

TRISPORT 2017

REGOLAMENTO PER SINGOLI SPORT

GIOCO JOLLY

La durata del gioco è di 20/25 minuti.

Per ogni giornata ci sarà un gioco diverso, secondo un calendario prestabilito.

CALCIO A 5

Il tempo di gioco è di due tempi da 12 minuti ciascuno, con intervallo di 2 minuti tra i due. Si gioca con palloni numero 4.

Si seguono le principali regole del Calcio a 5, senza contare i falli cumulativi.

Altre eccezioni:

- non si considerano i 5 secondi per la ripresa del gioco; ciò non vuol dire che si ha a disposizione un tempo illimitato, ma un tempo consono ad una ripresa del gioco;
- il gol di una ragazza vale doppio;
- è possibile effettuare il retropassaggio al portiere e, quest'ultimo, può anche riprendere il pallone con le mani;
- si può segnare da qualsiasi punto del campo, ad eccezione di una ripresa di gioco fatta dal portiere SEMPRE CON LE MANI;
- i cambi sono liberi;
- il portiere è libero di uscire dalla propria porta;
- almeno una ragazza deve essere presente in campo.

BASKET

Il tempo di gioco è di due tempi da 12 minuti ciascuno NON effettivi, con intervallo di 2 minuti tra i due.

Si seguono tutte le regole del gioco del basket, tranne la regola dei 24 secondi; ciò non vuol dire che si ha a disposizione un tempo illimitato, ma un tempo consono ad una ripresa del gioco.

In campo deve essere presente almeno una ragazza.

VOLLEY

Si gioca al meglio di 3 set; i primi due termineranno con il punteggio di 20. L'eventuale terzo set si concluderà a 15.

Si seguono tutte le regole della pallavolo.

Il cambio di un giocatore è possibile farlo solamente alla battuta.

In campo devono essere presenti minimo 2/massimo 3 ragazze.