

Intercrosse: Das ABC

Diese Hilfsmittel fasst die wichtigsten Punkte und Abläufe des Spiels zusammen. Es dient als Gedankenstütze bei der Einführung im Unterricht.

Ein Überblick

Anspiel: Das Anspiel kann entweder durch einen Münzwurf oder in einer Eins-zu-Eins-Begegnung (siehe unten) in der Mitte des Spielfeldes ausgemacht werden.

Anzahl Spieler: Zwei Teams à 12 Spieler (je nach Schüleranzahl) treten gegeneinander an. Auf dem Spielfeld stehen sechs Feldspieler (je nach Schüleranzahl). Je nach Bedarf können auch zwei Torwarte eingesetzt werden.

Ballabgabe: Der Spieler darf von der Seite aus wieder direkt aufs Feld laufen, einen Pass spielen oder direkt aufs Tor schießen. Der Verteidiger muss dabei einen Abstand von 2 Metern einhalten. Wird der Ball hinters Tor ins Aus befördert, wird der Ball entweder vom Torwart, oder falls kein Torwart vorhanden ist, von einem Spieler innerhalb des Torkreises wieder ins Spiel gebracht. Bei einer Strafe, die eine Ballabgabe nach sich zieht, wird der Ball von der Seitenlinie auf der entsprechenden Höhe, wo das Foul begangen worden ist, wieder ins Spiel gebracht.



Gestellte Spiel- und Übungsszenen für mobilesport.ch Foto: BASPO / Ulrich Känzig

Eins-zu-Eins-Begegnung: Bei der Eins-zu-Eins-Begegnung treten zwei Spieler gegeneinander an. Der Ball befindet sich in der Mitte und die zwei Spieler positionieren ihre Schläger links und rechts davon. Wer beim Pfiff zuerst seinen Korb über dem Ball platziert, erhält das Anspiel (siehe Foto).

Défense individuelle: La défense individuelle (un contre un) est la seule autorisée. Tout doublement ou défense de zone sont sanctionnés par un tir de pénalité.

Eins-zu-Eins-Verteidigung: Es wird in einer strikten 1:1-Deckung verteidigt. Zonen- oder Doppeldeckung sind nicht erlaubt. Strafe: Penalty.

Feld: Es wird in einer Einzelturnhalle gespielt. Die ganze Halle dient als Feld, es gibt keine Grundlinien, als Aus zählt die Wand und die Decke. Spielt also ein Spieler gegen die Wand (also ins Aus), geht der Ball an die Gegnermannschaft.

Körperkontakt: Gezielter Körperkontakt (Körper mit Körper, Stick mit Körper, Stick mit Stick) ist verboten. Strafe: Penalty.

Penalty: Der Penalty wird 9 Meter ab der Torlinie ausgeführt. Der den Penalty ausführende Spieler darf sich dabei auf den Torwart zubewegen, aber den Torkreis nicht betreten.

Schritte: Der ballführende Spieler darf mit dem Ball nicht gehen. Er muss stehen oder rennen. Strafe: Ballabgabe.

Spieldauer: Ein Spiel dauert 4 Mal 12 Minuten, wobei fliegend gewechselt wird.

Stickhaltung: Der Stick muss grundsätzlich mit beiden Händen gehalten werden, ausser beim Fangen, Passen oder Covern.

Tor: Als Tor wird ein Unihockey-Tor verwendet. Das Tor wird direkt an die Wand gestellt.

Torkreis: Vor beiden Toren gibt es einen Torkreis (mit einem Radius von etwa drei Metern). Dieser Torkreis darf von den Angreifern nicht betreten werden. Strafe: Ballabgabe.

Torwart: Der Torwart darf sich innerhalb und ausserhalb des Torkreises bewegen. Er darf mit dem Ball laufen und seinen Körper zur Abwehr einsetzen. Der Torwart darf mit den Händen und den Füßen den Ball abwehren.

Verteidigungsposition: Die Verteidigungsposition wird eingenommen, sobald beide Hände am Stock sind und der Spieler einen Gegenspieler deckt (vgl. 1:1 Deckung). Der Stock muss dabei zwingend im 45°-Winkel gehalten werden.

Zeit: Ein Spieler darf den Ball maximal fünf Sekunden im Korb führen.

Quelle: [Beatrice Wiggerhauser, Schweizerischer Lacrosse- und Intercrosseverband](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO