EL FLOORBALL
TeleRing
Sonera IN
PERLOS
FAT PIPE
sonera

1. LAS RAICES DEL FLOORBALL

El floorball tiene su desarrollo en Suecia donde se juega desde mediados de los años 70 y en la actualidad es un deporte de máximo auge.
Su ORIGEN tiene raíces en todo el mundo, ya que juegos similares se juegan desde el siglo XIX, pero los suecos fueron quienes establecieron la primera Federación Nacional de Floorball en 1981.
En 1983 se estableció el primer reglamento oficial, en el cual se señalan unas vallas especiales ("rink") que deben bordear al campo de juego

2. EQUIPAMIENTO Y MATERIAL

EL PALO / STICK

1) Material: fibra vidrio, poli carbonato, o fibra carbono (ligeros y resistentes)

2) 150 – 200 gramos

3) Longitud stick en función de la altura (Niños hasta esternón, adultos ombligo)

Jugador (cm)	100	110	120	130	140	150	160
Stick (cm)	75	80	85	90	95	100	110

2. EQUIPAMIENTO Y MATERIAL

LA PALA

1) Con materiales plásticos o de nylon, fibra vidrio o carbón, en función del material encontramos:

   PALAS BLANDAS: control con stick
   PALAS DURAS: tiro

2) Las palas se moldean a gusto del jugador para ayudar en el control hasta una curva máxima de 30 mm

3) Para moldear: Pistola de calor, toalla o guantes y agua fría.

2. EQUIPAMIENTO Y MATERIAL

LA PELOTA

1) Redonda con 26 agujeros

2) Color blanco para competición,

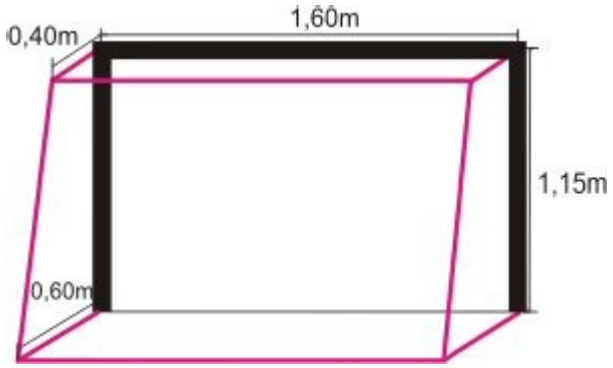
3) Diámetro: 72 mm

4) Peso: 23 gr.

2. EQUIPAMIENTO Y MATERIAL

PORTERIAS

Las porterías tienen un tamaño de 160 x 115 cm y están bordeadas por dos áreas, una del portero(2,5x1 m) y marcada a 3,5 m de las vallas del fondo y otra, la de portería que dista con el fondo 2,85 m y que tiene de ancho 5m y de largo 4 m.



2. EQUIPAMIENTO Y MATERIAL

RINK

Bandas laterales que delimitan el campo. Son de 50 cm de altura e impiden que la bola salga del terreno y dan mayor continuidad al juego.
(Es aconsejable que sean de material de plástico, aunque también Existen de madera y que carezcan de aristas).

EL PORTERO

EQUIPAMIENTO: Pantalones largos, camiseta manga larga, casco, guantes, zapatillas, rodilleras, coquilla.

NO LLEVA STICK

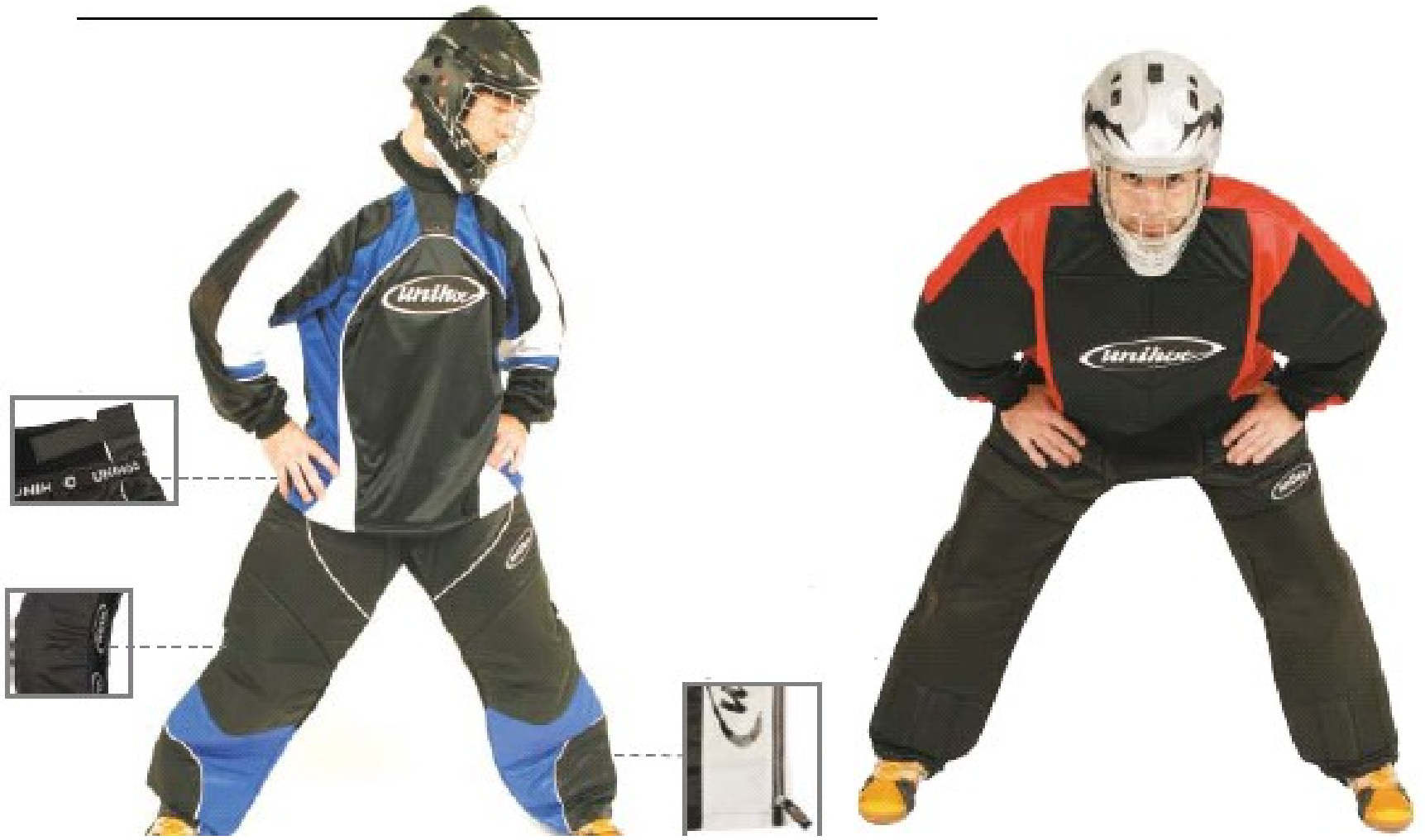
Le está permitido tocar y golpear la pelota con TODAS las partes del cuerpo incluidos brazos y cabeza.

Si sale del área grande de portería actuará y será considerado como un jugador de campo pero sin stick. (*Se considera que ha salido de este área si no toca con ninguna parte de su cuerpo dicha área o sus líneas*.)

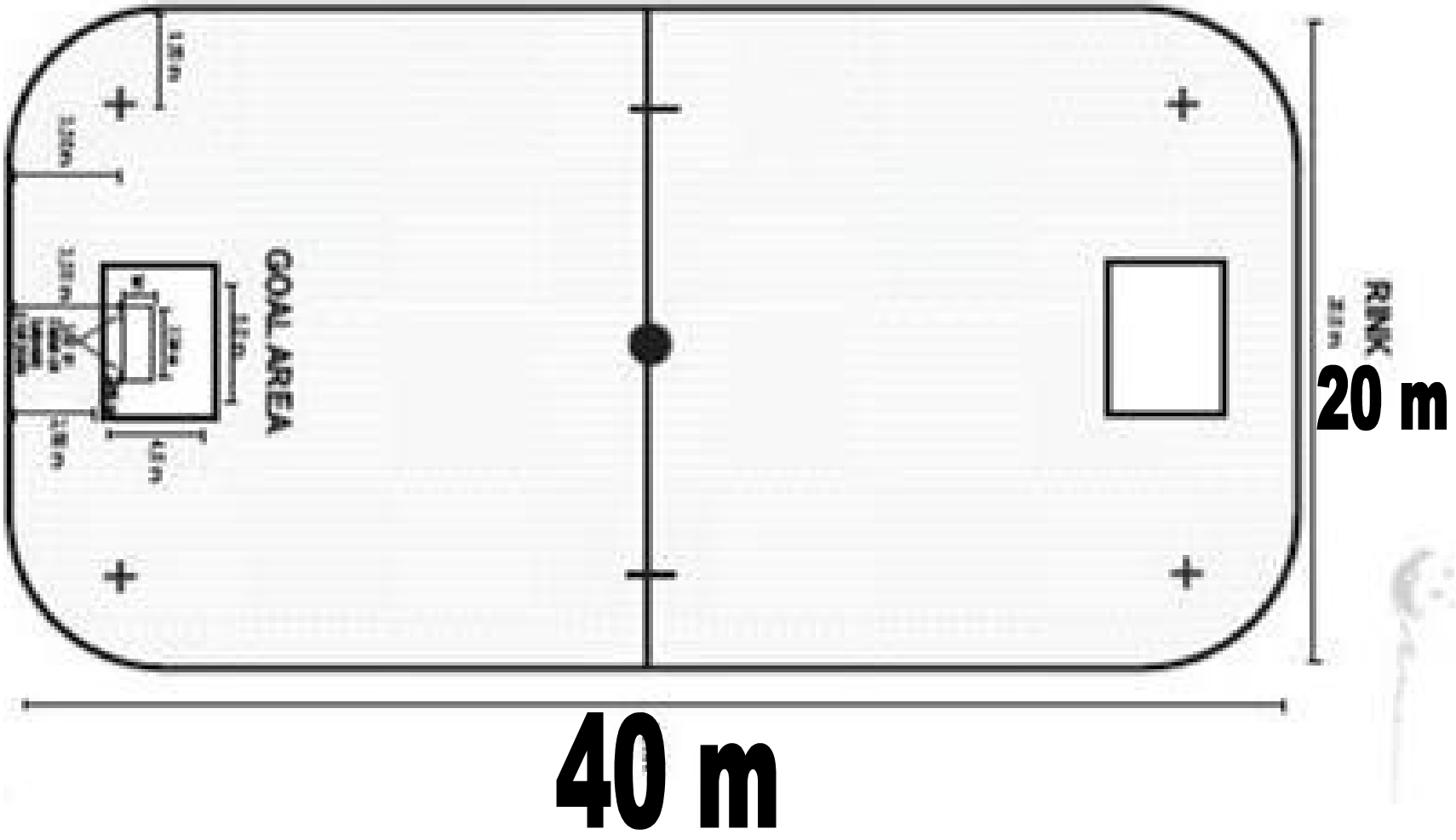
Puede parar y retener la pelota con las manos durante tres segundos (si no es así se sancionará un golpe franco al borde del área de portería).

Puede realizar pases con la mano, pero su pase no será válido si no toca el suelo, la banda o a algún jugador o su stick antes de traspasar la línea,

EL PORTERO



TERRENO DE JUEGO (RECOMENDADO)



TERRENO DE JUEGO

El floorball se juega en un espacio rectangular cuyas medidas han de tener entre 35 y 45 m. de longitud por 18-22 m. de anchura, SE RECOMIENDA 40 x 20, en un terreno o superficie llana.

Todo el campo está rodeado por un bordillo o pared de 50 cm. de altura con la que se puede jugar.

Dentro del terreno de juego hay dos porterías situadas en cada extremo del campo (tal y como muestra el dibujo anterior) de 1.60 de ancho, por 1.15 de alto

La portería está situada dentro de un área de portería o zona de gol, pintada de color naranja que mide 5m. de ancho por 4m.de largo, en la que no puede entrar ningún jugador excepto el portero.

ORGANIZACIÓN DEL JUEGO

1) Nº JUGADORES

A cada equipo se le permite utilizar un máximo de 17 jugadores por partido, pero sólo 6 de ellos pueden estar sobre el terreno de juego (5 jugadores de campo y un portero)

Los jugadores de campo: jugarán con stick, el portero, sin stick

ORGANIZACIÓN DEL JUEGO

2) DURACIÓN Y TIEMPOS

El partido tiene una duración de tres tiempo de 20 minutos, con un descanso de 5 minutos entre cada tiempo, en el que se cambia de campo.

Si un partido termina en empate y tiene que haber un ganador (caso de una final o una clasificación):

1º- Se hará una prorroga de 15 minutos.
2º- Si el empate sigue, se lanzarán los penaltis, 5 seguidos un equipo y 5 el otro
3º- Si todavía sigue el empate, se lanzarán los penaltis alternativamente (primero uno y después el otro) hasta que se logre el desempate

ORGANIZACIÓN DEL JUEGO

3) SAQUE INICIAL

También se llama STROKE IN se realiza entre dos jugadores (uno de cada equipo) en el centro del campo, el resto de los jugadores tienen que estar situados a un mínimo de 3m de distancia de los dos que sacan

El árbitro deja caer la pelota en el campo, los 2 jugadores que hacen el saque o *stroke in* golpean 3 veces en el suelo y juegan la pelota

ORGANIZACIÓN DEL JUEGO

4) SAQUE DESPUES DE MARCAR GOL

También se llama STROKE OFF

Se hace en el centro del campo

Se puede jugar la bola en ambas direcciones (hacia tu campo o hacia el contrario)

Los jugadores de cada equipo deben estar en sus respectivos campo

Los jugadores del equipo contrario al que saca, deben estar situados como mínimo a 3m. de la bola.

El stroke off no se puede lanzar directamente a gol

ORGANIZACIÓN DEL JUEGO

5) SAQUE FALTA – GOLPE FRANCO -

También se llama STROKE FREE o lanzamiento libre

Se realiza en el lugar donde ha ocurrido la falta

Los adversarios tienen que estar colocados como mínimo a 3m del jugador que saca la falta

Al sacar una falta o stroke free no se puede lanzar directamente a portería

El que saca la falta no puede tocar la bola hasta que la haya tocado otro jugador

ORGANIZACIÓN DEL JUEGO

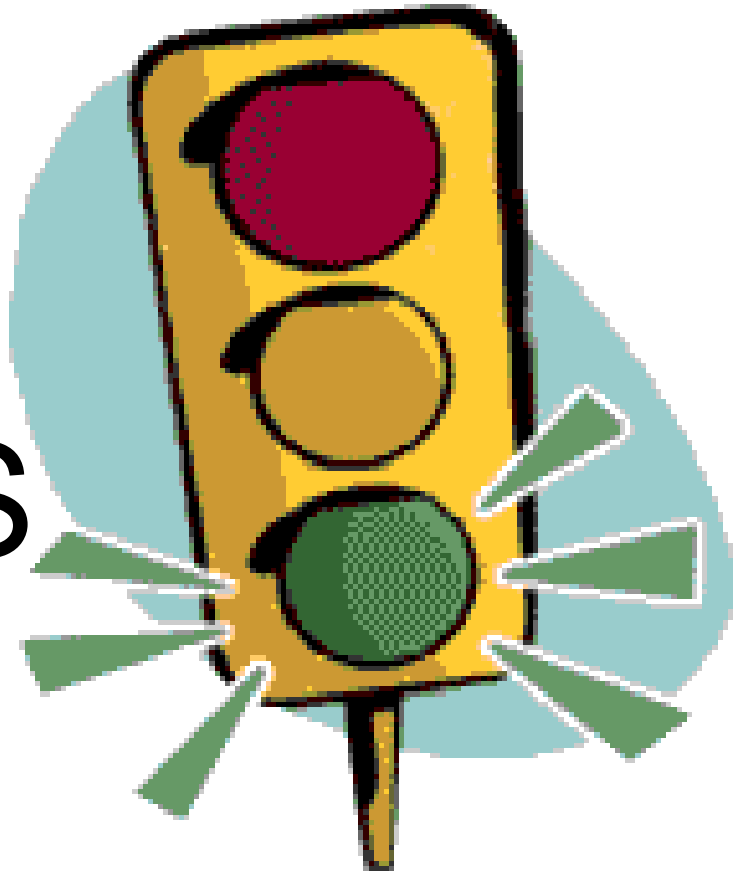
6) PENALTI

También se llana PENALTY STROKE. Se inicia desde el centro del campo y el portero desde la línea de gol. El jugador puede tocar la bola tantas veces como quiera mientras que ésta se mantenga en movimiento hacia adelante. Los demás jugadores no intervienen en la jugada. La acción termina cuando se consigue gol o la pelota sobrepasa la línea imaginaria de gol o es parada o rechazada hacia delante por el portero. Si éste comete alguna falta se repetirá el penalti.

Después de ejecutar el penalti, la bola no puede ser jugada. Hay que empezar el juego a partir de la línea de gol.

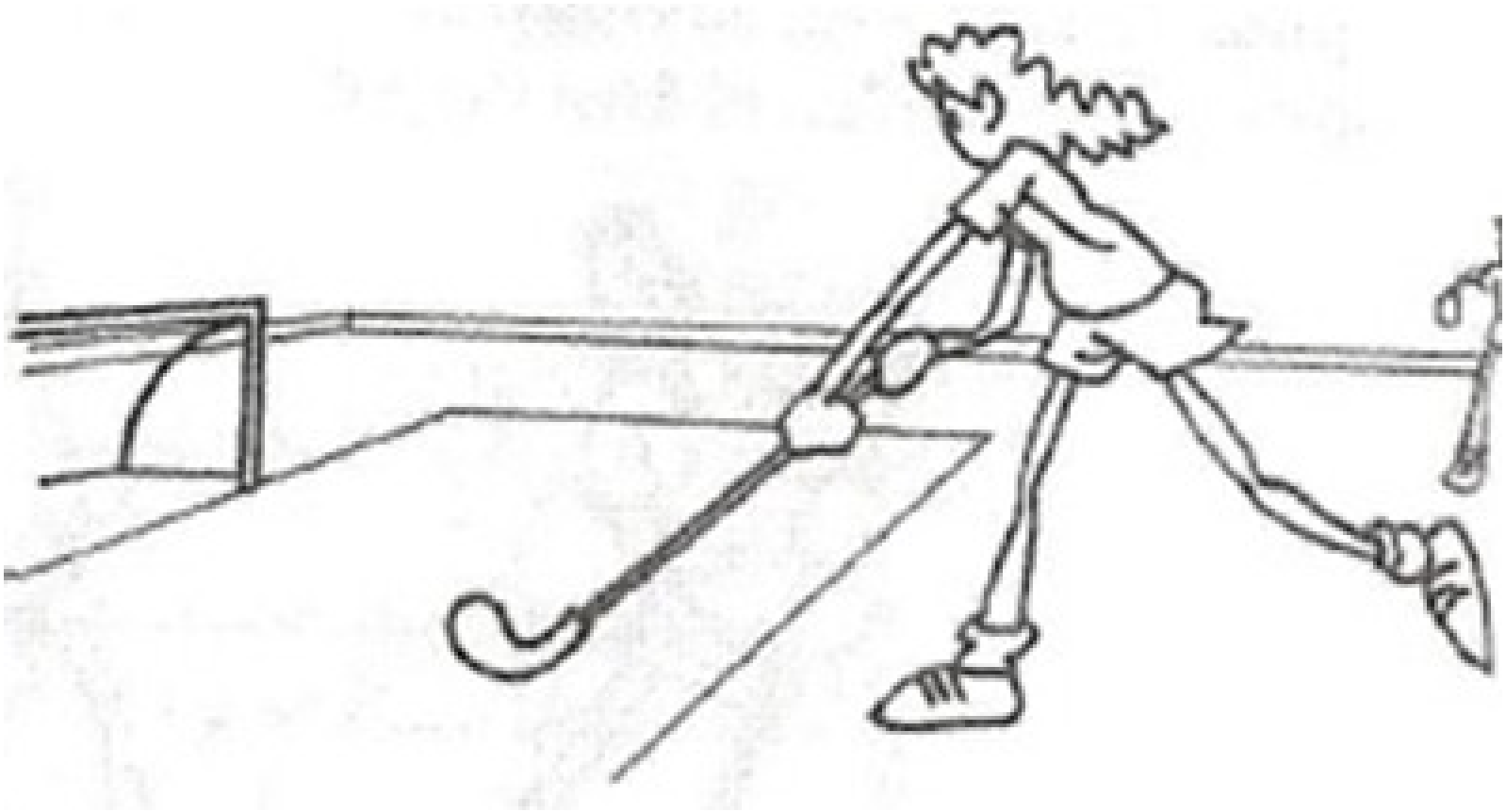
REGLAMENTO BÁSICO

ACCIONES PERMITIDAS



Parar la bola con el stick, el pie o pecho

Meter el stick dentro de la portería

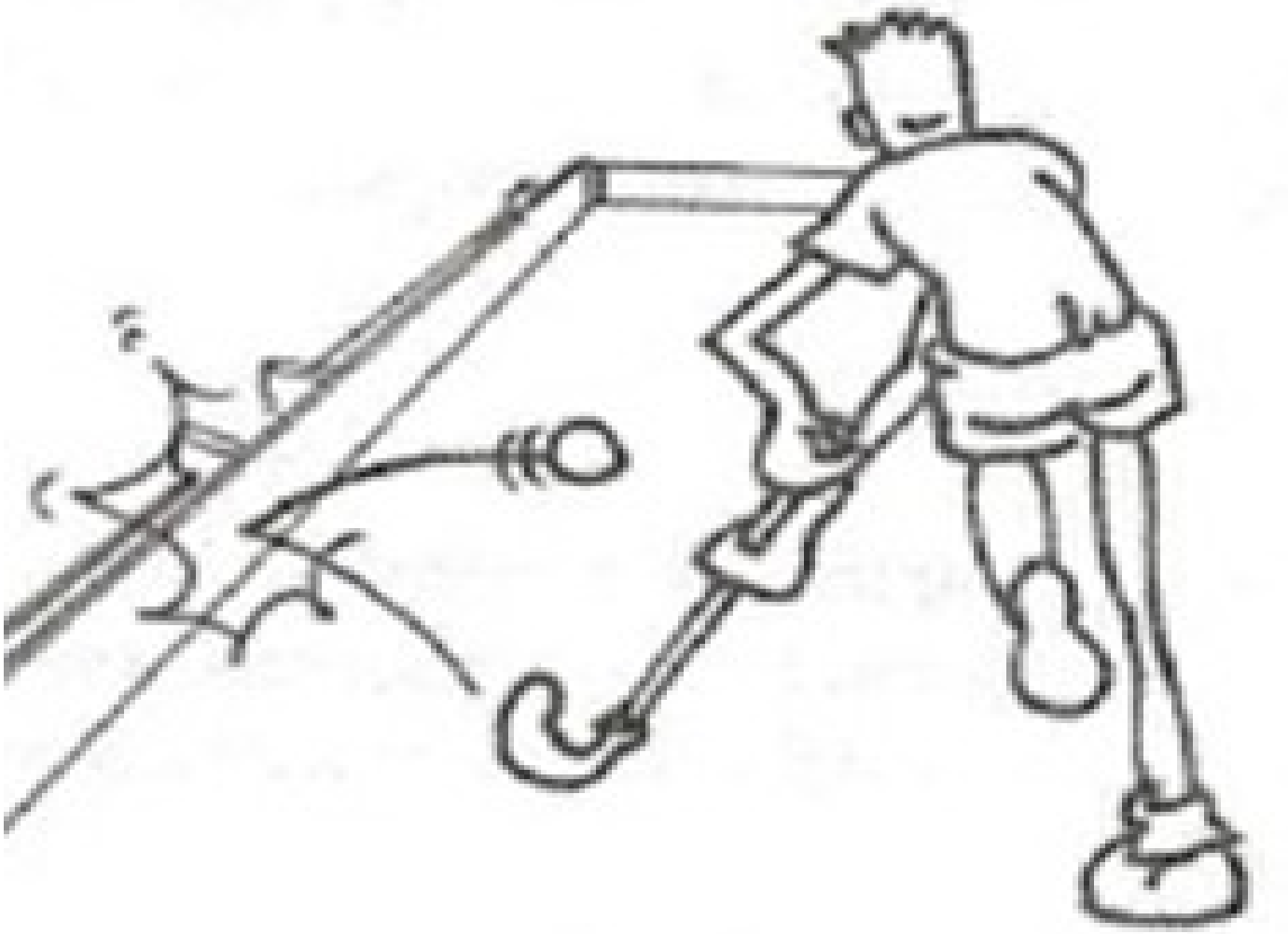


Quitar la bola a un adversario sin golpear su stick

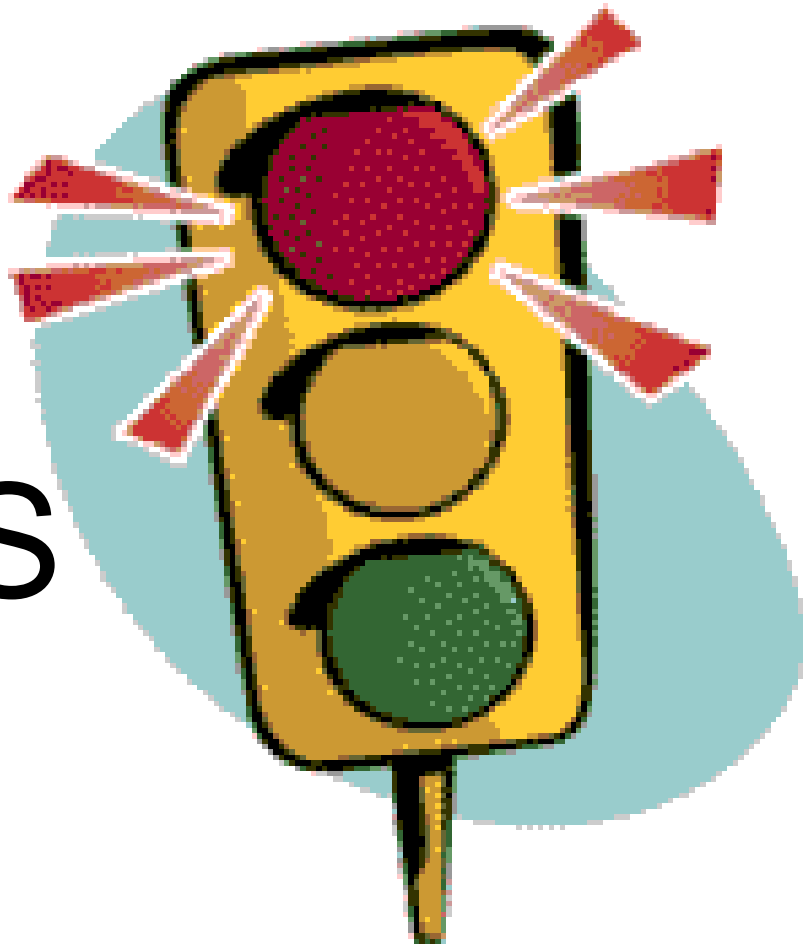
Dirigir la bola hacia el propio stick con el pie

Golpear la bola con ambos lados del stick

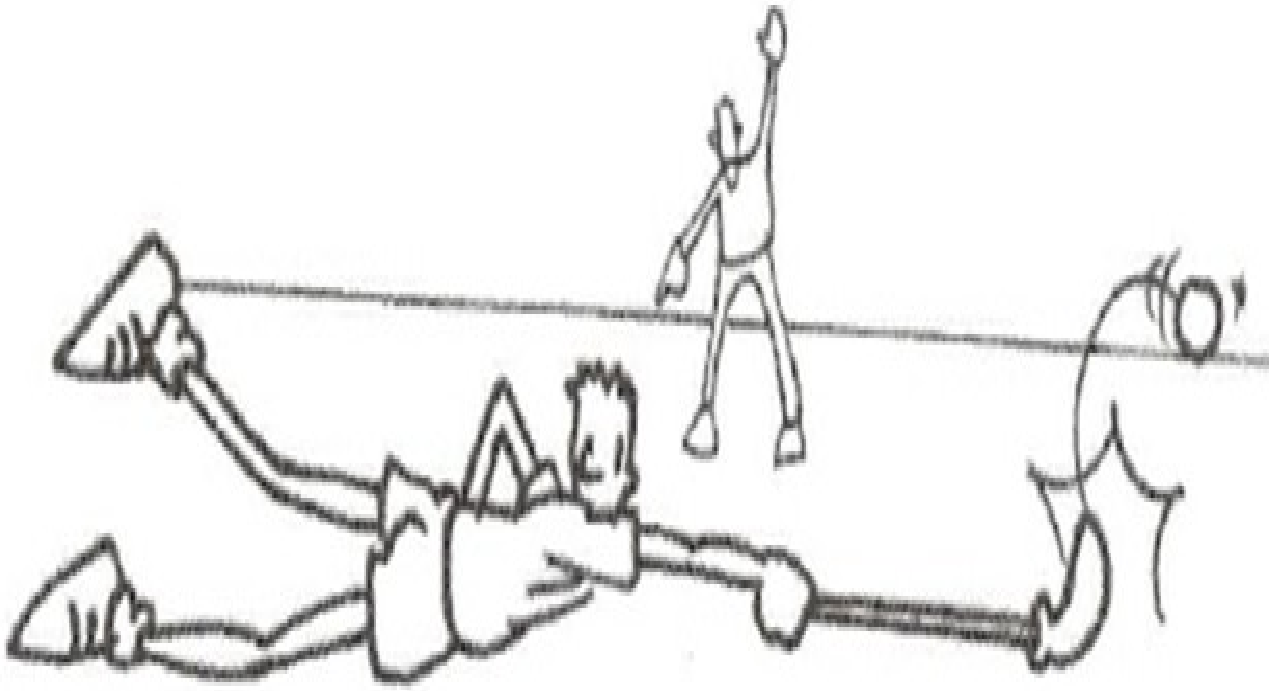
Jugar con el rink



ACCIONES NO PERMITIDAS



Jugar la bola desde el suelo

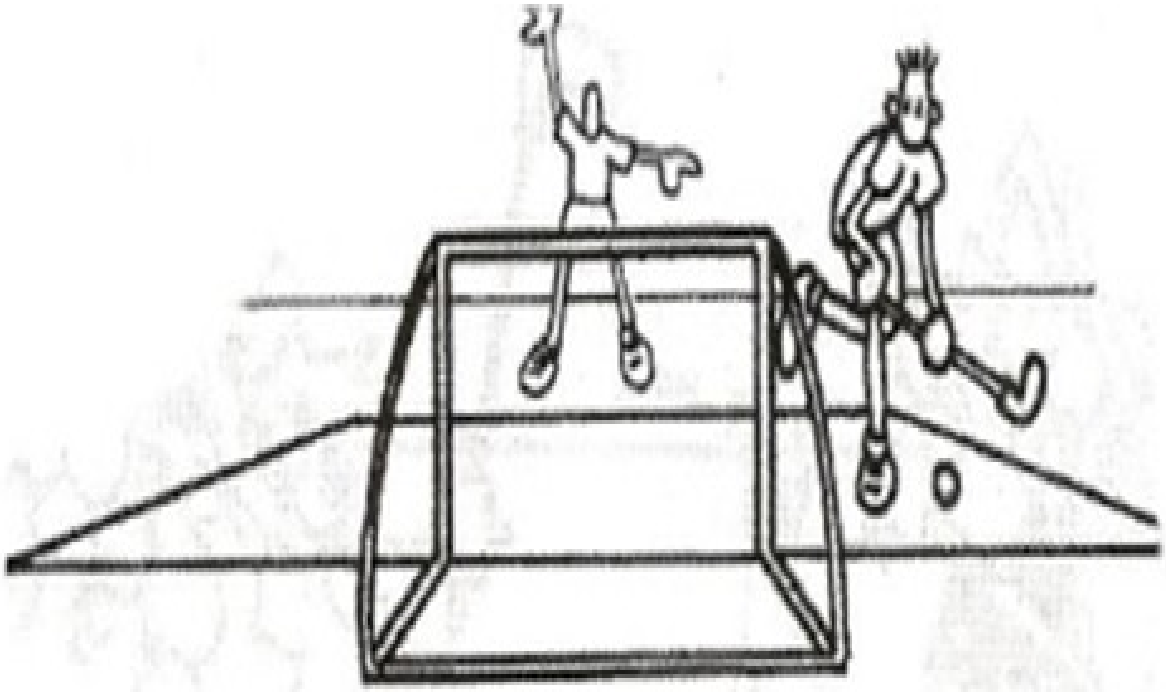


Golpe franco

Levantar el stick encima de la rodilla

GOLPE FRANCO

Entrar en el área rival



ATACANTE: golpe franco
DEFENSOR: Penalty

Parar la bola con la cabeza o la mano

Golpe franco

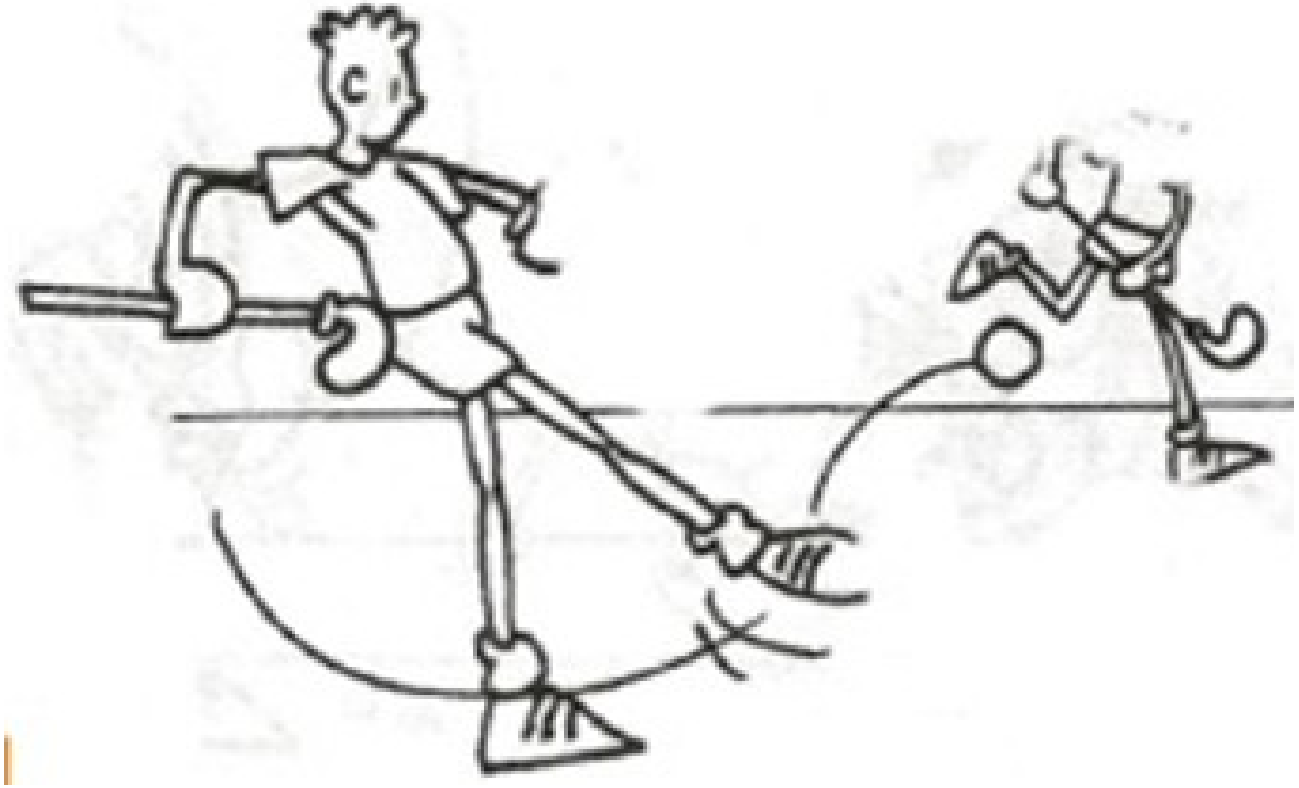
Empujar, golpear, obstaculizar y agarrar a un contrario

Penalty

Levantar o enganchar el stick del contrario

Golpe franco

Pasar la bola con el pie



Golpe franco

Lanzar el stick

Penalty

DESTREZAS BASICAS DEL FLOORBALL

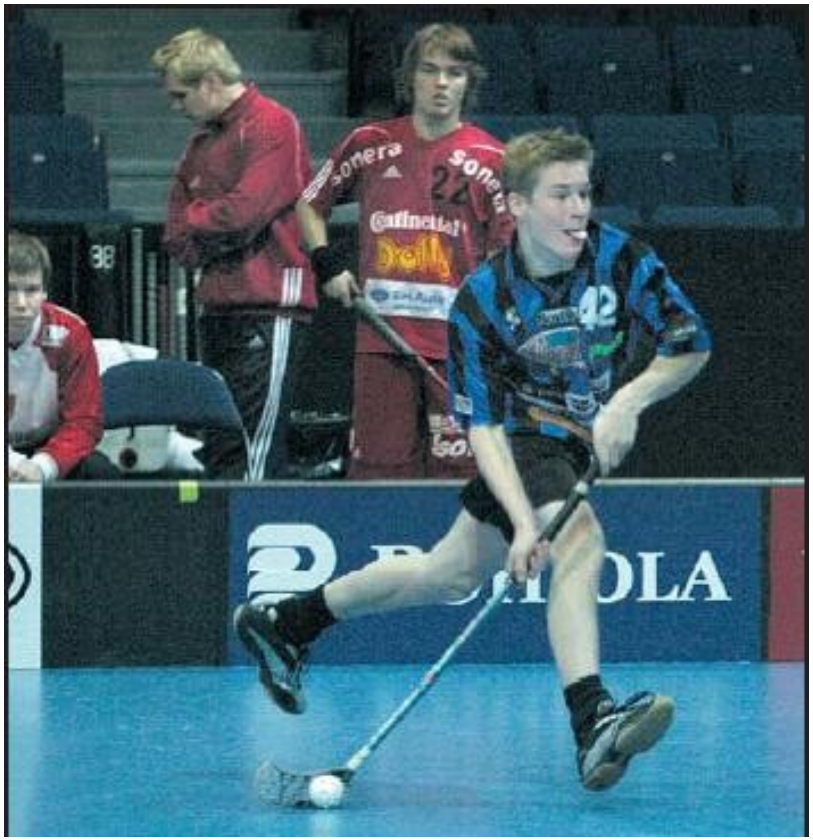
1) EL PASE

1) Mantener la bola pegada a la pala

2) Después del pase la pala debe señalar hacia donde el pase va dirigido

3) Mantener una postura equilibrada

4) La cabeza debe permanecer alta para poder ver todo el campo



TIPOS DE PASES

EL PUSH (pase corto)

El push es uno de los golpes más efectivos, y se emplea para **pasar la bola a distancias cortas de forma precisa y rápida**. La posición básica del jugador que ejecuta este golpe se caracteriza por: situarse de lado de tal forma que el hombro adelantado apunte en la dirección de pase, piernas ligeramente flexionadas, los pies separados la anchura de los hombros y el peso del cuerpo se reparte entre ambas piernas; las manos bien separadas en el stick y la bola en un punto intermedio entre los pies o ligeramente retrasada. A partir de ahí se produce un movimiento de empuje o acompañamiento de la bola con la pala del stick a la vez que el peso del cuerpo se lleva a la pierna adelantada. En la última parte del movimiento la mano situada en la parte superior del mango retiene el stick para producir un movimiento de palanca que facilite la impulsión de la bola. Hay que continuar el movimiento del stick una vez perdido el contacto con la bola, de forma que este quede apuntando en la dirección del lanzamiento.

TIPOS DE PASES

EL SLAP (pase largo o tiro a portería)

Este gesto técnico se utiliza para hacer **pases largos y para lanzar a portería**. Es muy efectivo en el ataque aunque requiere cierta habilidad para golpear la bola en movimiento de forma precisa. La técnica empleada es la siguiente: las manos han de estar casi pegadas al extremo superior del stick, los pies separados la anchura de los hombros, el tronco situado lateralmente con el hombro adelantado apuntando en la dirección de pase o tiro. La bola se coloca en medio de los pies y ligeramente adelantada. En el slap se golpea la bola en lugar de acompañarla (push). Hay que prestar atención para no elevar el stick demasiado en el movimiento previo al golpeo de la bola y al finalizar el gesto.

TIPOS DE PASES

EL FLICK Y LA CUCHARA

Se trata de gestos técnicos utilizados **para elevar la bola**. La “cuchara” se emplea para enviar la bola a mayor distancia y se produce un movimiento más acentuado de acompañamiento de la bola con el stick. El “flick” se emplea para elevaciones rápidas a baja altura.

Ambos golpes se ejecutan metiendo la pala, oblicuamente al suelo, por debajo de la bola. El movimiento ha de terminar con el stick mirando hacia la dirección de pase.

DESTREZAS BASICAS DEL FLOORBALL

2) RECEPCION DEL PASE

1) Pala en el suelo

2) Posición equilibrada

3) Tocar la bola suavemente con manos flexibles

4) La cabeza debe permanecer alta para poder ver todo el campo

DESTREZAS BASICAS DEL FLOORBALL

3) EL TIRO

1) **TIRO DE MUÑECA - PUSH : La bola toca la pala todo el tiempo**

2) **SLAP: La pala toca el suelo justo antes de dar la bola**

DESTREZAS BASICAS DEL FLOORBALL

4) PROTECCION DE LA BOLA

1) Posición equilibrada

2) La pala debe proteger ambos lados de la bola

3) Utilizar cuerpo, pies y manos para proteger la bola

4) Buen control de la bola

DESTREZAS BASICAS DEL FLOORBALL

5) CONDUCCIÓN

1) La bola toca la pala todo el tiempo

2) Toque suave, NO GOLPEO

3) Estar preparado para el pase de derecha y de reves

4) Proteger la bola

DESTREZAS BASICAS DEL FLOORBALL

6) REGATE

1) Manejar la bola lo que mejor se pueda

2) Desarrollar velocidad y control del cuerpo

3) Intentar mover al defensor en la posición que se desee

ALGUNOS VIDEOS DE INTERES

- http://www.youtube.com/watch.php?v=Wzh03w9brdM
- http://www.youtube.com/watch?v=BcDPFn67A7I
- http://www.youtube.com/watch?v=kbIXNLawXtQ
- http://www.youtube.com/watch?v=kzSRR10h5jk
- http://www.youtube.com/watch?v=rD4nG8o9gUM
- http://www.youtube.com/watch?v=Dtw0HxUqHMs