

■ **Indiaca je ovládána údery jednou rukou (od lokte dolů)** - nejčastěji dlaní. Na polovinu soupeře musí být indiaca v rámci jedné herní strany dopravena nejvýše třemi doteky. **Blokovat** lze oběma rukama a dotek bloku není považován za úder. Spoluhráči se musí v úderech střídát - stejně jako u volejbalu. Indiaca nemůže být hraná taháním či chycením s následným odhodem. Hra nohou (na rozdíl od volejbalu) není dovolena. Kromě podání se indiaca může během hry dotknout sítě.

■ Každá chyba soupeře znamená zisk bodu a právo následného podání: dopad indiacy na zem na vlastní polovině hřiště (bod útočícím) či mimo hřiště (bod obráncům), technicky chybné zpracování a odbití, dotek stropů nebo sítě (jen podání), družstvo odrazí indiaca více než třikrát za sebou; pomůcka je chycena, hozena či odražena se značným zpomalením nebo je zasažena jinou částí těla než rukou a předloktím, hráč se dotkne sítě, část těla přesáhne síť či středovou čáru (včetně bloku) aj.

Další informace naleznete na:

http://www.pf.ujep.cz/~blaha/vphsopuv.htm#_Indiaca

<http://www.indiaca-ii.net>

INTERKROS

Historie

Interkros, který se na počátku osmdesátých let 20. století poprvé objevil v Kanadě, představuje nejmladší a zároveň halovou verzi indiánské hry lakros. Pravidla této indoorové bezkontaktní hry měla velkou šanci pro rychlé rozšíření do celého světa. Již v roce 1986 se uskutečnily první světové hry za účasti více než deseti zemí světa.

P. Fillion, sekretář mezinárodní interkrosové federace FIIC se sídlem v Montrealu, přivezl na konci osmdesátých let do naší republiky potřebné herní náčiní - plastický koš na hliníkové násadě a měkké plastové míčky - a pravidla přeložená do češtiny. V následujících letech vznikla dětská liga, přibývaly soutěže pro dorost a dospělé hráče. Od roku 1999 se organizují oficiální mistrovství světa, na kterých čeští reprezentanti získali už několik světových titulů. V roce 2005 se mistrovství světa konalo v Praze.

Charakteristika

Interkros je bezkontaktní kolektivní hra, v níž proti sobě hrají dvě družstva, jejichž cílem je vsítit gól do soupeřovy branky. Míček je udržován ve hře nošením v hlavě interkrosové hole, házením nebo odrážením. Pro svou nenáročnost, jednoduchá pravidla a bezkontaktní styl hry je velmi vhodný i pro dětské kategorie hráčů.

Hřiště a materiální vybavení

Hřiště má rozměry 40x20 metrů a po obou stranách jsou na koncových čarách umístěny branky 1,25x1,25 metru. Prostor brankáře vymezují polokruhová brankoviště o poloměru necelých tří metrů. Čára trestného střelení je vzdálena devět metrů od středu branky.

Hraje se se speciálními holemi: hlavu tvoří plastový košík umístěný na konci násady - celková délka hole je zhruba jeden metr. Míček je podobný tenisovému.

Hráči a hrací doba

V každém družstvu hrají čtyři hráči v poli a jeden brankář. Utkání je ukončeno, pokud celkový počet hráčů jednoho týmu klesne pod čtyři. Střídání hráčů na hřišti je možné kdykoli v průběhu hry. Délka hrací doby je třikrát 15 minut.

ZÁKLADNÍ HERNÍ PRAVIDLA

■ Hráč může mít míč pod kontrolou (nesení míče v interkrosce či „hokeové“ vedení po podložce) po dobu **maximálně tří sekund**. Družstvo musí dodržet časový limit míče v držení činící 30 sekund – obnovuje se po dojetí míče soupeřem a po každém přerušení hry (s výjimkou přiklopení po vlastní střele na soupeřovu branku a odražení míče zpět do pole), po zachycení míče hráčem a neúmyslném zahrání míče za vlastní zadní čáru. Dostane-li se hráč, který má míč v držení, za autovou čáru nebo jestliže se míč či interkrosová hůl dotkne předmětu v zámezí, je **odpískán aut**.

■ Hra je zahájena vložением míčku rozhodčím do hlavy interkrosové hole hráči určeného týmu.

■ **Zisk míče:** Hráči mohou získat míč pouze výhodným postavením na hřišti: zachycením přihrávky soupeře, nabráním volného míče do hlavy interkrosové hole nebo přiklopením na podložce (při současném nabírání při sklápění míče soupeři má přednost ten hráč, který míč nabíral).

■ **Bránění** je možné buď tzv. kopírováním pohybu útočníka – pohyb obránce a jeho hole kopíruje pohyb útočníka a jeho hole, nebo tzv. statickou clonou: bránící hráč stojí rozkročen maximálně na šířku ramen oběma nohama na zemi, hůl drží oběma rukama tak, aby s osou jeho těla svírala úhel maximálně 45 stupňů, přičemž hráč ani jeho hůl nesmí být v pohybu.

■ **Ve hře není dovolen žádný fyzický kontakt protihráčů včetně vzájemného doteku holí.** Takzvaná zónová obrana je při hře zakázána – útočník může být bráněn pouze jedním obráncem.

■ **Hra v brankovišti:** Bránící hráč může vstoupit do vlastního brankoviště jen na dobu nezbytnou pro nabránímíče. Útočící hráč smí chytit míč ve vzduchu nad soupeřovým brankovištěm, aniž by se dotkl brankáře nebo země uvnitř brankoviště.

■ Při přerušení hry se míč rozehrává zpravidla z postranní čáry co nejbližší k důvodu rozehrávky. Výjimku tvoří rozehrávka po gólu – hra je rozehrávána brankářem z brankové čáry, přiklopení míče v obranné polovině – rozehrávka z místa, aut na koncové čáře – rozehrává brankář z brankové čáry (úmyslně odpálené či zahozené rozehrává útočící tým z rohu vedle soupeřovy branky), porušení pravidla o brankovišti způsobené hráčem bránícího týmu – rozehrává útočící tým z rohu vedle soupeřovy branky. Při rozehrávce musí být soupeřící hráč od míče vzdálen alespoň dva metry (včetně hole), přičemž míč je do hry vnesen či vhozen.

■ **Tresty:** ztráta míče, trestné střílení, vyloučení na jednu minutu nebo vyloučení ze zápasu.

■ Ve hře neexistuje postavení mimo hru – hráči se mohou během hrací doby pohybovat na libovolném místě hřiště s výjimkou brankoviště.

Další informace naleznete na: <http://www.lacrosse.cz/interkros>
<http://www.filacrosse.com/>