

# 3 mot 3 innebandyturnering i Ekeberghallen Tirsdag 21. november 2017



Bedriftsidretten Oslo ønsker å invitere til en turnering i 3 mot 3 innebandy for kvinner og menn. Turneringen arrangeres i Ekeberghallen **Tirsdag 21. november 2017**. Turneringen avvikles med innledende seriespill og sluttspill. Komprimert oppsett, så lagene får spilt sine kamper i løpet av ca 3 timer.

Vi inviterer alle bedrifter som ønsker å spille innebandy med lagkamerater eller kollegaer, til en 3 mot 3 turnering på små baner uten keeper.

3 mot 3 innebandy er en morsom og involverende spillform som passer alle som er glad i innebandy, enten du er aktiv i en klubb eller bare ønsker å spille uorganisert. Alle deltagerne er forsikret gjennom Bedriftsidrettens Behandlingsforsikring.

*«Forsikringen gjelder kun skader som oppstår i 3 v 3 turneringen og ved at ditt navn står på dommerkortet».*

**Vi tar forbehold om nok påmeldte lag for å kunne avvikle turneringen.**

**Påmeldingsfrist innen mandag 13. november 2017.**

[Link til påmelding](#)

**Pris pr. lag kr. 950,-**

## Kampavvikling og spilleregler:

Turneringen avvikles i tidsrommet kl. 20:00 – 23:00

### Banen:

- Banen er ca. 10 m. bred og 15 m. lang med vant og små mål.

### Utvisninger

- 2 min = 2 min kommer inn ved mål
- 5 min = 2 min på laget mens spiller er ferdig for kampen. (voldsomt spill/slag)
- 2+10 min = 2 min på laget mens spiller er ferdig for kampen.
  
- Kampene startes og avsluttes ved felles start- og sluttsignal for alle kampene samtidig.
- Kampstart kl. 18:15
- Fra en kamp blåses av til ny kamp startes er det kun 3 minutters pause.
- Hvert lag er selv ansvarlig for å være klar ved riktig bane i god tid før kampstart.
- Stiller to lag i samme farger, benytter sistnevnte lag i kampprogrammet overtrekkvester, hentes i sekretariat.
- Seriespill og sluttspill.
- Dommer på hver bane.
- Kamptiden er 1x12 minutter.
- Det spilles med små mål, uten keeper.
- Lagene må fylle ut et dommerkort med navn på spillerne, det gjøres i sekretariatet.
- Avslag startes av førstnevnte lag i kampprogrammet.
- Det er ”flyvende” innbytte uten stopp i spillet. Dette skal skje fra midtbanen, og den spiller som byttes ut skal forlate banen innen ny spiller kommer inn på banen.
- Minimum 3 spillere og inntil 6 spillere (anbefales) på hvert lag.
- Kampen blir ikke avsluttet før laget ikke har flere spillere på banen.
- Ikke offside og ikke målgård, straffe fra midten av banen.
- Alle dueller utføres på midten.
- Mål kan lags fra hele banen.
- Ikke lov å slå, vippe eller låse kølle, ikke lov å hoppe, nikke, eller bruke armen/hånd.
- Ikke lov å ta kølla over hode til en motstander = frislags treffer hode=2 min på laget mens spiller er ferdig for kampen.
- Ikke lov med taklinger, lavt nivå på fysisk spill.
- Antrekk, kort bukse
- overtrekkvester, hentes i sekretariat.
- Dommer på hver bane.
- Det spilles med små mål, uten keeper.

