

# revisione regolamento tecnico aggiornata ad aprile 2023



adrenalina!  
Emozione!  
Semplicità!

velocità!

Inclusione!

Sicurezza!

Divertimento!



# ROLLERBALL

# Attrezzatura Personale



## Pattini per il Rollergoal

**Qualsiasi tipo di pattino**, va bene! in questo gioco convivono e si coadiuvano pattinatori di ogni provenienza e formazione, ognuno di loro peculiare: lo speed skater con scarpa bassa e ruote grandi sarà velocissimo, ma difficilmente funambolico, viceversa il possente hockeyista avrà una capacità di difesa unica, il freestyler sarà il gatto imprevedibile che “zompa” da un lato all’altro della pista. Possono avere un ruolo tutti, anche pattinatori fitness ricreativi e artistici, per non parlare del roller derby sport affine. ...in fin dei conti basta saper pattinare bene.

## Protezioni per il Rollergoal2019

Le protezioni **veramente usate sono solo le ginocchiere**, Le gomitiere sono un extra, che però riteniamo indispensabile indossare nei match ufficiali, quindi sono facoltative nella partita quotidiana, ma non nelle partite con altri club. I parapolsi possono tornare utili in caso di cadute, e non impattano nei contatti, dunque sono ammessi ma sono scomodi nella presa al volo della pallina, quindi i giocatori preferiscono giocare con guanti con protezione in kevlar o pelle piuttosto che l’esoscheletro in plastica ergonomica.

Economici, ma molto efficaci anche per una migliore presa e controllo della palla sono i guanti da lavoro in pelle di tipo leggero (acquistabili in qualsiasi ferramenta a pochi euro). Se ci piace andare sul sofisticato, sono perfetti i guanti da motociclismo. Se si usano i guanti però devono avere le dita; i guanti da ciclismo non servono a nulla e non sono ammessi.

**Il casco:** Un casco con mentoniera, è a rigor di logica utile e consigliato per togliersi ogni ansia, ma abbiamo riscontrato che è rarissimo se non quasi assente del tutto il fenomeno di palle o manate ricevute in faccia, quindi vanno bene anche i caschi da ciclismo, anche se consigliamo in particolare i caschi da roller e skateboard a elmetto che protegga la nuca, come quello in foto.



## Giocare a Rollerball è economico

**Abbiamo visto, come non** serve nessuna speciale attrezzatura per giocare, e che dunque un’altra barriera (quella delle famiglie che per le attrezzature sportive del figlio vogliono spendere il meno possibile) all’ostacolo della promozione sportiva è stato abbattuto.

1) **RETROCEDERE:** Proibito tornare indietro rispetto al senso di marcia, anche di un solo passo (per recuperare ad esempio una pallina persa o ostacolare un attaccante).

È possibile zigzagare sulla carreggiata per cercare di rallentare o almeno non avanzare troppo (ma tuttavia avanzando). L'arbitro determina se un atleta sia retrocesso in una azione a suo sentire e nel caso verrà conteggiato un fallo.

2) **STAZIONARE:** Proibito rimanere fermi in una posizione, ad esempio per ostruire il foro del tubo o il passaggio di un avversario. È possibile tuttavia frenare in qualsiasi momento, basta che non appena il pattinatore si sia fermato, riprenda subito a pattinare, tipo stop/riparto. Quindi l'arrestarsi d'un tratto è valido solo se si riparte immediatamente, fermarsi ed attendere no, se uno è stanco e vuole fermarsi per riposare esce di pista e si fa dare il cambio. All'inadempiente verrà conteggiato un fallo.

3) **GIOCATORE A TERRA:** chi cade si deve rialzare subito (salvo casi in cui sia necessario fermare il gioco per verificare se la persona sta bene), e non può in nessuna maniera trattenere la palla (la palla è un diritto dei soli giocatori in piedi), prenderla o lanciairla da nessuna parte, ne tantomeno passarla ad un compagno; semplicemente la lascia lì dove è, ed anzi si deve levare dall'impiccio il prima possibile.

All'inadempiente verrà conteggiato un fallo ed un eventuale goal ricavato da questo passaggio sarà annullato.

4) **ZONA FRANCA:** è proibito entrare anche con un solo piede, all'interno della "zona franca" dei cerchi delimitati intorno ai pipe-goal (il tubo). All'inadempiente verrà conteggiato un fallo ed un eventuale goal ricavato da questo fallo sarà annullato. È consentito entrare in zona franca con la mano, per raccogliere la palla.

5) **LA LINEA LONGITUDINALE:** che unisce i due tubi e divide la pista in due parti, non può essere scavalcata e attraversata. All'inadempiente verrà dato doppio fallo. Consentito raccogliere la palla oltre questa linea solo con le mani. Consentito fare passaggi attraverso questa linea divisoria; i pattini non possono oltrepassare la linea, ma la palla sì.

6) **DURATA DEI MATCH:** A seconda della categoria e delle esigenze organizzative le partite possono durare da 30 minuti reali a 10. Se si tratta di un match singolo si userà il tempo massimo, altrimenti se si è in un contesto di torneo con un fitto programma di partite, per stare nei tempi di programma, l'organizzatore può ridurre il tempo fino ad un minimo di 10 minuti. Nei tornei a concentramento con molte squadre per poter fare giocare tutti le partite durano 15 minuti con tempo unico. Previsto fare partite con 3 squadre che giocano insieme con 4 elementi in campo, insieme se il programma lo necessita.

7) **POSSESSO PALLA:** un giocatore può tenerla tutto il tempo che vuole o che riesce, ovvero fino a che non decide di lanciairla volontariamente per un tiro a goal o un passaggio, oppure non viene toccato in qualsiasi punto del corpo da un avversario che lo inseguiva o attendeva pattinando più lentamente di lui. Il giocatore che possiede palla e viene toccato da un avversario deve **OBBLIGATORIAMENTE** lasciare cadere la pallina a terra in mezzo alle proprie gambe, nel momento stesso in cui viene toccato (tolleranza di uno o due secondi al massimo a giudizio dell'arbitro).

Non può passare la palla a un compagno né tirare a goal, in quel caso verrà conteggiato un fallo ed un eventuale goal ricavato da questo passaggio sarà annullato. L'arbitro può decidere a sua discrezione se dare un fallo, a chi fa cadere la palla dopo che è stato toccato, in maniera diversa da quella di farla cadere fra i suoi piedi (a seconda della situazione). Cedere la palla a un compagno è una facoltà che ha solo chi non è "preso".

8) **DOPPIO TOCCO:** una volta caduta a terra la palla il giocatore che l'ha toccata per ultimo non può recuperarla egli stesso, toccandola dunque due volte consecutive. Prima di poterne tornare in possesso, qualche altro giocatore qualsiasi deve averla toccata **CON LE MANI**. In pratica, fare un tiro, fallirlo e recuperare la palla caduta in pista subito dopo non è ammesso. Questo vale anche se il giocatore ha toccato palla involontariamente con corpo o piedi, prima che cadesse a terra. Diversamente è consentito recuperare una palla sfuggita di mano o lanciata, se non ha toccato il suolo prima. Ad esempio è valido:

1) lanciare la palla in aria e recuperarla dopo al volo (senza che abbia toccato terra) per evitare di essere toccati con palla in mano.

2) palla lanciata al tubo, che rimbalza su di esso e, senza aver toccato terra, torna in mano al giocatore autore del tiro, è valido.

9) **PASSAGGI DI PALLA** : si possono fare sia avanti che dietro, sia da un lato all'altro della pista, sia a terra che aerei. Insomma ovunque e in qualunque modo.

10) **PATTINAGGIO**: si può pattinare sia in avanti che all'indietro, ma sempre seguendo il senso di marcia.

### 11) **PARTENZA:**

L'inizio del gioco avviene con una partenza di massa in stile "pattinaggio corsa" e i giocatori si mettono dentro ai quadrati disegnati a terra alla rinfusa, non vi è un criterio per decidere chi parte in prima fila o chi in seconda chi all'esterno pista e chi all'interno... semplicemente il primo che arriva quando l'arbitro fischia la partenza, si sistema dove vuole e gli altri di conseguenza nei posti rimasti.

La linea di partenza ha dei riquadri delineati in numero esatto, pari al numero di giocatori ammesso in pista. Se un giocatore non trova spazio in un quadrato e sono tutti occupati, significa che quella squadra stà giocando con un pattinatore in più, e questi deve uscire e andare in panchina e pagare un fallo.

Da dietro il gruppo la palla viene lanciata avanti da un arbitro (a terra o in aria nella direzione che vuole), e appena lanciata i giocatori possono scattare per andarla a prendere; chi la prende per primo ne dispone a piacimento!

Ad ogni goal il gioco si ferma, i due team si ritrovano per prendere posto in fondo alla pista, nella direzione che è prevista e quando pronti l'arbitro procede ad una nuova "mass-start".

12) **PALLA FUORI PISTA:** Rollerball2019 è studiato per poter essere giocato ovunque. Il regolamento si adatta dunque a seconda del tipo di pista che ospita il match.

a) Se si tratta di una pista con balaustre regolari o muri perimetrali, difficilmente la palla uscirà, e se dovesse uscire fortuitamente il gioco si ferma, e sarà l'arbitro a recuperarla e a rimetterla in gioco con una "mass-start" o a suo avviso lanciandola semplicemente in pista (se invece l'arbitro ravvisa che il giocatore ha volutamente fatto uscire la palla fuori dal recinto, per un suo vantaggio, potrà contargli da uno a 5 falli a seconda della gravità e platealità del gesto).

b) se si tratta di una pista aperta senza balaustre o con ringhiere aperte, dove la palla esce spesso, per non fare interruzioni di gioco repentine, si può decidere che la palla è buona anche sull'erba, e il primo che arriva a prenderla è sua! Una situazione simile è ammessa in partite amichevoli. Nell partite di campionato ufficiale, l'organizzatore deve provvedere con striscioni e transenne a perimetrare in maniera che la palla non esca.

### 13) **CONTATTO FRA GIOCATORI:**

Rollerball è un **gioco basato sul contatto**, gli atleti possono usare il proprio corpo per impedire o obbligare traiettorie, bloccare, rallentare o accelerare un avversario, possono usare anche i propri arti superiori tipo apertura alare, per occupare spazio e impedire sorpassi, o rallentarli. **Non sono ammessi tocchi violenti o spintoni cruenti.**

All'inadempiente verrà conteggiato da un fallo a più falli, **fino alla squalifica**, a seconda della gravità del caso.

Tolti gli atti di nervosismo e violenza, tutto il resto è lecito. **Nel Rollerball ci si tocca ed anche tanto**; quello che è veramente **IMPORTANTE** è che l'avversario toccato sia consapevole che sta per essere toccato. Ovvero il toccatore deve palesemente manifestare la sua intenzione al tocco, con gesti plateali di avviso o gridando la parola "PUSH" che avvisa che una spinta/contatto stà arrivando. In questa maniera il giocatore in procinto di essere toccato o sospinto può produrre una contromossa sia per il tema del gioco che per la sicurezza.

A questo proposito è consigliabile l'uso di indumenti attillati, onde evitare **tiraggi di maglia, che sono proibiti.**

**Il fallo di reazione è considerato GRAVISSIMO, fino all'espulsione dal campo.**

14) **PUNTEGGIO:** Ogni volta che la palla entra nel boccaglio e scende giù nel tubo a terra segna un "roller-Goal". La squadra che fa più roller-goal alla fine del tempo stabilito vince.

NON è GOL, se la palla esce dal tubo per rimbalzo dopo esservi entrata.



### 15) **SENSO DI MARCIA:**

Si inizia la partita girando in senso antiorario, non appena viene segnato un goal, si riparte con il lancio della palla in direzione opposta e si gira pattinando in senso orario!

Il cambio di direzione si fa ogni qual volta che una squadra segna un goal.

Questo favorisce il team più completo, i cui pattinatori sanno incrociare in entrambi i sensi di marcia.

16) **PANCHINA:** ogni giocatore può essere cambiato in qualsiasi momento mille volte. Come nell'hockey il giocatore uscente, dà il diritto di entrare al giocatore entrante durante il gioco; uno esce prima, e l'altro entra poi.

La riserva riposa fuori dalla pista, in un punto stabilito dall'arbitro a seconda della conformazione dell'impianto, e lì attende il cambio.

Se per errore (**e si presume mai per malafede**), una squadra si trova un giocatore in più in pista, l'arbitro avvisa il coach di toglierne uno e sarà lui **e solo lui** a decidere chi resta e chi esce. Questa decisione in nessuna maniera e con nessuna giustificazione plausibile può essere né presa, né suggerita dal coach avversario, né tantomeno egli può entrare in pista durante il gioco, per afferrare un giocatore avversario di sua preferenza e con la forza trascinarlo fuori pista. Un simile comportamento verrà punito con l'intera squadra in fallo. Tutti i suoi giocatori dovranno fare gli addominali mentre il gioco prosegue.

### 17) **SQUADRE:**

A seconda delle dimensioni della pista e della categoria, giocano da 4 a 10 giocatori per squadra.

Mediamente in 7.

In panchina per il cambio, possono stare un numero indefinito di compagni, pronti a cambiarsi a turno. Una squadra che ha saputo produrre molti giocatori ha il diritto di godere di questo vantaggio numerico, come inversamente una squadra che non ha una panchina userà la stessa rosa per tutto il match dovendone sostenere l'impegno fisico.

In casi estremi in cui il numero minimo di giocatori per poter giocare viene a mancare ad un team, la partita (con svantaggio numerico per la squadra che ha subito questo imprevisto) potrà essere comunque giocata.

18) **FALLO:** qui l'elenco riassuntivo di tutti i falli previsti dal regolamento:

A) retrocedere, B) restare fermi in pista, C) maneggiare la palla se si è caduti a terra, D) entrare in zona franca con i piedi, E) attraversare la linea che divide la pista in due, F) non lasciare cadere subito la palla in mezzo ai piedi se si viene intercettati dagli avversari con tocco, G) buttare la palla fuori pista intenzionalmente, H) recuperare una palla a terra subito dopo averla lanciata, I) falsa partenza, L) gioco violento intenzionale, M) andare contromano rispetto al senso di marcia, N) entrare in gioco dalla panchina, senza che prima sia uscito il giocatore che dà il cambio, M) toccare un avversario senza che egli se ne stia rendendo conto.

### 19) **PAGARE UN FALLO:**

il fallo si paga in questi termini.

Non appena certificato il fallo, il falloso dovrà recarsi in "zona puniti" nel cerchio dietro al tubo ed eseguire 10 flessioni addominali complete (vedi apposita illustrazione di come si esegue).

Fintanto che queste non saranno eseguite il proprio team gioca con un elemento in meno. Non appena eseguite il giocatore può riprendere il match.

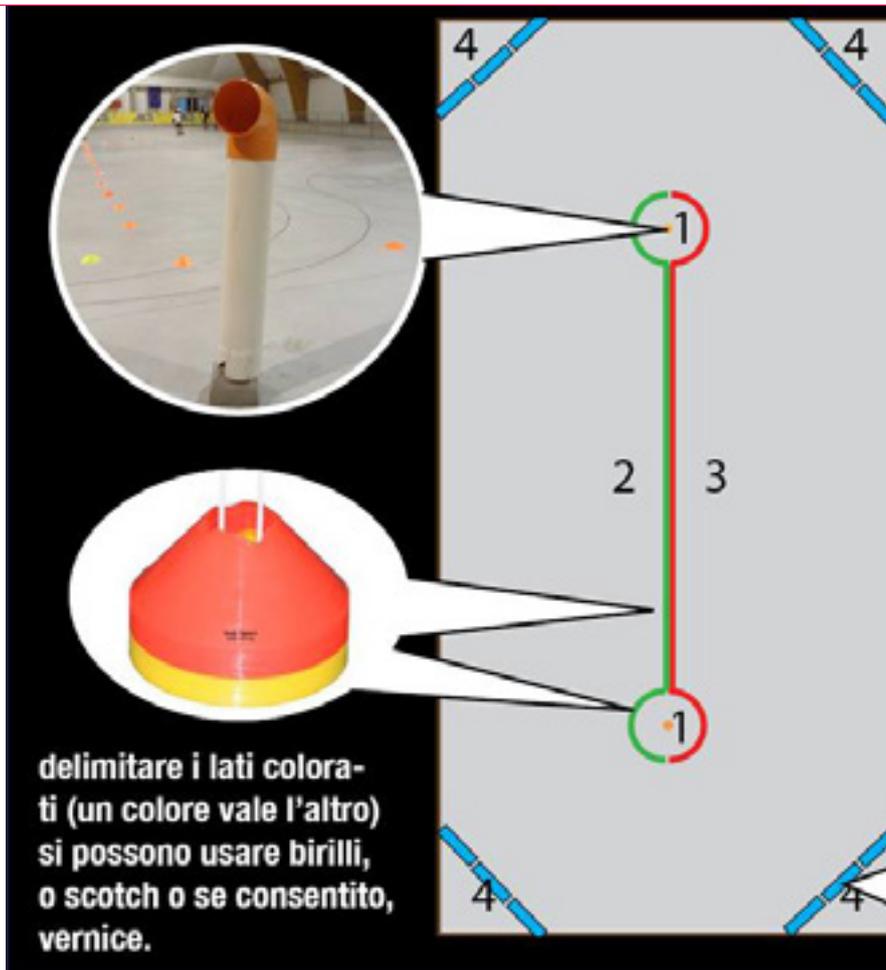
L'esecuzione si effettua appoggiando mani e prime ruote dei roller a terra a gambe tese, poi portando le ginocchia a contatto dei gomiti (senza mai toccare terra con le ginocchia) e da capo per 10 volte.



## preparare la pista per il Rollegoal

### 1) pipe goal

4) materassi o altro materiale per smussare gli angoli della pista e far fluire la palla (facoltativo ma consigliato, se non si hanno già le sponde curve da hockey)



delimitare i lati colorati (un colore vale l'altro) si possono usare birilli, o scotch o se consentito, vernice.

## Campo di gioco:

Il gioco è flessibile e alla portata di tutti.

È sufficiente un campo da basket o da tennis per potervi giocare. Non sono le dimensioni che contrano, quanto le proporzioni della linea centrale che divide la pista in due, con alle estremità i due pipe-goal, a produrre due curve "a boa".

Il gioco si svolge intorno alle due boe rappresentate dai pipe-goals, e non importa quanto larga o lunga è la pista, l'importante è avere lo spazio vitale per poter girare intorno alle boe.

Se il campo sarà molto piccolo (come un campo da basket) si giocherà in 4 per squadra, se sarà medio 5 e se sarà grande 6... e se è enorme anche di più.

**Quello che conta dunque è la PROPORZIONE e non la dimensione.**

È l'arbitro di giornata che decide sul posto, una volta vista la pista e le squadre che devono giocare, in quanti giocatori stanno in campo e quanti in partita. Non vi è dunque un numero precisato a priori di giocatori per ogni match; il regolamento prevede un range minimo e massimo che l'arbitro applica a sua opinione sul singolo match.

Occorre segnare per terra una riga per la partenza con disegni (vernice, nastro o gessetto) un numero di quadrati (o cerchi) pari al numero consentito di giocatori.

I Pipe-goals vanno posti uno di spalle all'altro a una certa distanza, al centro di cerchi detti "zona franca". Questi cerchi hanno il diametro di 140cm per le categorie kids, e 2mt per le categorie più grandi.

Il cerchio sarebbe meglio dapprima segnarlo con un gesso o vernice, e poi lo si può delimitare con cinesini, coni, gommapiuma. Il massimo della fluidità di gioco, è espressa da un cerchio chiuso che non si possa invadere, costruito a mo di muretto, con materiali qualsiasi.

Il rollerball è stato studiato per non impattare economicamente sulle ASD con attrezzatura specifica da acquistare. Bricolage e fai da te, perlomeno nella fase iniziale saranno le uniche cose richieste ai presidenti per mettere in piedi una squadra di rollegoal.