

Tilpasninger for EasyBasket U13 ordinært seriespill

Kamper i ordinært seriespill for aldersgruppene U13, U14 og U15 spilles med enkelte tilpasninger for «Offisielle spilleregler for Basketball». Nedenfor er en oversikt over tilpasningene for U 13 ordinært seriespill.

Spilleregler U13 ordinært seriespill:

I U13 benyttes det EasyBasket-regler i sin helhet, men med følgende tilpasninger:

- 🏀 5 spillere på stor bane med ordinær kurvhøyde (3,05 m).
- 🏀 Spilletid er 6 perioder på 5 minutter effektiv tid.
- 🏀 8-sekunders regel benyttes i U13 ordinært seriespill, men kamplederne skal utvise skjønn ved håndheving.
- 🏀 24-sekunders regel benyttes i U13 ordinært seriespill, men kamplederne skal utvise skjønn ved håndheving.
- 🏀 Tilbakespill regel benyttes i U13 ordinært seriespill.
- 🏀 Det er tillatt å ta ballen ut av hendene fra en spiller som holder ballen med begge hender.
- 🏀 Det føres poeng i EasyBasket-kampskjema. Ingen ekstraomganger, kampene kan ende uavgjort.

Utover dette er det viktig å presisere følgende viktige momenter fra EasyBasket:

- 🏀 Ballstørrelse: 5.
- 🏀 Ingen screen for ballfører.
- 🏀 Situasjoner med overlevering av ball (hand-off) med tett oppdekket spiller skal bedømmes på samme måte. Bestrafning: Overtredelse. Forsvarende lag får ball fra siden.
- 🏀 Det benyttes ikke 3-poenger.
- 🏀 Ikke soneforsvar. Bestrafning: Teknisk foul på lagleder.
- 🏀 Ikke sonepress. Bestrafning: Teknisk foul på lagleder.
- 🏀 Innbytteregler: Den spilleren som spiller mest får kun spille en periode mer enn den som spiller minst. Ikke innbytte i periodene.
- 🏀 Hjemmelaget starter med innkast fra midtbanen.

Det henvises for øvrig til “Offisielle Spilleregler for basketball” og NBBFs kampreglement, EasyBasket retningslinjer og spilleregler, samt kampreglementet i den aktuelle region



**EASY
BASKET**