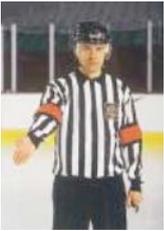
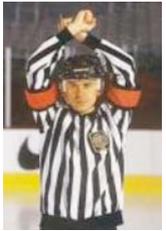
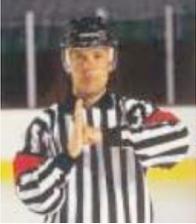
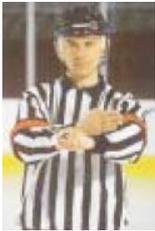
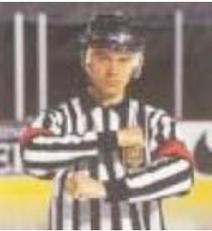
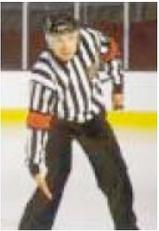
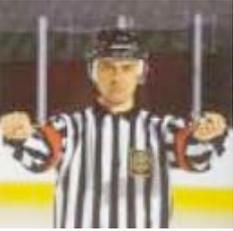
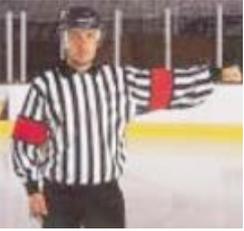
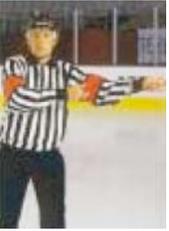
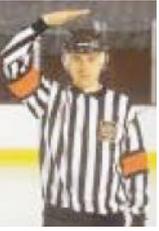
Ein Spieler, der versucht mit dem Kopf einen Stoß auszuführen, oder einen Kopfstoß bewusst ausführt, erhält eine: **Matchstrafe (MS).**

Ein Spieler, der einen Gegenspieler mit dem Schlittschuh **tritt** oder zu **treten versucht**, erhält eine: **Matchstrafe (MS).**

Bei einem Faustkampf erhalten die die beteiligten Spieler eine **(SPD)** je nach Schwere des Kampfes können aber auch Matchstrafen ausgesprochen werden.



Schiedsrichterzeichen

<p>Spielerwechsel</p> 	<p>Auszeit</p> 	<p>Handpass</p> 	<p>Hoher Stock</p> 
<p>Annullieren</p> 	<p>Penalty</p> 	<p>Angezeigte Strafe</p> 	<p>Check gegen Bande</p> 
<p>Stockschlag</p> 	<p>Unerlaubter Körperangriff</p> 	<p>Check von Hinten</p> 	<p>Beinstellen</p> 
<p>Crosscheck</p> 	<p>Check mit Ellenbogen</p> 	<p>Übertriebene Härte</p> 	<p>Halten</p> 
<p>Hacken</p> 	<p>Behinderung</p> 	<p>Matchstrafe</p> 	<p>Disziplinarstrafe</p> 