

# Unihockey – Spielformen: Spiel ohne Grenzen

Diese Spielform erlaubt es drei Teams ohne grosse Wartezeiten zu spielen. Eine ideale Form für grosse Klassen.



Auf dem Spielfeld wird 2:2 oder 3:3 gespielt. Sobald ein Team ein Tor erhalten hat, muss es sofort das Feld verlassen.

Die nächsten drei in der Reihe («Ersatzspieler» sitzen draussen in einer Reihe) kommen auf das Spielfeld und spielen unmittelbar (ohne Bully) weiter.

---

Quelle: [Reto Balmer, Trainerausbildung swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**