

女子六人制棍网球比赛规则

2021 年版

2021 年 3 月 21 日制作



序

棍网球六人制简体中文版规则由深圳市拉克洛斯棍网球发展有限公司裁判组翻译与制作。此版依照的是 2020 年 11 月 17 日世界棍网球 (World Lacrosse) 发布的英文版规则译制。可作为规则工具书供中国的球员、裁判、教练使用, 也便于普通民众更好地认识棍网球运动。

如果中文版规则与英文版之间存在争议或冲突, 请以世界棍网球发布的英文版六人制规则为准。

对本中文版规则有任何疑问与建议, 请邮件联络 jianghao.wen#laxchina.com (请把#替换成@)。

深圳市拉克洛斯棍网球发展有限公司(SLDL)成立于 2019 年, 是亚太棍网球联合会(APLU)的正式成员, 也是世界棍网球联合会中国区唯一认可棍网球主理机构的代理方。

SLDL 支持鼓励所有性别、不同群体和全年龄段的运动爱好者一起体验棍网球, 爱上棍网球。该组织在国内负责推广棍网球运动, 培养人才, 组织队伍参加世锦赛、亚太杯等全球和地区性官方赛事, 开展训练营等活动, 协助国内棍网球爱好者组建俱乐部。

任何个人及非商业目的情况下, 使用者可以自由浏览及下载本规则书, 但公开或引用时需注明出处。任何商业机构或团体, 未经同意, 不得以任何形式转载、重制、散布、公开放送、出版或发行本规则书内容。

本规则书严禁贩卖。

深圳市拉克洛斯棍网球发展有限公司 裁判组

目录

比赛总览.....	6
1 球场.....	6
1.1 球场规格.....	6
1.2 球门.....	6
1.3 守门圈.....	6
1.4 球门网.....	7
1.5 计时与记分人员.....	7
1.6 替补席.....	7
1.7 罚时区.....	7
1.8 换人区.....	7
2 装备.....	7
2.1 比赛用球.....	7
2.2 球杆.....	8
2.3 关于违规的球杆.....	8
2.4 个人装备.....	9
2.5 禁止使用的个人装备.....	9
2.6 教练认证.....	10
3 团队.....	10
3.1 球员人数.....	10
3.2 队长.....	10
3.3 教练.....	11
4 比赛控制.....	11
4.1 裁判.....	11
4.2 计分人员.....	12
4.3 裁判错误.....	12
4.4 无意的犯规信号和吹哨.....	12
5 时间相关.....	13
5.1 比赛时长.....	13
5.2 节间休息.....	13
5.3 比赛时钟设置.....	13
5.4 射门限时钟设置.....	13
5.5 突然胜利法加时赛.....	14

5.6	比赛开始与加时	14
5.7	比赛中断或不完整	14
5.8	比赛违约	14
6	比赛的进行	15
6.1	比赛前	15
6.2	球的状态	15
6.3	球权	15
6.4	中心开球	15
6.5	球回场	16
6.6	重新发球	16
6.7	得分	17
6.8	球出界	18
6.9	挡拆	18
6.10	暂停	18
6.11	比赛用球卡在装备或球杆里	19
6.12	球卡在球门上	19
6.13	交替球权	19
7	换人	19
7.1	换人	19
8	守门圈和守门员	19
8.1	守门员	19
8.2	守门员的特权	19
8.3	守门圈有关限制	20
9	犯规	20
9.1	三种犯规类型	20
9.2	犯规判罚时长	20
10	轻微犯规	21
10.1	干扰:	21
10.2	推人:	21
10.3	违规挡拆:	21
10.4	顶人:	22
10.5	将球扣留:	22
10.6	持杆违规动作:	22

10.7	球队官员违规:	22
10.8	程序违规:	23
10.9	装备违规:	24
10.10	越位:	24
10.11	迟到:	24
10.12	用手将人推开:	24
10.13	违规守门圈防守:	24
11	严重犯规.....	24
11.1	违规身体碰撞:	24
11.2	球杆挥击:	24
11.3	球杆推人.....	24
11.4	绊倒.....	24
11.5	非必要暴力行为.....	25
11.6	违规球杆.....	25
11.7	违反运动精神.....	25
11.8	危险的后续动作.....	25
11.9	危险推进.....	26
11.10	危险的守门圈防守.....	26
11.11	人墙犯规.....	26
12	驱逐犯规.....	26
12.1	定义.....	26
12.2	举例.....	26
13	判罚管理.....	26
13.1	继续.....	26
13.2	延缓吹哨技术.....	27
13.3	巧合犯规.....	27
13.4	球员犯规执行.....	28
13.5	犯规汇报.....	28
14	场地图.....	29

比赛总览

比赛由两支球队进行，每支球队派出 6 名球员上场。每支球队进行比赛的目的是将球打入对方的球门从而得分，同时防止对方球队获球打入己方球门。球员们使用手中的球杆控制球，球员可带球、传球、用球杆击球，以及将球滚向或踢向任何方向。具体的违规控球规则将在以下内容详细说明。

1 球场

1.1 球场规格

- 1.1.1 场地——所有在世界棍网球组织下开展的赛事，以及其它世界棍网球同意或批准开展的赛事，都需在长 70 米，宽 36 米的长方形场地举行。

注：未被世界棍网球同意或批准的赛事可将场地长度进行适当调节，长 55 米到 75 米，宽 35 米到 55 米。

- 1.1.2 划线——场地的边线应由白色或有显著对比颜色的线条划分开。场地长的一边作为边线，短的一边作为底线。应有一条垂直于边线的直线将场地分为相同的两部分，称为中线。如场地中间画有商标或者图画，中线将穿过它们。场地的正中心将由一个直径为 10 厘米的圆圈，或“X”标记。中心标记处有一条平行于底线的线穿过。以中心为圆点，半径 5 米处将画有一圆圈。所有的线条应在 5 到 10 厘米的宽度。球门线应有 5 厘米宽，中线应有 10 厘米宽。标志筒或者其他标记应置于场地的四个角，球员换人区两端，以及替补板凳区边界线的交点。所有标志筒或其他标志物将被置于划线部分的最外围。

- 1.1.3 球场区域——球场将被分为两个区域。正在进行防守的球队的球门所在区域为“防守区域”，离此球门最远的场地为“进攻区域”，中线将两个区域划分开。一支球队的防守区域会成为另一支球队的进攻区域，反之亦然。

注：球场划线的具体位置请以世界棍网球提供的 6 人制场地划线为准，详见规则 14。

1.2 球门

- 1.2.1 球门规格——所有的球门由两个垂直于地面，一个平行于地面的刚性管状材料构成，这些管子组成一个边长为 1.83 米的正方形。管子的外侧直径应该在 5 厘米左右，球门应有扁的金属条支撑，厚度不超过 1.27 厘米，详见附录 B。

- 1.2.2 球门放置位置——球门应放置在离边线 25 米处，并保持球门的距离到两个边线的距离相等。

- 1.2.3 球门线——球门的构造应保证球进入球门后不会再次弹出，球一旦过了球门线就算得分。

- 1.2.4 球门颜色——球门柱应为橙色

1.3 守门圈

- 1.3.1 守门圈规格——在每个球门周围将会画有一个半径为三米的圆圈作为守门圈。守门圈的中心为球门线的中点。

1.4 球门网

1.4.1 球门网——每个球门都应配有一个锥形的网格状球网，系于门框之间，连接包括每一个构成球门的金属杆和金属条，确保球不会在进球后滚出球门。构成球网的线条不应该超过 3.80 厘米粗。球门网可以由任何颜色组成，但建议是白色。

1.5 计时与记分人员

1.5.1 计时与记分员位置——计时区域应由以下成员组成-官方计时员，30 秒计时员，官方记分员，以及其他辅助人员。计时器的桌子应放在距边线至少 5 米，与球员的替补席在相同侧。

1.5.2 射门计时员——30 秒计时员应于射门计时结束时用电子或人工喇叭发出指示。

1.6 替补席

1.6.1 替补席规格——替补席与换人区平行且延伸 10 米处，在情况允许时，离边线至少 5 米远。球员的长凳应该被摆在替补席处，并且离边线至少 5 米远。

1.6.2 非球员人员——只有身着队服的球员，主教练，和其他两名非球员人员能在替补席活动。没有身着队服的球员不能在替补席活动。当替补席有人做出过激行为时，主裁判会给主教练带离该人员的指示。在主裁判做出指示警告后，如果该球队不顺从主裁判的指示或者有过激行为的人员回到了该替补席，该球队的行为会被视作犯规。

1.6.3 教练区——一条虚线应该划在离边线 2.5 米远的地方，这条虚线与边线平行，延伸至与替补席一样长。

1.7 罚时区

1.7.1 罚时区规格——每个罚时区应有两张椅子，摆在计时桌两旁。

1.8 换人区

1.8.1 换人区规格——每个换人区为 10 米长 5 米宽，位于替补席旁边。只有即将上场轮换的球员能进入换人区。

2 装备

2.1 比赛用球

2.1.1 比赛用球规格——比赛用球使用实心、光滑、有弹性的材料构成。球的周长应不小于 19.70 厘米，不大于 20.30 厘米。

2.1.2 比赛用球颜色——比赛用球的颜色应为白色或黄色，如果要用其他颜色的球作为比赛用球的话，比赛两队应提前达成协议。

2.1.3 比赛用球——比赛的主办方，或者主场球队（当没有主办方时）将提供比赛用球。比赛结束时用的那颗球将归胜出的球队所有。

2.1.4 底线——比赛的主办方，或者主场球队（当没有主办方时）将在比赛进行时在两个底线外摆出适量多余的球。

2.2 球杆

2.2.1 长度——球杆总长度应该在 100 厘米到 110 厘米之间。

2.2.2 杆头——杆头宽度应为 15.50 厘米到 25.50 厘米之间，在杆头内测的最宽处测量。杆头的两边应由塑料或合成材料组成，杆头两边的厚度不超过 5.50 厘米。

2.2.3 守门杆——守门杆不遵循以上规则。守门杆的杆头宽度距离应为 15.50 厘米到 38.50 厘米之间，在杆头内测的最宽处测量。杆子的长度应该在 100 厘米到 140 厘米之间。

2.2.4 杆身——杆身的材料应为碳纤维、木头，或金属，杆头应和杆身连接。杆身里面不应该添加任何其它物质。任何使杆子的厚度及粗细产生变化的操作都将可能被比赛官方定义为违规用具。

2.2.5 杆尾——杆的尾部必须用塑料，橡胶，胶带包装起来以避免球员受伤。不能使用金属包装杆尾。

2.2.6 停球贴——一些杆头的喉部（内测下方）可能会带有停球贴。停球贴必须和杆身垂直，并且有足够的宽度让球停在上面。停球贴不能有让球卡在它上面的功能，必须让球很轻松地滑出杆头。不管有无停球贴，杆头的喉部到杆头内侧的顶部距离至少应有 25.4 厘米。

2.3 关于违规的球杆

2.3.1 杆头——杆头两侧之间的宽度必须从杆头的中部或停球贴处逐渐变宽，到杆头的最顶部达到最宽，杆头两侧的最窄宽度不应低于 16 厘米。守门员的杆子除外。

2.3.2 网袋——网袋应由 4 或 5 根皮质或合成材料的带子纵向连接，并且由 8 到 12 条网格状的线条横向连接。合成式网状口袋是允许使用的。网袋必须由皮带和线或网状口袋穿过杆头两侧的孔洞从而与杆头连接，连接方法如下：

2.3.2.1 网袋必须以杆头尾部的网连接并固定，除非网袋是用的一体合成式网状口袋（整个网袋已与杆头连接，网袋和杆头一体不可拆分）。

2.3.2.2 网袋的横向线条必须平行于杆头的顶部和尾部，并通过杆头两旁的孔洞连接。（像缝针线一样）杆头底部到最后一条横向穿过杆头两侧的线条直接的距离至少保持 1 厘米。网袋不应有超过两条的射门线（鞋带一样的厚线），每条射门线在经过每个网格时不能交叉或缠绕超过两次。在合成式网状口袋中，每条横向网格只能有一条射门线。冰球带和靴子带不能作为射门线。

每条绳子超出杆头外侧的长度不应超过 5 厘米。

2.3.3 球杆测量要求程序——只有主教练可以要求裁判在暂停或比赛正常停止期间对对方球队进行测量检查。在停止比赛过程中，每支球队的杆测量检查要求不得超过 1 次。在加时赛中，将不允许对进球手的球杆进行球杆测量检查。

2.3.4 违规球杆和进球——如果进攻方球员进球并在比赛恢复之前，要求进行球杆检查测量，并且发现进球者的

球杆是违规的，那么该进球无效。如果认定进球无效，将不会判犯规。

2.3.5 球杆随机检查流程——在整个比赛期间的每节之间和任何暂停期间，裁判可以随机检查任何球员的球杆。根据裁判的判断，任何未能按要求及时向裁判提供球杆的球员，或在提出要求后试图更改球杆的球员，将被判定犯有违反体育道德的犯规。如果该球杆在测量时是违规的，则应另外判定犯规。

2.3.6 没收球杆流程——如果球杆被宣布为违规，则应将其移至计分员区域。比赛结束后，团队可取回球杆。

2.4 个人装备

2.4.1 装备——任何选手均可佩戴紧身手套，护鼻器和护眼罩。所有护眼罩必须满足相关国家、组织或标准的认证要求。球员可以戴处方眼镜或太阳镜，强烈建议您使用防摔框架/镜片。必须穿合适的鞋子。

注意：世界棍网球不保证玩家佩戴的任何护眼罩的安全性或有效性，例如承受球或棍棒撞击的能力，不审核或批准任何国家、组织或认证标准。

2.4.2 护牙套——包括守门员在内的所有球员，都必须佩戴内牙护牙套，该护牙套应与球员的牙齿和下巴匹配，覆盖上颌的所有牙齿，保护球员免受伤害。建议护牙套颜色可见。

2.4.3 守门员——守门员必须戴上防护头盔，戴上覆盖整个脸部和下巴的护具，并戴上松紧带（必须在两侧正确固定），护喉，护胸和护裆（必要时）。护腿板（足球/橄榄球风格），紧身短裤或长裤（带或不带护垫）都可以选择。除守门员的球杆外，守门员所穿的所有装备必须仅用于保护球员的头部和身体，并且不得包含任何其他可协助守门员停球的物品。守门员的护具，球衣和队服短裤/裤子应穿在守门员装备上，并与身体保持一致，以使球衣和短裤/裤子不会协助阻止球。

2.4.4 停止比赛——如果球员没有任何必需的设备，或者在比赛过程中设备被移走，危及安全或增加受伤风险，则必须立即暂停比赛。裁判应像延缓吹哨技术一样延迟哨声，除非在这种情况下没有发出手臂信号。

2.4.5 制服——每支球队的所有合格球员均应穿着统一的球衣，短裤/短裙，或同一种主色调的呢裙裤。穿着运动裤或紧身裤的球员必须穿着相同的颜色。不允许穿其他形式的制服，包括但不限于翻领和/或重新缝制的球衣。任何不遵守此规则的球员或守门员均不得参加比赛。

2.4.6 球衣号码——球队名单中列出的每位球员和守门员在球衣的正反两面都应印制一个至少 25 厘米高的个人号码。球员的名字不是球衣的必要元素。球员球衣的正反两面的号码必须相同，并且同一支球队不得有重复的号码。球衣上的数字应为一位数或两位数。数字范围为 0 到 99。

2.4.7 主场球衣——客队应将其将在比赛中穿着的球衣颜色通知主队，主队必须穿着有对比色的球衣。

2.5 禁止使用的个人装备

2.5.1 头盔摄像机——任何球员均不得佩戴任何形式的身体或头盔式运动摄像机，或穿戴或携带可能会危及他们或其他球员的设备。

2.5.2 首饰——球员不得佩戴珠宝或身体穿孔类饰品。医疗警示物品和/或宗教物品除外。如果已经佩戴，则必须将此类物品牢固地粘在身体的相关部位，以防止其与另一名玩家的球杆或装备缠在一起。

2.6 教练认证

2.6.1 认证——主教练的赛前装备认证将作为团队告示。主教练应在赛前向主裁判证明所有球员：

2.6.1.1 被告知哪些装备是强制性的，什么构成违规装备；

2.6.1.2 已提供规则规定的装备；

2.6.1.3 已被指导在比赛期间需穿戴和如何穿戴必需的装备；

2.6.1.4 已被告知在比赛过程中发现装备不合法时，要通知教练组；

2.6.1.5 主教练检查了她们的球杆、制服和所有其他装备是否符合规格。

注意：认证是通过裁判要求主教练回答：“教练，您的所有球员是否按照规定配置装备？”

3 团队

3.1 球员人数

3.1.1 球队名单——在有效名单上，任何球队都不得超过 12 名球员，其中应包括至少 1 名守门员。

3.1.2 合格的球队名单——在每场比赛开始前，主教练应列出有资格参加比赛的球员和守门员。

3.1.3 提交合格的球队名单——必须在比赛开始前至少 20 分钟将两个代表球队阵容中所有 12 名球员的姓名和号码的球队名单输入官方记分表，并且不得对名单进行任何更改或补充。两队队长的姓名均应包括在名单中。另外，每支球队的指定主场都将注明在阵容和犯规记录表上。

3.1.4 比赛开始人数——一支完整的球队须有 6 名场上队员，包括 5 名场上队员和 1 名守门员，至少达到此要求才能开始比赛。每支球队在场上时刻必须有 1 名守门员。如果球队因伤病或球员因犯规或驱逐犯规等原因不能保留 6 名球员参加比赛，则少于 6 人的球队可以继续比赛。

3.1.5 守门员球员——当守门员丧失行为能力时，在该比赛的球队名单上有资格的球员应被允许穿戴守门员的装备替补担任守门员。

3.1.6 替补席——主队决定在比赛中选择他们将占据的替补板凳区域。在世界锦标赛或类似的重大赛事中，或在主办单位认为有必要的任何赛事中，主队面对板凳区时将被分配到左边的板凳区。在发生争执的情况下，客队应是先走出更衣室的。

3.1.7 驻守球员 (in-home) ——在比赛开始前，主教练应向主裁判指定驻守球员。驻守球员可以是除守门员以外的任何队员。他将承担无法明确球员号码的犯规、30 秒、1 分钟、驱逐或守门员犯规。如果此类犯规出现时是多人犯规，则被处罚球队主教练要指定除守门员外的其他队员一起承受犯规处罚。

3.2 队长

3.2.1 特权——每队应有一名队长，队长有权单独与裁判讨论比赛中可能出现的与规则解释有关的任何问题。比

赛教练、比赛球队经理或守门员不得担任队长。

- 3.2.2 与裁判的沟通——队长只有在裁判邀请时才有讨论任何与规则解释有关的问题。在讨论对规则的解释之前，队长需要请裁判发言。
- 3.2.3 对犯规的投诉——对犯规的投诉不是“与规则解释有关的”问题，任何队长或其他球员提出这样的投诉都将被判犯规。

3.3 教练

3.3.1 职责——主教练有责任确保其球员穿着适当、合规的比赛服装和装备，并按照本规则规定的赛前和比赛流程随时准备比赛。主教练对所有非参赛队员和所有与球队正式联系的人员的行为负责。主教练有责任与裁判们合作，时刻与球员保持比赛的控制，不诱导观众表现出糟糕的体育精神。如果做不到将导致犯规，并可能被逐出比赛和仲裁机构的额外追罚。

3.3.2 责任——由主教练负责查看：

3.3.2.1 比赛场地是否适合比赛；

3.3.2.2 计时员和计分员已到场，并已准备好执行各自职责所需的所有设备，和；

3.3.2.3 提供球和相关管理人员；

注：在世界锦标赛或类似赛事中，赛事组织者将负责上述工作，包括本规则规定的所需设备。

3.3.3 球员兼教练——球队的一名或多名教练可以是球员兼教练。比赛开始前，必须将上述球员教练的球衣号码告知主裁判和对方主教练。当教练在教练席区域内时，不得戴头盔或护目镜。

3.3.4 代替主教练——在主教练缺席的情况下，主教练的权力和责任将由球队提名的助理教练负责。如果没有助理教练，主教练的权力和责任将落在该队指定的队长身上。

4 比赛控制

4.1 裁判

4.1.1 职责——比赛由三名裁判控制，其中一人为主裁判。他们的职责在各方面均应平等，但在解决任何争端时，主裁判的决定为最终决定。裁判对比赛、官方计时员、处罚计时员、官方记分员、球员、替补、教练、任何与球队正式有联系的人和观众拥有控制和管辖权。每一场比赛开始前，裁判员应确保指定的计时记分桌人员已就位，并确保计时和信号设备正常。

4.1.2 权威——裁判的权威应从他们在赛场露面开始，到裁判退出赛场时才终止。任何裁判都可以暂停或停止比赛，当他们认为有必要执行这些规则来确保比赛顺利进行。

4.1.3 处罚——官员有责任对违反本规则手册规定的行为进行处罚。裁判应指定任何犯规并向官方记分员或处罚计时员报告。裁判应注意将双方球员隔离在罚时区，防止发生争吵。

4.1.4 事件报告——裁判应在比赛记录表或特殊事件报告中详细报告下列任何事件：

4.1.4.1 参与比赛的任何人所做的每一个猥亵的手势或声明，包括对种族、性取向等的评论，无论是参与者，还是任何队伍的代表；或他们亲自观察到：

4.1.4.2 任何观众与任何球员或非参赛队员发生争执；或

4.1.4.3 当球员或教练被驱逐出场时。

4.1.5 进球报告——裁判记录各队的进球。每节比赛结束时，裁判应与官方记分员核对得分情况，但官方记分员的记录为比赛的官方得分。

4.2 计分人员

4.2.1 计时员——官方计时员必须准确记录每一节的时间、两节之间的间隔时间和所有其他的暂停。当暂停或暂停超时，计时员鸣喇叭恢复比赛。计时员的喇叭本身并不停止比赛。

4.2.2 处罚计时员——每场比赛应有两名处罚计时员，并配备计时器，以秒为单位记录时间。处罚计时员应位于罚时区后面的计时桌的两侧。处罚计时员应按裁判要求的任何犯规时间，并可将处罚时间倒数报给相关球员和任何可能即将上场以代替被处罚球员的替补球员，如下：“10 秒、5 秒、4 秒、3 秒、2、1、释放(release)”。

4.2.3 官方记分员——每场比赛必须有一个官方记分员和至少一名助理。官方记分员应准确记录各队的进球数、进球时间和助攻。官方记分员应记录进球球员和助攻球员的姓名和号码，并保持准确的暂停记录(球队、裁判、电视)，如果任何一支球队超过允许的人数，通知裁判。官方记分员记录受处罚球员的姓名、号码、犯规类型、发生犯规的那一节时间和判罚时长。当任何球员在比赛中累积三次或三次以上重大犯规(犯规出局)时，官方记分员必须通知裁判。记分员应记录两队驻守球员的姓名和号码。

4.2.4 射门计时员——30 秒射门时限计时员应控制一个独立的计时设备，除了每一节最后 30 秒，需在整个比赛过程中包括加时赛中使用该设备计时。虽然 30 秒射门计时员在 30 秒计时结束时可以使用喇叭或电子设备发声，但该裁判有责任向任何违反 30 秒计时的行为发出信号。

4.3 裁判错误

4.3.1 判罚——当裁判、官方计时员、处罚计时员、射门计时员或官方记分员意识到因疏忽而导致某一球员或球队受到处罚时，他们应立即纠正错误。如果在错误被纠正之前进球，并且在比赛恢复前这个错误被裁判员发现，裁判将视情况而定进球是否有效。

4.4 无意的犯规信号和吹哨

4.4.1 程序——在无意的哨声响起时，比赛必须立即停止。在出现因疏忽而延误的犯规示意或喇叭响的情况下，裁判应在不影响即将到来的进球机会的第一时间停止比赛。球权授权如下：

4.4.1.1 由于疏忽的哨声，在哨声响起时拥有或有权拥有控球权的球队应以控球权重新开始比赛。如果在哨声响起时双方都没有或无权控球，则球权应根据交替控球规则授予。

4.4.1.2 如果因疏忽未示意犯规，导致比赛继续进行并进球，则判定该进球有效，比赛将在场地中心开球重

新开始。

- 4.4.1.3 当因疏忽而延迟的判罚进行时，球应判给正控球的球队。除了开球阶段，其他时候需要在最近的边界的 2 米以内重新开始比赛。

5 时间相关

5.1 比赛时长

- 5.1.1 比赛时长——比赛时间为 4 节，每节 8 分钟，除规则 5.3.2 中规定的任何比赛中断外。

5.2 节间休息

- 5.2.1 节间暂停——第一和第二节以及第三和第四节之间有两分钟的休息时间。在这些时间间隔内，所有比赛规则将继续有效。
- 5.2.2 中场休息——在第二和第三节之间，有 5 分钟的中场休息。球队可以在中场休息时离开替补席。
- 5.2.3 比赛换向——在每一节结束时，包括每节加时赛，每队都应改变他们的比赛方向。球队在前一节的防守区变成了他们的进攻区，反之亦然。

5.3 比赛时钟设置

- 5.3.1 比赛开始——当裁判吹哨开始每一节的第一次开球时，比赛计时开始。

- 5.3.2 停止原因——所有时钟的停止只会发生在：

- 5.3.2.1 在任何类型的暂停期间；
- 5.3.2.2 进球后，裁判吹哨；
- 5.3.2.3 在一节结束时；或
- 5.3.2.4 第四节最后两分钟变成死球时。

在加时赛期间，裁判每次吹哨都要进行开始和暂停计时的切换。

5.4 射门限时钟设置

- 5.4.1 射门限时钟——当一支球队控球后，会有一个 30 秒的射门时限。计时器应在以下情况重置：

- 5.4.1.1 如果射门击中球门柱或从守门圈内的守门员身上弹回，符合以下条件的：

- 5.4.1.1.1 当球被飞出时，球员的球杆头部在球门线延长线的前方，才可视为射门；且
- 5.4.1.1.2 在计时结束前，球必须离开球员的球杆；

- 5.4.1.2 所有犯规；

- 5.4.1.3 球权变化;
- 5.4.1.4 因防守受伤而停止比赛; 或
- 5.4.1.5 在一个有效进球后, 并且裁判完成 5 秒的取球倒计时后 (详见规则 6.7.7), 射门时钟以下情况不得重置:
 - 5.4.1.5.1 如果不是来自球门延长线前方的射门;
 - 5.4.1.5.2 在球队或裁判暂停时;
 - 5.4.1.5.3 如果球在守门圈之外击中守门员或防守队员, 规则 11.10 和 12.2.6(危险推进)除外; 或者
 - 5.4.1.5.4 如果比赛因进攻受伤而停止。

5.5 突然胜利法加时赛

- 5.5.1 加时赛——当常规比赛时间结束时双方比分平手, 比赛将继续进行, 并以突然获胜的加时赛进行。
- 5.5.2 每节加时比赛有 4 分钟时间, 直到进球为止。
- 5.5.3 在第一个加时赛开始前和随后的加时赛之间有两分钟的休息时间。
- 5.5.4 如果在第一个加时赛(即双方均未进球)后双方仍处于平局状态, 则会有 2 分钟的休息时间, 然后是第二个突胜加时赛(4 分钟)。这个过程将持续到第一个进球。

5.6 比赛开始与加时

- 5.6.1 投掷硬币——比赛开始前, 通过投掷硬币确定两队最初的进攻/防守区域。客队的队长宣布掷币决定。掷硬币的获胜者选择交替控球权或该队在第一节防守的球门。在第一个突胜加时赛之前, 将进行一次额外的掷硬币来决定第一个突胜加时赛的交替控球权或防守球门。

5.7 比赛中断或不完整

- 5.7.1 天气中断-如果主裁判和/或赛事的首席裁判认为天气条件和/或闪电导致比赛不适宜继续, 那么比赛将根据世界棍网球闪电协议暂停。所有参赛者, 包括球员、裁判、计分区官员、球员等, 应尽早进入室内。
- 5.7.2 在天气中断后重新开始比赛——如果随后有可能继续比赛, 则双方应在重新开始比赛前在场地上进行热身, 如下:
 - 5.7.2.1 如离场到重新进场的时间延迟超过 20 分钟, 则可进行 10 分钟热身。
 - 5.7.2.2 经双方教练同意, 上述热身时间可以修改。
- 5.7.3 未完成比赛——如果由于黑暗、恶劣天气或任何主裁判认为球员的安全受到威胁的情况而无法完成比赛, 那么这种未完成的比赛将提交给管理机构进行结果裁决。

5.8 比赛违约

- 5.8.1 未出现或未完成比赛——如果对手未能在指定的时间和地点出现, 或因任何原因未完成比赛, 该队将被宣

布为比赛的获胜者。在这样一场被违约的比赛中，比分为获胜队 1-0 对违约队。

- 5.8.2 未能遵守——如果场地不符合本规则所规定的规格，客队将被宣布为比赛的获胜者。任何不可避免的当地条件必须在比赛前一天以书面形式得到同意。

6 比赛的进行

6.1 比赛前

- 6.1.1 热身——球队在赛场上进行热身时，应在离本队替补席最近的半场进行热身。
- 6.1.2 与队长讨论——在比赛开始前约 5 分钟，裁判员将队长召集到场地中央。此时，应解释任何特殊的基本规则。
- 6.1.3 列队——裁判员应在场地中央将各队的首发队员排成面对面的队形，左侧朝着防守球门。任何特殊的基本规则都应加以说明。

6.2 球的状态

- 6.2.1 活球——一旦哨声响起，开始或重启比赛，例如开球时，当球出界后被取回场内继续比赛时，或者当有人犯规球被放回继续比赛时，那么这个球是活球。
- 6.2.2 死球——当哨声响起使比赛停止时，例如因为进球、球出界、或者哨声响起表示犯规，那么这个球就是死球。
- 6.2.3 犯规——如果犯规被判罚，比赛继续进行，那么球仍然是活球。

6.3 球权

- 6.3.1 球员控球权——球员在控球时应被视为拥有球权，并能执行任何正常的比赛功能，如持球、运球、传球或射门。
- 6.3.2 球队控球权——当该队的一名球员控球(球员控球权)，或通过投掷、弹跳或滚球的方式将球传给队友时，该球队被视为拥有控球权。
- 6.3.3 无控球——没有球员或球队控球的球称为无控球。

6.4 中心开球

- 6.4.1 计时——每一节和加时赛均以场地中心开球开始，但有以下例外情况：
- 6.4.1.1 如果在上节结束时，场上两队人数不一致，则下节由上节结束时拥有球权的球队在相同位置发球。但如果上节结束时，两队都没有球权，则仍然通过场地中心点开球。
- 6.4.1.2 如果新的一节的开球即将开始，而有一方违反了拖延比赛的规定，则控球权应判给非犯规一方。由裁判员决定，多次迟延犯规可以成为违反体育道德的行为。

6.4.1.3 如果球队的球员、替补队员、教练或非比赛队员在开球前犯规，球将在场地中心判给非犯规球队。
所有场上的非犯规球员都可以立刻进入中场圆圈。

6.4.2 开球手站位——两名开球手面对站立，一只脚踩在中心点标记处，双手和双脚位于杆头左侧。她们的球杆需置于臀部以上的空中，球杆与中场线平行。球员握着球杆底部的手不能高于靠近杆头的手。杆头背靠背，杆头右侧壁向下使球顶在两个拍头之间，球员站立于球和防守球门之间。球员的手不能触碰到球杆的杆头喉咙和杆头侧壁以及球网。

6.4.3 队员站位——站在中场圆圈之外的球员必须留在圈外，直到当一方球员拿到球权，或者球触碰或越过中场圆圈的线，或者球出界时。

6.4.4 开球准备——裁判应指示双方球员担任各自的开球位置。当开球球员担当各自的开球角色时，裁判会将比赛球放入双方开球球员球杆的上半部分并说：“set”。说出：“set”时，双方球员必须保持不动直到裁判哨声响起以示开始比赛。

6.4.5 开球动作——当裁判吹哨时，开球球员必须马上开球，并把球杆向上拉且相互远离。两位开球球员即可开始争球。球的飞行高度必须超过两名开球手的头部。

6.4.6 错误吹哨——如果裁判发生错误的吹哨，球员们必须在中心点重新开球。

6.4.7 出界——当球出界时且无法认定球权归属时，球权将进行交替球权处置。

6.4.8 巧合的犯规——如果双方球员在开球时都犯规，或无法确定是哪一方的犯规，或者裁判认为因为没有正确进行而导致开球不成功，裁判可以安排重新开球；如果第二次开球继续出现以上情况，球权将进行交替球权处置。

6.5 球回场

6.5.1 犯规——当球处于进攻区域时，球不能被进攻球员带回到防守区域。当此项犯规发生时，裁判可判定为球回场犯规，球权必须交给未犯规方并立刻重新发球。同一球队的队员可以通过击球保持球在进攻半场，但是当他们的脚在防守半场，或者触碰中场线，且触球时，可被判为“球回场（over and back）”。

6.5.2 无犯规——下列例子可视为不是球回场犯规：

6.5.2.1 射门后球弹回到了防守半场。

6.5.2.2 无控球离开了进攻半场，最后由防守队员碰到。

6.5.2.3 无控球正在离开进攻半场，防守球员被认定为无球犯规且处于需继续的状态，或导致球在防守区域出界。

6.6 重新发球

6.6.1 时间和位置——在球队的防守半场，裁判示意可开始比赛，球应在停球的地方重新开始。但此次发球必须在离球门 15 米外的地方开始。在球队的进攻半场，必须在离停球点最近边界线的两米内发球。裁判应该尽快恢复比赛，当对方球员在与获得球权的球员在三米范围内，对方球员必须离发球球员至少三米远方可发

球继续比赛。

- 6.6.2 推迟——违反三米距离要求是程序违规的犯规(慢哨)。在任何重新开始时,任何进攻球员都不得在持球球员的三米范围内。裁判应指示快速恢复比赛,不用刻意去找重新发球的确切位置。仅当距离优势明显时,才应推迟重新发球。
- 6.6.3 出界——球出界时,重新发球点根据出界位置而定。裁判吹哨时,重新发球的球员必须已经在界内。发球员不能从界外跑入发球。发球点距离出界点至少 2 米远发球,如果出界点靠近换人区,发球点必须离换人区域至少 5 米。
- 6.6.4 处罚时间——当犯规发生,且裁判完成罚时判罚,球权交给未犯规方并在他们的进攻半场的中场线前两米内且离换人区至少五米的距离处发球。
- 6.6.5 比赛暂停——比赛暂停结束后,获得球权的队伍发球时必须比赛暂停的位置上发球,并且离最近的边界线两米内。边界线可以是球场中线。
- 6.6.6 球权延续——当一节结束时的球权需延续到下一节,下节开始必须在上节球权的相同位置重新发球,如果球在球队的进攻区域,必须在离边界线的两米内发球,边界线可以是球场中线。
- 6.6.7 进球之后——在进球之后,门将需从门网里取球并准备好继续比赛。裁判需喊出 5 秒取球倒计时,并在略低于肩膀的高度处进行波斩动作来代表倒计时。如果门将没能在 5 秒内取出球并准备好继续比赛,球权将交换给另一队。5 秒取球倒计时结束后,裁判可鸣哨示意比赛继续,重置射门倒计时。此时裁判进行 5 秒的守门圈倒计时。(前后有 2 次 5 秒倒计时,分别为取球倒计时和守门圈倒计时)

6.7 得分

- 6.7.1 得分定义——当球穿过球门平面视为进球,不论该球进球前是否有球权归属。
- 6.7.2 进球者——最后一位进攻方的球员碰到球,并给予球足够的力量使得球完全的进入球门可视为进球者。当防守球员碰到球并给予球足够的力量使得球完全进入球门可视为乌龙球,并把得分记到进攻球队的驻守球员身上。
- 6.7.3 比赛结果——比赛结束时得分更高的球队将被宣布为比赛的获胜者。
- 6.7.4 比赛弃权/未比赛——如果开赛时球队包括处罚区内的所有球员少于六人,即可判定为比赛弃权,比分为 1-0。当球队选择不出现在比赛现场时,即可判定为无比赛。
- 6.7.5 进球无效——当球越过球门的平面,并且发生以下情况时,可视为进球无效:
- 6.7.5.1 当球未能在小节结束前出手,或未能在射门倒计时结束前出手,不论裁判是否吹哨;
 - 6.7.5.2 裁判因任何原因鸣哨后,即使哨声的响起可能是无意的;
 - 6.7.5.3 当进攻方的球员干扰了守门圈内的守门员;
 - 6.7.5.4 当进球者为不合规或被犯规驱逐的球员;

- 6.7.5.5 当进球者所在球队的球员在场人数超过规定球员人数（除开处罚区域的球员人数）；
- 6.7.5.6 当进攻球队的守门员处于进攻半场内；
- 6.7.5.7 当进攻球员的球杆在射门时杆头脱落；或
- 6.7.5.8 如果进球后，裁判在下一次活球前认定进球者的球杆不合格。

6.8 球出界

- 6.8.1 暂停比赛——当球出界时，比赛应当暂停
- 6.8.2 有球权时——当持球球员踩到或者跨越边界线，或球杆和身体任何部位触碰到或跨越边界线地面时，此球可视为出界，并且该球员会失去球权。出界之后，球权应交给对方球队在出界点附近已就位的队员来继续比赛。
- 6.8.3 无球权时——当无控球触碰或者跨越边界线时，或者球碰触边界线上或线外的任何东西，或者是球已不可挽回的离开了赛场时，此球可视为球出界，出界前最后一次触碰到球的球队交出球权给对方。这种也可以适用于进攻球队射门后球碰到球门门柱后出界，或射门后球未触碰球门门柱和防守球员后直接出界。

6.9 挡拆

- 6.9.1 挡拆站位——进攻球员可使用挡拆，挡拆球员必须站定且不能移动，必须以正常姿势站立。

6.10 暂停

- 6.10.1 裁判暂停——裁判可以因任何合规的理由呼叫暂停，来确保比赛的安全性。
- 6.10.2 受伤暂停——当球员受伤时，如果裁判认定以下的情况：
 - 6.10.2.1 伤势严重；
 - 6.10.2.2 球员出血；或
 - 6.10.2.3 球员有进一步受伤的风险；比赛应当即将暂停，或当发生以下情况时，裁判可推迟鸣哨：
 - 6.10.2.4 进攻球队控球，裁判认为进攻球队即将进球，裁判可按照“延缓吹哨”里说明的方式推迟鸣哨；
 - 6.10.2.5 当球是无控球，裁判可等到其中一队拥有球权时再叫暂停。如果裁判认为即将进球，裁判可推迟鸣哨。
- 6.10.3 受伤球员——如果比赛时钟必须被暂停以允许受伤球员被治疗，除非球队使用球队暂停，否则受伤球员必须在下次开球前离开赛场，可在下一次死球时回到赛场。如果受伤球员出现流血，伤口应被处理/消毒后，方可返回赛场。
- 6.10.4 球队暂停——当球队拥有球权且在进攻半场，或在死球后获得球权时可申请暂停。球队教练和拥有球权的球员可叫暂停，该请求向裁判提出。

6.10.5 暂停时长——球队每个半场可拥有两次球队暂停，每四分钟的加时赛可拥有一次球队暂停。每次暂停时长为 30 秒。在小节之间叫的暂停会被记录在下一个小节里。球队不可在未恢复比赛的情况下连续叫两次暂停。球队可在比赛开始前叫暂停。

6.11 比赛用球卡在装备或球杆里

6.11.1 卡在队服或装备里——当球卡在球员的队服或装备里时，比赛即刻暂停，球权使用交替拥有原则授予。

6.11.2 卡在球杆里——如果球卡在球杆里，裁判应当立即鸣哨，球权交给对方。当球员失去球杆，且球卡在球杆里时，此规则同样适用。

6.11.3 守门员——当守门员位于守门圈内时，上述两项规则不适用于守门员。此时球权应当授予防守球队。

6.12 球卡在球门上

6.12.1 条件——如球卡在守门圈内或门网上，裁判应暂停比赛，且球权应当授予防守球队。

6.13 交替球权

6.13.1 交替球权决定——当裁判无法认定球权时，球权应当交替授予。在开场时赢得掷硬币的球队可选择球队防守的球门，或第一次交替球权。加时赛时，赢得掷硬币的球队可选择球队防守的球门，或第一次交替球权。记分区应有人员记录交替球权使用情况。如果出现争议，以裁判判决为准。

7 换人

7.1 换人

7.1.1 过程——当替换迫在眉睫时，随时可以通过换人区进行轮换。替补球员必须在换人区等待他们要替换的球员离开比赛场地后，才可以进入比赛场地。球员可以随时替补，可以在中心线的任一侧进行替补。

8 守门圈和守门员

8.1 守门员

8.1.1 任命——每个球队必须始终有一名守门员在比赛场上。守门员是穿着守门员强制性防护装备的球员。如果守门员被另一名球员替换时，则该球员必须穿戴守门员强制性的防护装备，并被视为守门员。

8.2 守门员的特权

8.2.1 特权——守门员在守门圈里时，拥有以下特权和保护：

8.2.1.1 守门员可以用球杆或身体以任何方式阻挡球。当球在守门圈内的地面时，无论是移动还是静止，守门员都可以用手击球或引导球。守门员不能用手持球、接球，或用手捡球。

8.2.1.2 无论守门员是否拥有球, 在守门员处于守门圈内时, 任何对方球员都不得主动触碰守门员或其球杆。进攻方可以在不碰触守门员的情况下, 争抢守门圈内的无控球。

8.2.1.3 除非球在球杆中, 如果守门员的球杆的任何部分, 延伸出了守门圈上方假想圆柱体外, 该球杆将被视作其他普通球员球杆, 可被触碰和敲击。

8.3 守门圈有关限制

8.3.1 身体对抗——当球在对手半场, 处于活球时, 进攻球员不得进入对手的守门圈或接触圈内任何部分。

8.3.2 重新进入——守门员或防守球员在守门圈外拥有球的情况下, 不得持球进入守门圈。一旦球队在守门圈内获得球权, 而球随后离开守门圈, 则在对方球队获得球权之前, 球队不得故意将球返回到守门圈内。

8.3.3 五秒倒计时——在守门圈内的防守队员不能在圈内持球超过 5 秒。如果球员试图通过故意丢球然后捡起球来规避五秒倒计时, 则该球员将被判犯规。

8.3.4 守门员——如果守门员在守门圈外控球, 将扔入或引入守门圈内, 以试图重新获得球权或重置五秒倒计时, 则守门员将被判犯规。

8.3.5 位置——球员的身体任何部位接触到守门圈时, 都被视为在守门圈内。当球员的身体任何部分都没有接触守门圈内任何区域, 并且身体的一部分接触到守门圈外的地面时, 该球员被视为在守门圈之外。无论戴手套的手是否握住球杆, 带手套的手都不被视为球杆的一部分。

8.3.6 防守球员——防守球员可以进入守门圈, 以防止滚球越过球门线。

9 犯规

9.1 三种犯规类型

9.1.1 犯规——犯规是球员违反比赛规则进行的不正当行为。犯规时, 可能会对球员判处 30 秒, 1 分钟或驱逐的判罚。

9.2 犯规判罚时长

轻微犯规——性质不太严重的犯规, 即使第 10 节中没有具体描述, 涵盖了除严重犯规和驱逐犯规外的所有犯规。

9.2.1 轻微犯规的判罚——轻微犯规的判罚如下:

9.2.1.1 犯规时, 如果对方球队无球权, 交出球权即可。

9.2.1.2 犯规时, 如果对方球队拥有球权, 则犯规队员需罚时 30 秒。

9.2.2 严重犯规——严重犯规是指性质更严重的犯规。

9.2.3 严重犯规的判罚——对严重犯规的判罚如下:

- 9.2.3.1 严重犯规时，不论对方是否有球权，都需要罚时 1 分钟。当一个球员发生 3 次严重犯规时，将不能再继续本场比赛。
- 9.2.3.2 对于 9.2.4.1 规则里的情况，如果是因为球队官员或守门员的犯规，导致记到驻守球员身上的，不计入这 3 次的限制。
- 9.2.4 驱逐出场犯规——去除犯规时性质上最严重的犯规，犯规时，犯规者直接驱逐出场。
- 9.2.5 驱逐犯规——驱逐犯规的判罚如下：
- 9.2.5.1 驱逐犯规的判罚是犯规者在比赛余下的时间里不得再上场，驻守球员在罚时区受罚 2 分钟。
- 9.2.5.2 如果球员、教练、球队的非比赛成员，或与球队有正式联系的人员犯规，则犯规球队的驻守球员将罚满 2 分钟，并加上驱逐队员到换人区前被判罚的其他处罚时间。被驱逐出场的球员将一直受到球队教练的监督，直到比赛结束，无论他们被驱逐后是否呆在替补席板凳上。
- 9.2.5.3 如果球员、替补队员、教练、球队的非比赛成员或与球队正式有联系的任何其他人犯规，则赛事首席裁判应在比赛结束后立即向比赛相关机构书面报告该事件。如果没有首席裁判，则由该场比赛的主裁判写该报告。报告应表明要么认为驱逐对有关人员是足够的惩罚，要么认为需要采取进一步的行动。然后应根据相关法律和/或理事机构的规定处理该事件。
- 9.2.6 罚退——任何球员犯了三次或以上的严重犯规(或开除犯规)，将被“罚退”，并且不得再参与比赛。替补球员此时替补进入比赛。如果被罚退的球员想要重新加入比赛，球员需要获得特殊许可才可以。

10 轻微犯规

10.1 干扰：

- 10.1.1 当双方球员距离无球权归属的球 3 米以上时，不能以任何方式干扰对方跑向无球权归属的球。
- 10.1.2 球员不能用身体或球杆来干扰正在追逐有球对手的球员。
- 10.1.3 球员不能过于贴身防守无球对手，阻止其自由移动。
- 10.1.4 冲、撞、推入、压低头和肩膀，或者倒退向已经确定位置的对手。不要求对手处于静止状态。本规则未禁止合规的进攻挡拆。
- 10.1.5 朝向对方的脸前推、冲击、敲杆。

10.2 推人：

- 10.2.1 球员不能用球杆、肘部或身体推对手。这包括抵挡。如果有一只手臂从球杆上离开，该手臂/肘部不能用来保护球杆。

10.3 违规挡拆：

-
- 10.3.1 任何进攻球员不能主动向防守队员做冲撞接触，以阻止对方防守其他队员。挡拆接触前，进攻球员必须是以正常姿势站立不动的。
- 10.3.2 任何进攻球员不能通过伸长球杆来妨碍防守球员的正常移动。
- 10.4 顶人：
- 10.4.1 球员不能使用球杆或身体的任何部位顶住或拉住对手的身体、衣服或球杆。
- 10.5 将球扣留：
- 10.5.1 球员不能以任何方式扣球。
- 10.5.2 球员不能躺在地面球的上面。
- 10.5.3 球员不能用球杆在地面上压住一个球，超过铲球的正常所需时间，拨动球是允许的。
- 10.5.4 持球者不能通过将杆头紧贴身体，防止球掉落。
- 10.5.5 持球者不能用手抓住拍头的任何部分，使得球无法掉落（包括不能用拇指挡住球）。
- 10.5.6 球员运球时，不能将球举过肩膀以及贴脸，导致对手无法正常敲杆。
- 10.6 持杆违规动作：
- 10.6.1 球员任何情况下不能主动丢杆。
- 10.6.2 除了位于守门圈以内的守门员之外，任何球员不能丢杆，至少要有一只手抓杆。位于守门圈以外的守门员丢杆后，必须立刻捡起球杆，才能继续参与比赛。
- 10.6.3 任何球员不能使用折断的球杆比赛，如果球杆在比赛过程中断裂，球员应立即拿着断裂的球杆离开比赛场。如果折断的球杆有导致受伤的危险，应立即暂停比赛。
- 10.6.4 如果场上的球员想和场下的球员更换球杆，场上这名球员必须先离开场地到替补席或换人区才能交换球杆。
- 10.6.5 如果球员以任何合规的方式掉落，捡回球杆会犯规，则适用“延缓吹哨”的规则。若球杆掉在守门圈内，可能妨碍守门员守门，则比赛需要立刻暂停。
- 10.6.6 当对手准备接球，且球不在球杆中时，任何球员不能敲击对手的球杆。这个规则不适用于：偶然的，空杆公平争抢球权时的球杆碰撞。
- 10.7 球队官员违规：
- 10.7.1 教练、训练师或球队其他正式工作人员不得：
- 10.7.1.1 在暂停或节间休息时间之外，未经裁判许可进入比赛场地；
- 10.7.1.2 通过人工辅助工具与场上球员交流；

-
- 10.7.1.3 离开位于换人区与球门线之间的板凳区域。
- 10.7.2 教练可以在板凳区域与场上球员正常交流。
- 10.7.3 场边可以使用技术工具做指导帮助，但这些技术不能被用于质疑裁判的判罚。
- 10.8 程序违规：
- 10.8.1 任何不遵守本条规则或其他规则的犯规，均可吹程序违规。
- 10.8.2 在计时员授权之前离开罚时区为犯规。犯规球员需返回罚时区，罚满计时。
- 在任何停赛期间，除中场休息外，处于罚时的球员不得离开罚时区。
- 10.8.3 拖延比赛。如果球员在停在期间击球、踢球或扔球，球员可能被判为拖延比赛，由裁判酌情判断。
- 某队拖延比赛的情况：
- 10.8.3.1 某节开始了，但球队还没准备好。
- 10.8.3.2 因犯规或界外球停球后裁判示意重新开球，某队还没准备好比赛。
- 10.8.3.3 当裁判调整装备后示意重新开球，某队还没准备好比赛。
- 10.8.3.4 在一名受伤的球员被照顾后重新开球，某队还没准备好比赛。
- 10.8.3.5 任何裁判认为的其他拖延比赛的行为。
- 在当一支球队因拖延比赛被判罚，并需要罚时时，由该球队指定的“驻守球员”来接受罚时。
- 10.8.4 场地界外球员参加比赛是程序违规。
- 10.8.5 中心点开球吹哨时，每个指定区域的参赛球员数量不符合标准是程序违规。
- 10.8.6 死球后重新发球时，必须与场上其他球员保持至少 3 米距离，否则是程序违规。
- 10.8.7 任何违反换人规则的行为。
- 10.8.8 任何违反守门圈规则的行为。
- 10.8.9 任何违反暂停比赛规则的行为。
- 10.8.10 场上球员超出规定人数要求时（但暂停时和场间休息时除外）。
- 10.8.11 超过 1 名主教练和 2 名非球员人员在球队替补席或教练席。
- 10.8.12 球员换人必须从换人区上下，除非是每节开始和结束时或暂停期间。受伤人员可以不从换人区下场。
- 10.8.13 除非得到裁判的允许，否则球队的任何人员只能留在球队板凳区与裁判沟通（除非是队员合规的正处于比赛场或换人区或罚时区）。
- 10.8.14 球员不得进入对方球队的板凳区。如果在比赛过程中，球员无意中从比赛场地跑进对手板凳区，只要立刻

离开对手板凳区，不算犯规。

10.8.15 守门圈外拥有球的守门员不能将球抛入或引导球进入守门圈，以求重新获得球权或重新设定 5 秒计时。

10.8.16 守门员不能故意丢球，然后捡起，从而重新设定 5 秒计时。

10.9 装备违规：

10.9.1 如果裁判发现球员穿着的护具或饰品是违规的，裁判应要求队员调整合规。球员首次犯规不判罚。如果球员不合规，则不允许上场，直到着装合规，此时可以立刻替换上场。

10.9.2 同一球员第二次违规，判罚为轻微犯规，并下场，直到着装合规。

10.10 越位：

10.10.1 当守门员的身体（包括球杆上戴手套的手，但不包括球杆本身）触及、踩或越过中心线时，球队越位。

10.11 迟到：

10.11.1 当一支球队未能在指定的比赛开始时间上场准备比赛时，该球队判为一次轻微犯规。

10.12 用手将人推开：

10.12.1 拥有球权的队员不能使用未持杆的手或手臂、或身体的任何其他部分来握住、推动或控制对手的球杆或身体的运动方向。

10.13 违规守门圈防守：

10.13.1 当进攻球队在进攻半场拥有球权，防守队员位于球门延长线后，且与持球队员在一根球杆杆范围外，却仍然停留在守门圈内防守的。

11 严重犯规

11.1 违规身体碰撞：

11.1.1 对任何形式的对手进行身体碰撞都是违规的。

11.2 球杆挥击：

11.2.1 球员在任何情况下都不能故意地恶意或鲁莽向对手的球杆大幅挥击，在这种情况下，不论对手的球杆或身体是否被打到，都属于犯规。

11.3 球杆推人

11.3.1 球员不能使用握在双手间的球杆来推对手，不论是球杆外戳，还是拿在离身体过远的位置，都属于犯规。

11.4 绊倒

-
- 11.4.1 球员不能故意用球杆或身体的任何部位绊倒对手。
- 11.5 非必要暴力行为
- 11.5.1 过分暴力地违反顶人或推人规则，属于非必要暴力行为。
- 11.5.2 进攻队员的挡拆动作不论是否合规，防守队员都不能故意和过度暴力的冲撞对方。
- 11.5.3 球员故意和过度暴力的可避免动作，不论是用身体还是球杆，都会被认定为非必要暴力行为。
- 11.6 违规球杆
- 11.6.1 如果球杆的整体长度、拍头的尺寸或网兜深度因任何原因被确定为违规，或如果裁判确定球杆被故意改成违规状态，属于严重犯规。
- 11.6.2 以护球和伪装球，或阻止网兜中的球正常运动为目的，而以投机的方式制作的球网的球杆是违规的，任何球员不能使用这种球杆。
- 11.6.3 如果某队要求检查对方的球杆，裁判发现球杆合规，则提出检查要求的球队被判定为严重犯规，驻守球员承担判罚。
- 11.6.4 任何球员的球杆被发现没有球杆底托，或者拍头绳露出超出允许长度，视为严重犯规。
- 11.7 违反运动精神
- 11.7.1 任何球员、替补队员、非球员、教练或任何与比赛球队有官方关联的人不能：
- 11.7.1.1 就已经做出的任何判决与裁判进行辩论
- 11.7.1.2 以任何方式试图影响裁判的决定；
- 11.7.1.3 对裁判、对手或观众使用任何亵渎的手势或语言，包括对种族、性取向等的言论。
- 11.7.1.4 做出任何被裁判认为不符合道德的行为；或
- 11.7.1.5 故意用手或手指玩球或开球时故意干扰对手的球杆。
- 11.7.2 如果发生了违反运动精神的行为，且犯规者还在继续这么做，裁判有权将该球员驱逐出替补区。
- 11.7.3 任何球员不能使用被改造后的球杆，以混淆对手认错球是否在球杆网兜里。在比赛剩余的时间里，这根球杆需由官方记分员保管。
- 如果一根球杆将要被检查，任何在此时阻止检查或调整球杆的队员、教练及球队其他相关人员，每个参与者都会被判定为违反本规则。
- 11.7.4 一支球队或球员，反复犯同样的犯规，可能被判定为违反运动精神犯规。
- 11.8 危险的后续动作
- 11.8.1 使用球杆朝着对手做出危险的后续动作。例外是，守门员进入危险后续动作的路径中时。

11.9 危险推进

11.9.1 直接朝向对手或者完全不考虑对手站位的射门，守门员除外。

11.10 危险的守门圈防守

11.10.1 当进攻球队在进攻半场拥有球权，防守队员位于球门延长线前，且与持球队员在一根球杆范围外，却仍然停留在守门圈内防守的。

11.11 人墙犯规

11.11.1 防守队员成群地站在球门前或者组队站在球门前，且不是与对手控制在一球杆的距离范围内。

球门前，前后夹击一名无球队员是允许的。

12 驱逐犯规

12.1 定义

12.1.1 球员、替补队员、非比赛队员、教练或任何与球队有正式联系的人，故意用手、球杆、球或其他方式攻击或企图攻击对手、非比赛队员、教练、观众或任何人，均可构成驱逐犯规。

12.2 举例

12.2.1 如果裁判因场上发生打斗而“冻结”板凳区，或处于任何其他原因，要求板凳区队员留在该区域，任何违规的球员可被驱逐出比赛。例外情况是医护人员可离开板凳区进入场地照顾受伤球员。

12.2.2 如果来自两队的两个球员正在打架，第三个参与者加入争吵，该第三者也将被驱逐。

12.2.3 拒绝接受裁判的判罚，或对裁判使用威胁、犯规或辱骂的语言和手势，或对裁判有不当的行为，均将被驱逐。

12.2.4 参与打斗的球员将自动得到驱逐犯规判罚。

12.2.5 故意冲撞、敲击对手的头部、颈部区域，或正后方。

12.2.6 故意瞄准或不考虑对方球员位置的射门，直接打到对手膝盖以上的位置，守门员除外。

13 判罚管理

13.1 继续

13.1.1 当球员或球队犯轻微犯规时处于无控球且没有得分机会的状态，被犯规球队可能因立即暂停比赛而处于不利地位时，裁判员应有动作和口头方式发出“继续 (Play-on)”的信号，并应暂缓吹哨，直到潜在优势的情况结束为止，具体如下：

- 13.1.1.1 如果被犯规方拿到球，继续的情况中止，裁判停止继续信号；
- 13.1.1.2 如果被犯规方没有拿到球，则哨声响起，被犯规方获得球权；
- 13.1.1.3 如果被犯规方在首次继续信号阶段轻微犯规，则哨声响起，最初被犯规的一方获得球权；
- 13.1.1.4 如果在继续信号阶段的过程中再有多次犯规，则裁判立即停止比赛并进行犯规判罚。应执行那些应该被罚时的犯规判罚。

13.2 延缓吹哨技术

- 13.2.1 如果防守队员犯规，进攻队员在犯规发生时持球，裁判认为即将有得分机会，并且犯规行为没有导致持球队员丢球，那么裁判需举起一只手臂直向上，并按住哨子，直到失去进球机会。
- 13.2.2 以下情况被认为失去进球机会：
 - 13.2.2.1 进攻队失去控球权，或射门结束；
 - 13.2.2.2 进攻球队显然已经失去在最初的进球机会里进球；或
 - 13.2.2.3 在延缓吹哨的情况下，当球在防守球门延长线前，进攻队使球到达球门延长线之后，然后球再到球门延长线之前，之后再次让球到球门延长线之后；或
 - 13.2.2.4 在延缓吹哨的情况下，当球在防守球门延长线后，进攻对使球到球门延长线前，再使球到球门延长线之后。
- 13.2.3 不论犯规行为是否是针对持球的这位队员，延缓吹哨都应实施。
- 13.2.4 传球是指持球队员将球以投掷、弹跳或滚动的方式转移给队友。
- 13.2.5 在延缓吹哨情况下，射门依然是射门，直到：
 - 13.2.5.1 很明显无法进球；
 - 13.2.5.2 进攻球队的任意球员给球施加动力；
 - 13.2.5.3 防守球队的任意球员获得控球权；或
 - 13.2.5.4 球击中守门员或球门柱后，球又打到守门圈外任意进攻或防守队员；此时球应立刻被判定为死球。
- 13.2.6 当延缓吹哨被误用，当裁判随后吹哨暂停时，球权应判给延缓吹哨时拥有球权的球队。
- 13.2.7 当裁判无意吹响哨子时，球权判给拥有球权的一方。如果两队都没有球权，则根据开球规则在场地中心重新开球。

13.3 巧合犯规

- 13.3.1 巧合犯规是指在活球或死球时，无法确定顺序的犯规。
- 13.3.2 如果双方都没有控球权，犯规将互相抵消，会在哨声响起的地点以交替拥有的方式授予球权。如果在开球

阶段的“控球权”或“自由球”之前发生了巧合犯规，则在场地中间用开球规则重新开球。

13.3.3 在延缓吹哨和“继续”时，持球球队产生任何犯规，裁判应立即吹哨。

13.3.4 如果持球球队或有权拥有球权的球队犯规，两队所有参与犯规的球员将被罚，适用以下规则：

13.3.4.1 如果一支球队的总判罚时间比另一支球队的多，则应将总判罚时间较短的球队获得球权；

13.3.4.2 如果总判罚时间相等，则在第一次犯规时拥有球权的球队获得球权；

13.3.4.3 如果总判罚时间相等，且两队在第一次犯规时都没有控球，则适用交替控球；

13.3.4.4 为了计算总的判罚时间，如果是巧合犯规，驱逐犯规应被记作 2 分钟的罚时；

13.3.4.5 巧合犯规发生后，不能直接自由发球。

13.4 球员犯规执行

13.4.1 被判罚的球员，应立即向罚时区报到。该球员必须坐在罚时区，遵守以下规则，直到被处罚计时员释放为止。

13.4.2 处罚时间是指犯规球员离开赛场退离比赛的时间。处罚时间从犯规球员坐在罚时区，且场上吹哨重新开始比赛同时满足开始计算。犯规球员之后应从罚时区重新进入比赛。

13.4.3 处罚时间应与比赛时间同步计算。在比赛暂停期间，或节间休息时，被罚球员不得离开罚时区，但中场休息除外，但必须在比赛开始时返回罚时区完成罚时。

13.4.4 只有罚时倒计时结束时，处罚才结束。

13.4.5 如果守门员犯规，适用以下规则：

13.4.5.1 驻守球员和有资格的替补球员承担守门员罚时；

13.4.5.2 如果守门员被驱逐出场，裁判应叫停比赛，并给予合理的换人时间。

13.5 犯规汇报

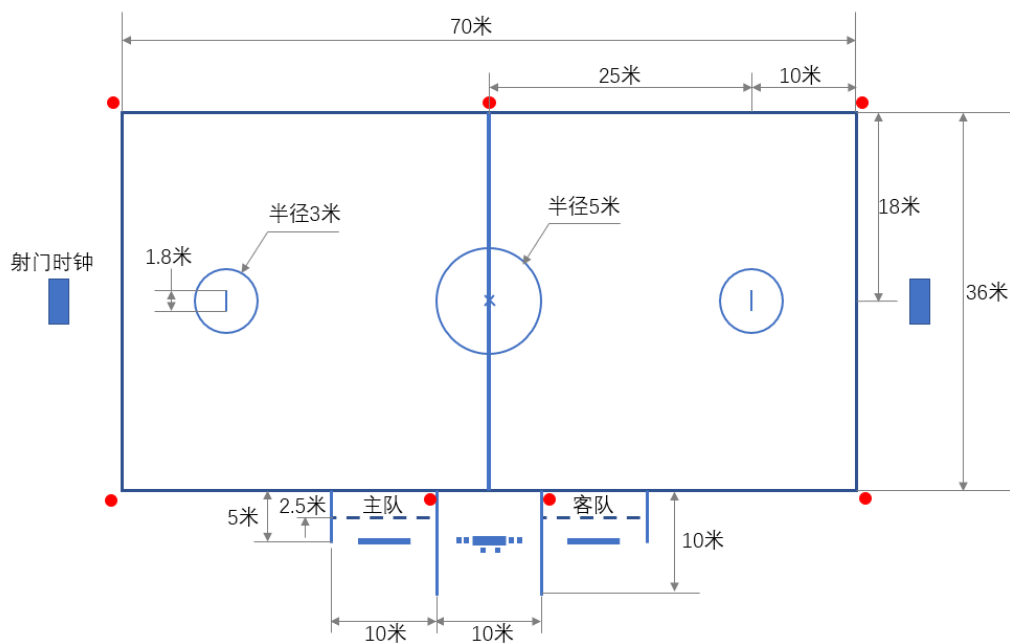
13.5.1 流程——以下程序适用于任何犯规处罚的报告：

13.5.1.1 裁判向处罚计时员报告犯规是否是需罚时的犯规；

13.5.1.2 裁判决定犯规球员的处罚时长，亮出对应色卡。绿卡为 30 秒（轻微犯规），黄卡为一分钟（严重犯规），红卡为驱逐出比赛。

13.5.1.3 处罚计时员需记录下裁判给出的犯规定义。

14 场地图



注:

- 所有线条应为白色或显著对比色
- 边界线和守门圈应为 5 -10 厘米宽
- 球门线应为 5 厘米
- 所有席位区域线应为 5 厘米
- 中线应为 10 厘米
- 红点为圆锥或塔, 应设置在边界线外的边缘
- 替补席板凳应放置离边线至少 5 米处
- 计时记分桌应放置离边线 5 米处
- 参考规则 1 的尺寸

特别感谢

罗颢、卢冠宇、李彦希、张梦涵、闫泰行、梁弘昊、刘鹏、金伊典、

李晓旭、刘梦寒、杨乐、侯茗耀、朱梓境、孙婧周、时浩迪等人

在翻译过程中提供的帮助

女子六人制棍网球规则

英文作者 World Lacrosse 国际棍网球联合会

英文出版 2020年11月17日

译制 温江浩

制作 深圳市拉克洛斯棍网球发展有限公司

中文初版 2021年3月21日

网站 www.chinalacrosse.com