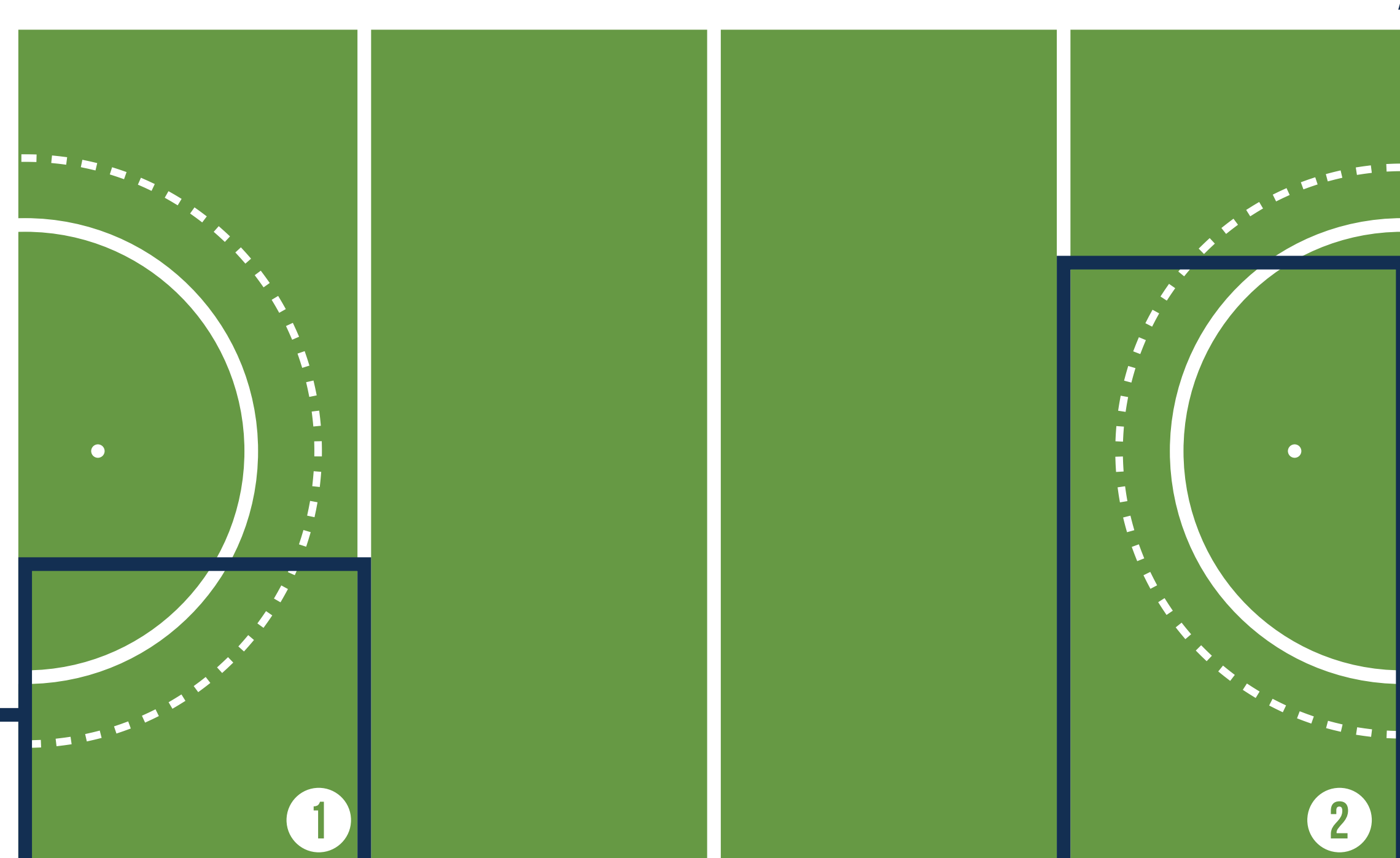




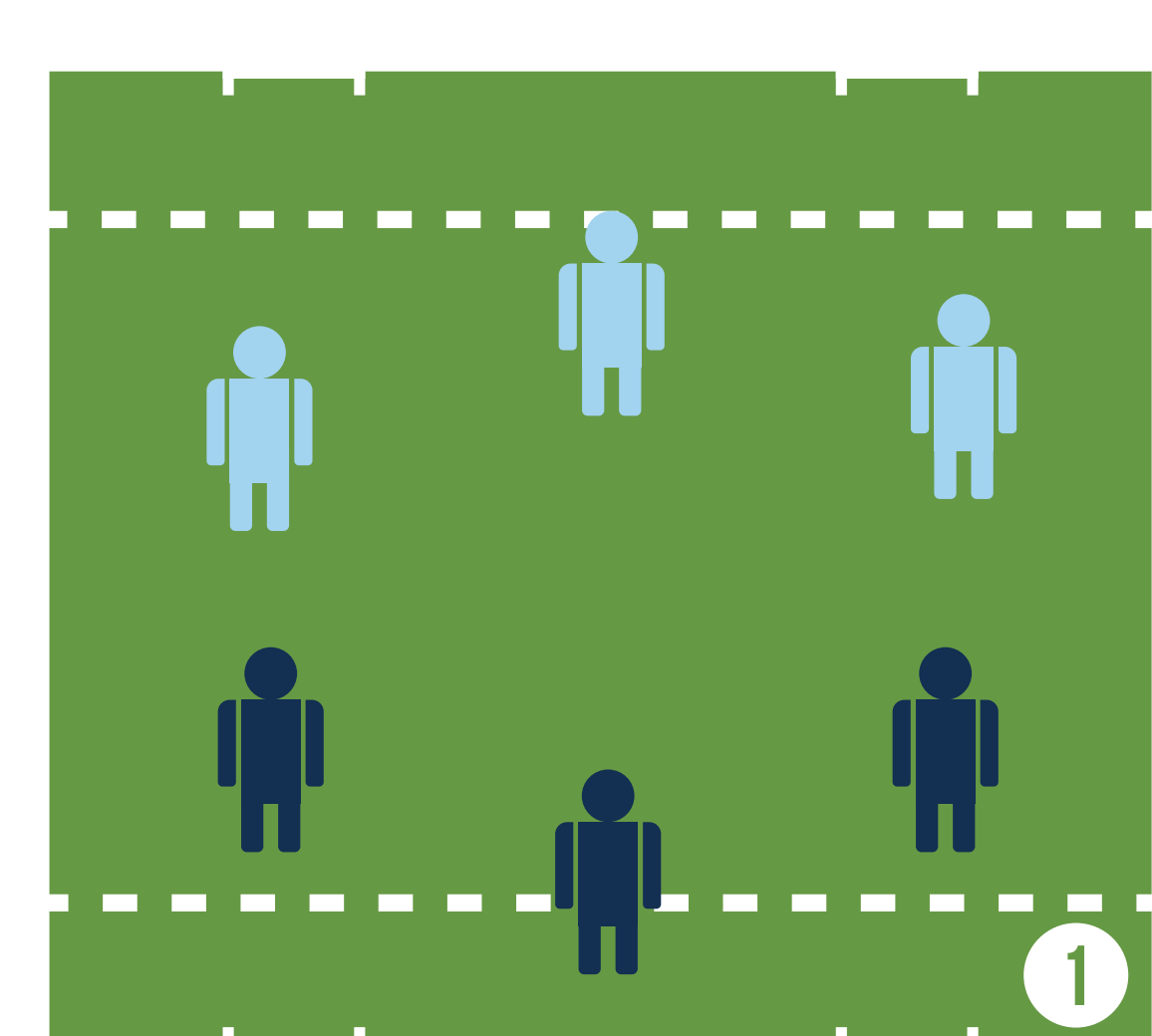
HOCKEY HIERBA 1.0 : REGLAS HOCKEY INICIACIÓN

CATEGORÍA INICIACIÓN-BENJAMÍN-ALEVÍN

PARA QUE LOS MÁS PEQUES DISFRUTEN DEL HOCKEY A SU MEDIDA, ADAPTAMOS LAS DIMENSIONES DE LOS CAMPOS Y EL REGLAMENTO DE TAL FORMA, QUE EL JUEGO LES RESULTE DIVERTIDO Y A LA VEZ DIDÁCTICO.



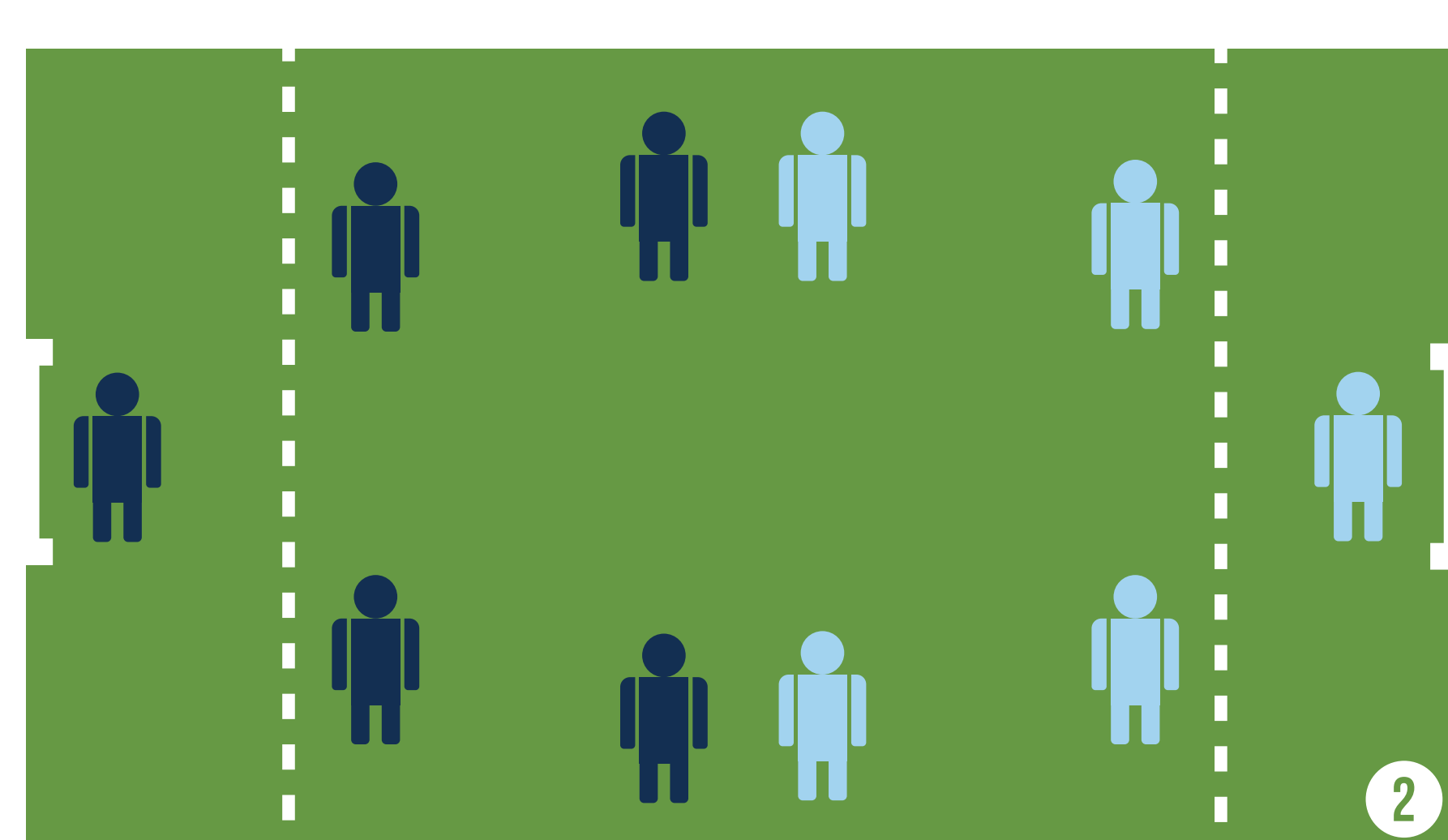
CATEGORÍA INICIACIÓN - BENJAMÍN



PROHIBIDO EL FLICK, EL GOLPEO Y EL LÁTIGO ELEVADO
2 PORTERAS POR EQUIPO | 2M CADA PORTERA
SHOOTOUT DESDE EL CENTRO
3 TIEMPOS DE 12' | DESCANSO DE 2'
LÍNEA DE ÁREA A 3M
3 VS 3

CATEGORÍA ALEVÍN

PROHIBIDO EL FLICK, EL GOLPEO Y EL LÁTIGO ELEVADO
4 JUGADORES + PORTERO
SHOOTOUT DESDE EL CENTRO
CÓRNER DESDE LA BANDA
3 TIEMPOS DE 15' | DESCANSO DE 2'
LÍNEA DE ÁREA A 7M



HOCKEY HIERBA 1.0 : REGLAS BÁSICAS

EL **PORTERO** ES EL ÚNICO JUGADOR QUE PUEDE TOCAR LA BOLA CON EL CUERPO

LOS SAQUES DIRECTOS AL ÁREA SERÁN CONSIDERADOS FALTA EN CONTRA

PARA FALTAS Y SAQUES DE BANDA, EN HOCKEY SE PERMITE EL **AUTOSAQUE**



SOLO SE PUEDE TOCAR LA BOLA CON LA **PARTE PLANA** DEL PALO

TODOS LOS JUGADORES DEBEN LLEVAR **PROTECCIÓN**

- PROTECTOR BUCAL
- ESPINILLERAS
- GUANTE PROTECTOR

UN TIRO SERÁ **GOLE** SÓLO SI SE REALIZA DESDE DENTRO DEL ÁREA DE PUNTOS



HOCKEY HIERBA 1.0 : FALTAS MÁS COMUNES

TOCAR LA BOLA CON EL **PIE** O EL **REVÉS DEL STICK** ES **FALTA**

SI LA FALTA SE HACE DENTRO DEL ÁREA, SE TIRARÁ UN **SHOOT OUT**

NO SE PERMITE ELEVAR EL STICK DE FORMA PELIGROSA

EL ENTRENADOR PUEDE REALIZAR TANTOS CAMBIOS DE JUGADORES COMO DESEE



HOCKEY HIERBA 1.0 : 3 TIROS PRINCIPALES

PUSH

El golpeo se hace con un balanceo del palo hacia atrás y luego hacia delante sin arrastrarlo por el suelo, golpeando la bola. Las rodillas se flexionan para una mayor eficacia y las manos están juntas.

GOLPEO

Consiste en mover la pelota a ras de suelo o a baja altura con las manos separadas.

Cuando se empuja la pelota, tanto ésta como la pala del sticks, están en contacto con el suelo.

Consiste en flexionar las rodillas y arrastrar el palo por el suelo con las manos juntas y a unos 5-7cm del suelo.

LÁTIGO

