



# EISHOCKEY

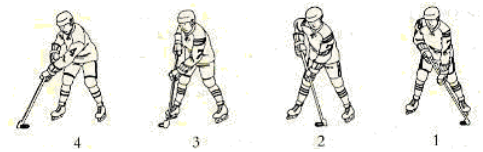
## 1. ALLGEMEIN

Der Eishockeysport entstand zwischen 1840 und 1875 in Kanada, wo britische Soldaten das schottische Shinney auf Schnee und Eis spielten. 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 64 Mitgliedsverbände. Als beste Eishockeyliga der Welt gilt die nordamerikanische National Hockey League (NHL).

## 2. TECHNIK

### Scheibeführung



- 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



- 1 Ausgangsstellung: Grätschstand, Blick in Passrichtung
- 2 Gewichtsverlagerung von hinten nach vorne
- 3 Stockhand schiebt in Passrichtung
- 4 Bewegung wird in Passrichtung weitergeführt

### Passannahme



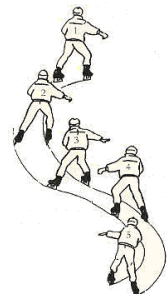
- 1 Annahme der Scheibe in Höhe des vorderen Beines
  - 2 3 4 Der Schläger weicht in Passrichtung zurück
- Lockerer Griff!

### 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!



## 3. TAKTIK

### 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** (jeder bewacht immer den gleichen Gegenspieler)
- **Raumdeckung** (jeder Spieler bewacht einen bestimmten Bereich des Feldes, 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.

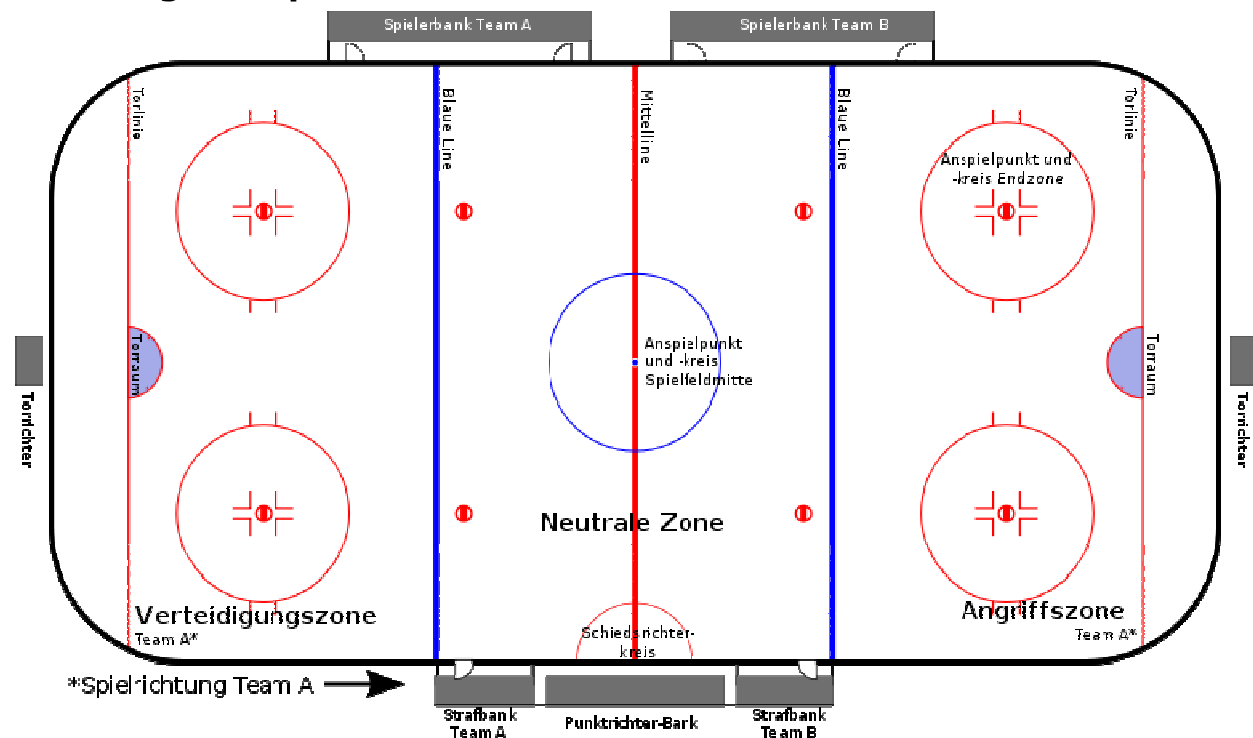
## 4. REGELN

**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





# EISHOCKEY

## Spieler

Jedes Team kann maximal benennen:

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

## Ausrüstung

- besteht aus: Stöcken, Schlittschuhen, Schutzausrüstungen und Trikots
- Die gesamte Schutzausrüstung muss vollständig unter dem Trikot getragen werden (Ausnahmen: Handschuhen, Kopfschutz, Beinschoner der Torhüter)

Die Abmessung und Form der Ausrüstungsgegenstände ist vorgegeben. Vergehen gegen diese Regeln werden bestraft (oft kleine Bankstrafe).

## 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 erhält das verfehlende Team:

- > **Kleine Bankstrafe.**

Die sechs Spieler werden wie folgt bezeichnet:

**linker Außenstürmer**  
**linker Verteidiger**

**Mittelstürmer**  
**Torhüter**

**rechter Außenstürmer**  
**rechter Verteidiger**

## Spielerwechsel von der Spielerbank während des laufenden Spiels

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

Wenn ein Team versucht, nach der ihm zur Verfügung stehenden Zeit einen Spielerwechsel vorzunehmen, schickt der Schiedsrichter den/ die Spieler auf die Bank zurück.

Für jeden wiederholten Verstoß gegen diese Regel, ungeachtet zu welchem Zeitpunkt des Spieles er stattfindet, erhält das fehlbare Team eine:

- > **Kleine Bankstrafe**
- > Einem Ersatztorhüter wird **keine "Aufwärmzeit"** gewährt.





## 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 erlöschen	möglich
<b>KLEINE BANKSTRAFE</b>	2 Minuten	irgend ein Spieler	nicht möglich	-	2 Minuten	Kann nach Tor erlöschen	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>DIZIPLINARSTRAFE</b>	10 Minuten	Verursacher	-	Spieler vom Eis	10 Minuten	-	-
<b>SPIELDAUER DIZIPLINARSTRAFE</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>STRAFSCHUSS</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.

**Kleinen 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)**

Ein Spieler, der einen Gegenspieler durch einen Check gegen die Kopf- resp. Nackenregion verletzt, erhält eine: **Matchstrafe (MS)**



## 5. SCHIEDSRICHTERZEICHEN

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