

REGLES BÀSIQUES DEL KORFBALL

1. El Joc:

- L'objectiu és encistellar una pilota dins una cistella d'una alçada de 3,5 metres.
- Canvi de zona: Cada dues encistellades es farà un canvi de zona i de funció: els defensors passen a l'atac i els atacants a la defensa.
- Llançament de falta: Es realitzarà en contra de l'equip que hagi comès una infracció del reglament oficial i es farà efectiu en el lloc on s'ha comès.
- Cooperació: No es pot caminar o moure amb la pilota a les mans o jugar individualment. Això obliga a jugar a tota la resta de l'equip i evita el joc individual d'un sol jugador.
- No violència: La tècnica i l'agilitat són per sobre la força física i el joc brut. No es podrà impedir el moviment lliure contrari, tan si es fa intencionadament o no.
- Joc mixt: Per tal que tothom tingui les mateixes oportunitats de jugar, no es podrà defensar un jugador del sexe contrari, ja sigui per impedir llançament a cistella o una passada.
- No especialització: Cada dues cistelles es canvia de funció i de zona. D'aquesta forma no existeixen les posicions fixes per als jugadors.
- Habilitat: Per llançar a cistella cal estar desmarcat. El defensor intentarà mantenir al seu atacant en posició de "defensat". És "defensat" quan un jugador defensa al seu atacant més a prop del pal, a menys d'un braç de distància i amb intenció de colpejar pilota.

2. Temps de joc: El partit constarà de 2 parts de 20 minuts cadascuna amb 10 minuts de descans entre aquestes.

3. Terreny de joc, cistelles i pilota:

- Superfície: Es practica en una zona rectangular de 40x20 metres, dividida en dues zones iguals.

- Subjeccions: Es col·locaran cadascuna a una zona a l'eix longitudinal del terreny, a 6,6 metres de la línia de fons. Les cistelles es col·locaran a una alçada de 3,5 metres sobre aquestes subjeccions de metall.
- Cistelles: A cada pal s'acobra un cilindre de mimbre sense fons. Les cistelles tenen una alçada de 25 cm i de diàmetre mediran entre 29 i 41 cm.
- Pilota: la pilota que s'utilitzarà ha de ser del número 5, i amb un pes d'entre 425 i 475 gr.

4. Jugadors i posicions dels jugadors:

- Cada equip està format per 8 jugadors. Es divideixen a raó de 2 jugadors i 2 jugadors per zona.
- El nombre de jugadors inscrits a l'acta és il·limitat.
- Substitucions: Els canvis són lliures.
- Posició dels jugadors:
 - Rebot: Es trobarà en posició de rebot aquell jugador que hagi aconseguit col·locar-se entre el seu defensor i la cistella i a més es trobi prop d'aquesta. És a dir el rebot, serà aquell jugador que està preparat per recollir les pilotes que no entren a la cistella després d'un llançament.
 - Mig: Es trobarà a la posició de mig aquell jugador atacant que es col·loqui d'esquena a la cistella i amb el seu defensor darrera. És una posició per assistir als companys, servirà fonamentalment per rebre i donar passades.
 - Quadre d'atac: Grup de 4 jugadors, dos homes i dos dones, que tenen com a funció atacar. Ocuparan un mig camp.
 - Quadre de defensa: Grup de 4 jugadors, dos homes i dos dones, que tenen com a funció defensar. Ocuparan un mig camp.

5. Infraccions o faltes:

- Defensat: Serà defensat quan un atacant llança a cistella tenint el seu defensor possibilitat de tocar-li el pit o la pilota amb la mà. És a dir serà defensat quan el defensa estigui entre l'atacant i la cistella i tingui el braç aixecat a menys d'un metre de distància de l'atacant.

- Tall: Serà tall o bloqueig quan un atacant provoqui que el seu defensa topi amb un altre atacant.

6. Tàctiques o formes de joc:

- Defensa rebot: És aquella defensa que té com a objectiu que els atacants no aconseguixin la posició de rebot. Per tant, el defensor marcarà sense pressionar al seu atacant.
- Defensa pressionant: També anomenada “for checking”, serà aquella defensa que intenta evitar el llançament dels atacants. Per tant, el defensor pressionarà al seu atacant defensant des de molt a prop.
- Defensa mixta: És aquella defensa on una part de l'equip fa una defensa rebot i l'altra defensa pressionant.