

DHB-Regeln und unsere Regelanpassung für den Holzwurm Cup 2026

Für das ganze Turnier:

- Ein Spiel dauert 10 Minuten, ohne Zeitstopp
- Verletzt sich ein Spieler, so wird Zeitstopp angezeigt, aber die Zeit läuft weiter
- Begrüßungen können entfallen
- Es wird Ganzfeld gespielt, mit 5:5 plus TW

Jahrgänge U8 & U10

Techniken:

- DHB-Regeln
- Torschuss darf hoch sein, unter Berücksichtigung der Gefährlichkeit

Ein Freischlag für die gegnerische Mannschaft wird verhängt bei:

- Absichtliches Spielen des Balls mit dem Fuß und/oder der runden Seite des Schlägers
- Wenn der Ball über die Seitenlinie ins Aus gespielt wird
- Absichtlicher Regelverstoß gegen einen Mit- oder Gegenspieler

Durchführung eines Freistoßes:

- Selfpass erlaubt
- Abstandsregelung von 3 m muss eingehalten werden
- Wird der Ball in der gegnerischen Hälfte außerhalb des Schusskreises ausgeführt, so darf der Ball nicht unmittelbar in die Torschusszone gespielt werden und muss vorher 3m gelaufen werden.

Lange Ecke:

- an der Mittellinie

Strafecke:

- entfällt => Freischlag am Kreis

7-m-Ball:

- entfällt => Freischlag am Kreis

Shoot-Out (Entscheidungsspiele):

- Während des Shoot-Outs befinden sich die Spieler beider Teams hinter die Mittellinie
- Angreifer hat **10 Sekunden** Zeit für die Ausführung
- Ball muss in den Schusskreis gebracht werden, um ein Tor zu erzielen
- Ist der Ball das erste Mal aus den Schusskreis oder über die Grundlinie raus bzw. ist die Zeit abgelaufen, so ist der Shoot-Out beendet
- Als zulässige Torschusstechnik ist das Schieben des Balls erlaubt
- Bei Tor, Start von der Mittellinie
- Kein Tor, Abschlag