

Kort om vattenpoloregler

Antal spelare

Ett pololag består av målvakt och sex utespelare samt sex avbytare. Byte får ske när som helst under matchen.

Speltid

4*8 minuter effektiv tid, d v s klockan stoppas vid frikast, hörnkast, straffkast, mål etc.

Målutkast döms när...

bollen går över bakre linjen och senast vidrörts av en anfallande spelare eller en utespelare i det försvarande laget. Målutkast utförs av målvakten eller av annan försvarsspelare.

Hörnkast döms när...

bollen går över bakre linjen och senast vidrörts av det försvarande lagets målvakt eller om en försvarsspelare avsiktligt kastar bollen över mållinjen.

Frikast döms när...

- * Spelare attackerar motståndare som inte håller i bollen.
- * Bollen tas med två händer.
- * Bollen hålls under vattnet när man attackerar.
- * Bollen spelas ut över sidlinjen.
- * Spelare hoppar från botten för att nå bollen.
- * Spelare gör frånskjut på motståndare.
- * Spelare slår till bollen med knuten hand.
- * Spelare håller i bassängkant eller mål. Frikast innanför 5-meterslinjen får inte skjutas direkt i mål. För att mål skall godkännas måste annan spelare än frikastläggaren vidrört bollen innan den passerar mållinjen. Om frikastet dömts utanför 5-meterslinjen får frikastet skjutas direkt i mål, om skottet utförs direkt (utan fint).

Det är tillåtet att ...

- * Att doppa, trycka ner eller hålla fast en motståndare som har bollen i hand.
- * Att gå eller stå på botten när man inte deltar i spelet.

30-sekundersregel

Ett lag får endast ha bollen i besittning i 30 sekunder. Om laget ej lyckats skjuta mot mål under denna tid tilldöms motståndarna ett frikast. Klockan nollställs vid utvisning och straffkast.

Målvakten får...

- * Stå, gå eller hoppa upp från botten.
- * Ta bollen med två händer.
- * Slå bollen med knuten hand.

Domarkast döms när...

- * Spelare från båda lagen samtidigt gör fel.
- * Domaren inte kan se vem som först gjorde fel.
- * Bollen slår i taket.

Vid domarkast utser domaren två spelare - en från varje lag - och kastar bollen ca 2 meter från dem. De skall sedan på reglementsenligt vis försöka ta bollen.

Utvisningar döms när...

- * Spelare doppar, trycker ner eller håller fast en motståndare som inte har bollen.
- * Spelare stänker vatten på en motståndare.
- * Spelare förhindrar utförande av frikast. Den utvisade spelaren skall omgående lämna bassängen och får ej gå i vattnet förrän efter 20 sekunder eller efter mål eller efter att det försvarande laget tagit bollen i besittning.

Utvisning för resten av matchen döms när...

- * När spelare brister i respekt för domaren. Reserv för matchutvisad spelare får sättas in.
- * Vid brutalt spel (t ex slag, spark) eller ansatser till sådant. I sådana fall får avbytare sättas in efter 4 minuters effektiv speltid.

Straffkast

Döms innanför 5 meter för varje utvisningsfel, som hindrat ett troligt mål. Straffkastet måste utföras 5 meter från mål på domarens visselsignal. Kastet måste göras i en oavbruten rörelse.

Time-out

En time-out per period/lag med insättande av avbytare.