

# KURZFASSUNG DER OFFIZIELLEN BASKETBALLREGELN

## I GRUNDREGELN

- a) Der Ball wird mit der Hand gespielt (gedribbelt, gepasst, geworfen, gerollt, getippt)!
- b) Spiele den Balle – niemals den Mann!

## II SPIELREGELN

### a) Mannschaften

Eine Mannschaft besteht aus 5 Feldspielern und 5 Ersatzspielern (JtFO: 4)

### b) Dribbelregeln

Der Ballbesitzer darf den Ball nur mit einer Hand oder im Wechsel rechts/links dribbeln. Beidhändiges Dribbeln oder ein wiederholtes Dribbeln ist nicht erlaubt (Doppeldribbling).

### c) Zeitregeln

#### *„Drei-Sekunden-Regel“*

Spieler der angreifenden Mannschaft dürfen sich nicht länger als 3 Sekunden unter dem Korb (Freiwurfraum/Zone) der verteidigenden Mannschaft aufhalten – die 3-Sekundenphase beginnt mit jedem Korbwurfversuch von neuem.

#### *„Fünf-Sekunden-Regel“*

Ein Spieler muss innerhalb von 5 Sekunden einwerfen oder seinen Freiwurf ausführen. Ein eng gedeckter Spieler muss innerhalb von 5 Sekunden den Ball zu einem Mitspieler passen oder auf den Korb werfen.

#### *„8-Sekunden-Regel“*

Die angreifende Mannschaft muss innerhalb von 8 Sekunden den Ball ins Vorfeld spielen.

#### *„24-Sekunden-Regel“*

Eine Mannschaft muss innerhalb von 24 Sekunden ihren Angriff mit einem Korbwurfversuch abschließen. Diese Zeitphase beginnt nach jedem Korbwurfversuch neu.

### d) Schrittregel und Sternschritt

Der Ballbesitzer darf mit dem Ball in der Hand/den Händen nur zwei Bodenkontakte mit den Füßen machen. Erlaubt ist aber ein „Sternschritt“. Beim Dribbelbeginn muss der Ball die Hand verlassen haben, bevor der Fuß des Standbeines den Boden verlässt.

### e) Rückpassregel

Ist der Ball im Vorfeld, so darf er nicht mehr ins Rückfeld gespielt werden.

### f) Foulregeln

#### *„Persönliche Fouls“*

Ein Verteidiger darf einen Angreifer nicht rempeln, sperren, blockieren, wegstoßen oder durch sonstige Körperkontakte behindern.

(Vertikalprinzip und legale Verteidigungsposition)

#### *„Technisches Foul“*

Kritik an Schiedsrichter- oder Kampfrichtern, unsportliches Verhalten, auch von Ersatzspielern, Fehler beim Spielerwechsel oder Auszeit werden mit einem technischen Foul bestraft.

#### *„5. Foul“*

Mit seinem 5. Foul (JtFO: 4.) wird ein Spieler vom Spiel ausgeschlossen.

#### *„Mannschaftsfoul“*

Wenn eine Mannschaft in einer Periode 4 Fouls (JtFO: 6) begangen hat, wird jedes weitere Foul mit 2 Freiwürfen bestraft.

