

Ijshockey, spelregels

De spelregels voor ijshockey zijn niet overal hetzelfde. Elke bond heeft zijn eigen set spelregels. De meeste regels zijn in hetzelfde, de verschillen zitten in de details. De regels van de IIHF wijken het meeste af. Dit komt vooral omdat het speelveld in Noord-Amerika smaller is dan daarbuiten.

De onderstaande regels gelden voor alle organisaties.

{googleads}

Duur en spelers

Een ijshockeywedstrijd bestaat uit drie zogenaamde perioden van elk 20 minuten zuivere speeltijd. Dit betekent dat bij alle spelonderbrekingen de tijd wordt stopgezet. Het spel wordt gespeeld door twee teams. Naast de goalie mogen beide teams vijf spelers tegelijk in het veld hebben staan. Hiervan zijn er traditioneel twee verdedigers (rechtsachter en linksachter) en drie aanvallers (rechtsvoor, middenvoor en linksvoor). Er mag vrijwel voortdurend gewisseld worden. Ook spelers die eerder gewisseld waren kunnen weer terug het veld in. Op het hoogste niveau hebben teams hiertoe vier aanvals- en drie verdedigingslijnen ter beschikking, die doorgaans niet langer dan een minuut op het ijs blijven.

Het aantal spelers waaruit een team mag bestaan, hangt af van de regels waaronder gespeeld wordt; bij de NHL-wedstrijden zijn er maximaal 18 spelers en 2 keepers (totaal 20) en bij de IIHF-wedstrijden, zoals de Olympische Spelen zijn dit er maximaal 20 spelers en 2 keepers (totaal 22).

{googleads}

Speelveld

Het speelveld is verdeeld in 3 zones: het verdedigingsvak, het neutrale vak en het aanvalsvak. Deze verdeling is belangrijk omdat de toegang tot het aanvalsvak door een buitenspelregel (offside, zie onder) beperkt wordt. De bedoeling van het spel is om te scoren door de puck in het doel van de tegenstander te schieten. Een ijshockeydoel heeft een afmeting van 1,83 bij 1,23 m.

Doelman

De goalie mag de puck met alle onderdelen van zijn of haar bescherming tegenhouden. Hiervoor wordt vaak de zogenoemde "Butterfly"-stijl gebruikt. Hierbij laat een goalie zich op de knieën vallen en spreidt de onderbenen voor het lage deel van het doel. Met het bovenlichaam en de handschoenen worden dan de hoge schoten gestopt. Een goalie mag een puck vasthouden. Wanneer de puck langer dan 3 seconden vastgehouden wordt is er sprake van "freezing" en wordt het spel hervat middels een face-off.