

1. Ihrisko

Je rozdelené na dve rovnaké zóny. Rozmery v hale sú 40 x 20 m a 60 x 30 m vonku. Ihrisko je vymedzené bielymi čiarami (šírka min. 3 cm). Miesta trestného hodu musia byť vyznačené vo vzdialenosti 2,5 m od stojana v smere do stredu ihriska.

2. Stojany košov

Sú umiestnené v 1/6 dĺžky ihriska od základnej čiary. Na každom stojane je upevnený smerom do stredu ihriska kôš, ktorého vrchný okraj musí byť vo výške 3,5 m nad hracou plochou. Koše sú valcovité, bez dna, výška 25 cm, vnútorný priemer 39 - 41 cm, šírka okraja 2 - 3 cm. Sú prútené prípadne z iného vhodného materiálu.

3. Lopta

Hrá sa najčastejšie s futbalovou loptou č.5, ktorej obvod je 68 - 71 cm. Musí byť nahustená natvrdo je jej hmotnosť je 425 - 475 g.

4. Hráči

Družstvo sa skladá zo 4 mužov a 4 žien, z ktorých vždy dvaja hráči a dve hráčky hrajú v každej zóne. Keď je jedno alebo obe družstvá nekompletné, hra môže začať alebo pokračovať len s podmienkou, že v žiadnej zóne nebude hrať menej ako traja hráči v jednom družstve a nenastane prípad, kedy hrajú v jednom družstve 1 žena a 2 muži proti 1 mužovi a 2 ženám v druhom družstve.

V každom zápase môže družstvo vystriedať až dvoch hráčov bez súhlasu rozhodcu. Po týchto dvoch striedaniach môže dôjsť k ďalšiemu v prípade zranenia hráčov, ktorí nemôžu pokračovať v hre.

5. Rozhodca

Riadi hru. Porušenie pravidiel trestá napomenutím, formálnym napomenutím (žltá karta, max. 2 jednému hráčovi) a vylúčením (červená karta) do konca zápasu. Trest sa spája s priznaním voľného alebo trestného hodu súperovi.

6. Hrací čas

A / Zápas trvá 2 x 30 minút s prestávkou 10 minút.

B / Oddychový čas (time out) je prestávkou v hre o trvaní 60 sekúnd. Počas hry má každé družstvo právo požiadať o oddychový čas maximálne 2 x. Požiadať oň môže jedine tréner u rozhodcu (v prípade neprítomnosti trénera požiada kapitán) a len v čase, keď je hra prerušená.

7. Bodovanie

Jeden kôš má hodnotu jedného bodu.

8. Postavenie hráčov

Domáce družstvo si určuje kôš, na ktorý chce v prvom polčase útočiť. Rozostaví svojich hráčov do zón a potom rozostaví svoje družstvo súper. Pevné postavenie hráčov zabezpečuje, že každý hráč má svojho konkrétneho osobného protihráča rovnakého pohlavia.

9. Zmeny zón a strán

Po každých dvoch košoch (2:0, 1:1) hráči prejdú do opačnej zóny a zmenia funkcie : obrancovia sa stanú útočníkmi a naopak. V polčase dochádza k zmene strán.

10. Vhadzovanie

Vhadzuje hráč útočnej zóny tesne pred stredovou čiarou, a to na začiatku každého polčasu a po každom dosiahnutom koši. Domáci vhadzujú na začiatku zápasu, hostia po prestávke. Inak vhadzuje družstvo, ktoré dostalo kôš.

11. Priestupky proti pravidlám

Počas hry je zakázané :

úmyselne sa dotknúť lopty nohou (od kolena nižšie),

udrieť do lopty päťou,

zmocniť sa lopty poležiačky,

bežať s loptou

a / ak hráč stojí, môže ľubovoľne pohybovať jednou nohou, ak je druhá noha na mieste, môže sa na nej otáčať (pivotovanie)

b / ak je hráč v behu alebo skoku, najskôr sa zastaví a až potom prihráva,

c / po zachytení lopty v behu alebo skoku hráč môže odhrať loptu skôr, než sa zastaví, ak chytenie a odohratie trvá len veľmi krátko alebo je spojené do jedného plynulého pohybu,

vyhýbanie sa spolupráci (sólo-hra) - nastáva

a / ak sa lopta odhodí s úmyslom opäť ju získať inde,

b / ak sa dribluje v behu,

odovzdať loptu spoluhráčovi (t.j. neprihrať hodom),

vyrážať, brať alebo ťahať loptu z rúk súpera,

strkať, tlačiť, držať súpera,

tvrdobrániť súpera držiaceho loptu (vyslovene je dovolené blokovať loptu vloženímpaže do dráhy letu),

brániť súperovi opačného pohlavia v rozohraní lopty,

brániť súpera ktorého už bráni iný hráč (zdvojovanie),

hrať mimo vlastnej zóny,

strieľať na kôš z bránenej pozície

Strela je považovaná za bránenú, keď obranca spĺňa všetky tieto podmienky :

a / obranca musí byť na dosah dĺžky ramena od útočníka a musí byť k nemu otočený tvárou,

b / musí sa skutočne snažiť loptu blokovať,

c / musí stáť bližšie k stojanu ako útočník,

strieľať na kôš po "odclonení" obrancu iným útočníkom,

strieľať na kôš z obrannej zóny, z voľného hodu alebo z rozhodcovskej lopty,

strieľať na kôš, pokiaľ útočník hrá bez osobného strážcu ("nestrieľajúci hráč")

V okamihu, keď obrana má len troch hráčov proti štyrom útočníkom, kapitán útočiaceho družstva musí rozhodcovi a kapitánovi súpera oznámiť, ktorý hráč bude "nestrieľajúci".

ovplyvniť streľbu pohybom stojana koša,

nebezpečná hra,

12. Lopta mimo hracej plochy (out)

Je vtedy, ak sa dotkne postrannej čiary, podlahy, osoby alebo predmetu mimo hracej plochy. Lopta je mimo hracej plochy, ak sa dotkne stropu alebo predmetu nad hracou plochou.

13. Rozhodcovská lopta (rozkok)

Ak dvaja súperi súčasne uchopia loptu, rozhodca preruší hru, nariadi rozkok a vyhodí loptu do výšky. V tom prípade vyberie dvoch hráčov príslušnej zóny rovnakého pohlavia a podľa možnosti rovnakej výšky. Ostatní musia byť vo vzdialenosti 2,50 m od miesta rozskoku.

14. Voľný hod

Prizná sa súperovi vtedy, ak rozhodca oznámi, že sa porušilo niektoré z vyššie uvedených pravidiel.

hádže sa z miesta, kde došlo k priestupku,

ak je lopta mimo hry, hádže sa spoza postrannej čiary - hráč vykonávajúci tento hod, musí loptu odohrať do 4 sekúnd, inak sa hod priznáva súperovi,

ostatní hráči musia dodržať odstup najmenej 2,5 m,

15. Trestný hod (penalta)

Nariaďuje sa za priestupky, ktorých výsledkom je strata možnosti docieľiť kôš, ako aj za opätovné napomínanie. Hádže sa z miesta vyznačeného pre trestný hod. Ostatní hráči sú vo vzdialenosti 2,5 m od miesta trestného hodu. Penaltu môžu vykonávať len hráči útočnej zóny.