



Bankanweisungen Damen Feld Lacrosse

Spielberichtsbogen ausfüllen jeweils unter dem oben stehenden Teamnamen:

- * Spielzeit wird von 00:00 min bis 60:00 min aufwärts gestoppt
- * **Tore** eintragen: Nummer der Torschützin (evtl. den Assist) und Spielzeit
- * Zeitpunkt eines **Time-Out** eintragen
- * **Kartenfouls** eintragen mit Nummer der Spielerin, Spielzeit, Länge der Strafzeit oder Kartenfarbe und Foul (s. Zeichen von Schiedsrichter*innen)

Spielzeit nehmen:

- * Spielzeit 4 x 15 min (Juniorinnen: 4 x 10 min)
- * 2 min Pause zwischen 1./2. und 3./4. Quarter
- * 10 min Halbzeitpause (zwischen 2. und 3. Quarter)
- * Teams haben 2 x 90 s Time-Out pro Spiel

Während der Spielzeit ist **Running Clock** (die Uhr läuft durch), die **Zeit stoppt** nur:

- * wenn ein*e Schiedsrichter*in ein **Time-Out (TO) pfeift**: beide Arme gekreuzt über dem Kopf und kurzer Doppelpfiff
 - o (Team-Time Out, Kartenfoul, Verletzung, Ball weg etc.)
 - o das Team-Time Out kann vom Coach an der Bank (also bei euch) gefordert werden → nächste Feldschiedsrichter*in über Wunsch informieren
- * in den letzten **30 s des 1., 2. und 3. Quarters** und in den letzten **2 min des 4. Quarters bei jedem Pfiff** der Schiedsrichter*innen → Die **Uhr startet wieder** mit dem **Pfiff der Schiedsrichter*innen** oder mit einem **Self Start** der **Spielerin mit dem Ball**.

Zeit ansagen von der Bank aus:

- * **Laut für alle** wenn die letzten 30 s in Q1,2,3,4 oder letzten 2 Min in Q4 beginnen
- * am Ende jedes Quarters bei 30 verbleibenden Sekunden **auf das Feld gehen** zum*zur nächsten Schiedsrichter*in und, nur für diese Person hörbar, die letzten 10 s runterzählen
- * **Laut für alle** wenn noch 2 min der Halbzeitpause verbleiben
- * den Schiedsrichter*innen, wenn 30 s in Pausen oder Time Outs verbleiben
- * Coach/Team sagen, wann eine **Strafzeit** vorbei ist und die letzten 10 s runterzählen ("... 3, 2, 1, release")
 - o Strafzeit läuft wie Spielzeit
 - o wenn eine Spielerin/ihre Wechslerin vor Ablauf der Zeit das Feld betrifft, Schiedsrichter*innen informieren: gesamte Strafzeit läuft noch einmal

Karten (= persönliche Zeitstrafen):

- * **gelb**: 2 min Unterzahl
- * **gelb/rot**: 5 min Unterzahl bei zweiter gelber Karte, Spielerin gesperrt für das restliche Spiel
- * **rot**: 10 min Unterzahl, Spielerin gesperrt für das restliche und das nächste Spiel