

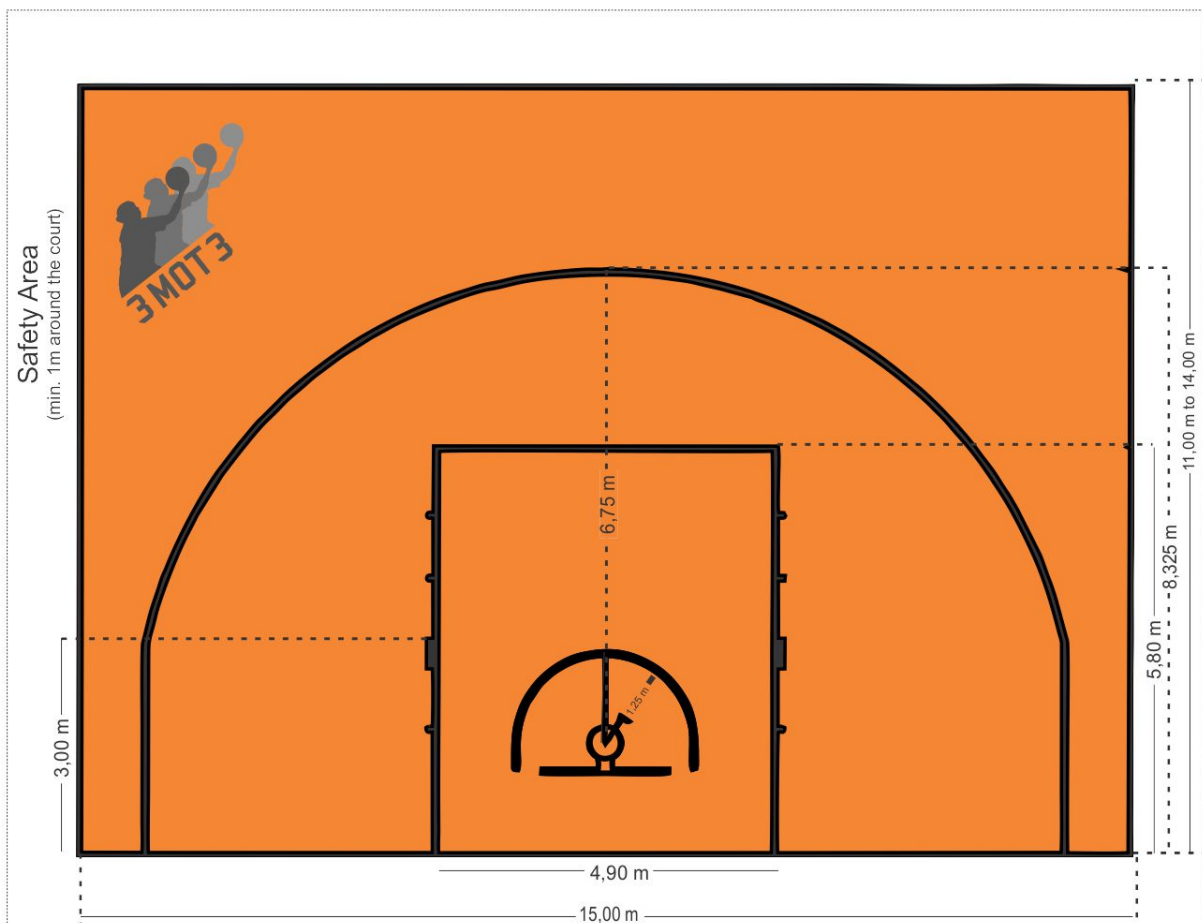
3MOT3- regler og tilpasninger

FIBAs regler for 3x3 er laget for å være enkle, fleksible og fremfor alt sørge for mest mulig glede for samtlige som er med. Gjennom samarbeid i det internasjonale 3x3-miljøet, har det offisielle 3x3-reglementet samlet de utallige uformelle tradisjonene innen gatebasketballen, under en paraply.

Uformelle kamper spilles gjerne til ett av lagene har scoret tre, fem, syv, ni, femten, eller tjue ett poeng. Offisielle kamper varer i ti minutter effektiv spilletid, eller til et av lagene har scoret tjue ett poeng. Hvis lagene står likt etter ordinær spilletid, spilles det overtid til et av lagene har scoret to poeng.

3MOT3- bane og ball

- ✓ 3MOT3 kamper skal spilles på bane med 15mx11m spilleflate, sikkerhetssoner i tillegg.
- ✓ Banen skal ha følgende markeringer:



- ✓ Åpne/Standalone (lavterskelturneringer) kan spilles overalt, ved manglende banemarkeringer bør disse merkes opp så godt det lar seg gjøre.
- ✓ Den offisielle FIBA 3x3 Wilson- ballen skal brukes i alle kategorier. På lavterskelturneringer kan ball str.6 brukes.

Lagene

- ✓ Hvert lag skal bestå av 4 spillere (3 spillere på banen og 1 innbytter)
- ✓ Merk: Ingen coach på sidelinjen, og ingen «remote coaching» fra tribunen.

Dommere og kampledere

- ✓ Kampen skal dømmes/ledes av 1 til 2 dommere/observatører, samt poengteller/tidtager.
- ✓ På Åpne/Standalone turneringer under U16 og puljespill U18 kan det brukes observatør (lagene dømmes selv, men hvis lagene ikke kommer til enighet, så er det observatørens avgjørelse som gjelder)

Kampstart

- ✓ Begge lag varmer opp på banen samtidig før kampstart.
- ✓ Myntkast eller «Stein-saks-papir» avgjør hvilket lag som starter med ballen. Laget som vinner myntkastet eller «SSP» kan velge om de vil ha possession ved kampstart eller ved potensiell overtid.
- ✓ Kampen starte med 3 spillere fra hvert lag på banen.

Scoringer

- ✓ Skuddtreff innenfor topoengslinjen skal belønnes med ett poeng.
- ✓ Skuddtreff utenfor topoengslinjen skal belønnes med to poeng
- ✓ Straffetreff skal belønnes med ett poeng.

Spilletid/Vinner av kampen

- ✓ Det spilles kun en periode på 10 minutter.
- ✓ Effektiv spilletid. Klokken skal stoppes når ballen er ute av spiller og ved straffer. Klokken skal starte ved gjennomført ballsjekk på toppen av topoengslinjen (så fort angriperen får hånd på ballen). Løpende spilletid kan benyttes i Åpne/Standalone turneringer (klokken fortsetter å gå under dødballer)
- ✓ Det første laget som oppnår 21 poeng innenfor ordinær spilletid, vinner kampen. Hvis ingen av lagene har 21 poeng når ordinær spilletid er slutt, vinner laget med flest poeng.
- ✓ Hvis kampen ender uavgjort etter ordinær spilletid skal det spilles en ekstraperode. Første lag som scorer to poeng i denne perioden, vinner kampen.
- ✓ Et lag taper kampen hvis det ved oppsatt kamptid ikke befinner seg tre spillere på banen, klare til kamp.

Fouls/straffekast

- ✓ Foul i skuddøyeblikket innenfor topoengslinjen blir belønnet med ett straffekast, og fouls i skuddøyeblikket utenfor topoengslinjen blir belønnet med to straffekast.
- ✓ Foul i skuddøyeblikket etterfulgt av scoring belønnes med ett straffekast il tillegg.
- ✓ Laget befinner seg i en foulsituasjon etter 6. begåtte foul. (Foul 7.,8. & 9. belønnes med to straffekast til motstander). Det er ingen spillerutvisninger for antall fouls.
- ✓ Ved 10. lagfoul og alle etterfølgende fouls belønnes motstanderen med 2 straffekast & ballbesittelse på toppen av topoenglinjen.

Hvordan ballen skal spilles

- ✓ Et lag har tolv sekunder på seg til å avslutte et angrep (i kamper uten kampklokke, er det tidtakers ansvar å telle ned de 5 siste sekundene)

- ✓ *Passivt spill påfører tap av ballbesittelse i kamper uten kampklokke.*
- ✓ *Ballen skal sjekkes på toppen av topoengslinjen ved dødballsituasjoner. Det er ikke ballsjekk etter scoring.*
- ✓ *I hoppball-situasjoner får det forsvarende laget ballen.*
- ✓ *Det angripende laget kan score etter egen retur*
- ✓ *Når et lag har scoret, starter det ikke-scorende laget med ballen under kurven (ikke bak baseline), det andre laget kan ikke spille forsvar innenfor chargefri halvsirkel. Ballen må utenfor topoengslinjen før laget som startet med ballen kan begynne å angripe.*

For mer info:

[Link til youtubevideo](#)