

## APUNTES BÁSICOS DE INTERCROSSE-SERITIUM

### 1.- POSICIONES DEL INTERCROSSE-SERITIUM:

#### a) Ataque:

La responsabilidad del delantero es marcar goles. Normalmente restringe su juego a la zona final del campo en ataque. Un buen delantero demuestra un excelente manejo del stick con ambas manos y velocidad para maniobrar alrededor del área de gol. Cada equipo debe tener **DOS** delanteros en el campo durante el juego.

#### b) Centro del campo:

La responsabilidad del centrocampista es cubrir la totalidad del campo, jugando a la vez en ataque y defensa. Es una llave al juego de transición, y con frecuencia despeja la pelota de la defensa al ataque. Un buen centrocampista demuestra un buen manejo de stick (crosse), incluyendo lanzar, capturar y cubrir. La velocidad y la resistencia son esenciales. Cada equipo debe tener **DOS** centrocampistas en el campo.

#### c) Defensa:

La responsabilidad del defensa es proteger el área de gol. Generalmente restringe su juego a la zona final del campo en defensa. Un buen defensa debe ser capaz de reaccionar rápidamente en situaciones de juego. La agilidad y la agresividad son necesarias, pero no es esencial un gran manejo de crosse para ser efectivo. Cada equipo debe tener **DOS** defensas en el campo.

#### d) Área de marca:

La responsabilidad del portero es proteger el área de marca y evitar que el equipo contrario marque. Un buen portero lidera la defensa leyendo la situación y dirigiendo a los defensas. Un buen portero debe tener una coordinación ojo-mano excelente y una voz potente. La velocidad, la agilidad, la seguridad y la capacidad de concentración son también esenciales. Cada equipo tiene **UN** portero en el área de marca durante el juego.

### 2.- EQUIPO DEL INTERCROSSE-SERITIUM:

#### a) El crosse o bastón:

El crosse o bastón está hecho de aluminio, con una cesta amoldada de plástico al final. El palo debe tener una longitud total de 1 mts. Aprox.

#### b) La pelota:

Ha de estar hecha de goma dura y puede ser blanca, amarilla o naranja. La pelota tiene una circunferencia de unas 8 pulgadas y tiene un peso de unos 145 g.

#### e) El guante:

Opcionalmente los jugadores pueden llevar guantes protectores. Estando prohibido cortarlos o alterarlos.

#### f) Equipo protector:

Opcionalmente todos los jugadores excepto el portero pueden llevar hombreras. Siendo recomendables y generalmente exigidos los protectores para los brazos, los costados, los suspensorios atléticos y coquillas para todos los jugadores.

Al portero se le recomienda un protector de garganta y uno de tórax, además de protector bucal, casco y guantes.

### 3.-HABILIDADES DEL INTERCROSSE-SERITIUM:

#### 3.1. RECUPERAR LA BOLA

a) Recoger la pelota **directamente** con la pala.



1. En el aire.



2. En el suelo:

b) **Cubrir y recoger** mediante un movimiento en una dirección, seguido de la colocación de la cesta para recoger la bola que está rodando.

1. Movimiento hacia atrás.

2. Movimiento Lateral con finta

#### 3.2. CUBRIR LA BOLA



Con la pelota en el suelo, sucede cuando varios jugadores se disputan la pelota y se cubre esta para poder jugarla

#### 3.3. FINTA



Movimiento coordinado de brazos y caderas que manteniendo la pelota a salvo en la cesta busca engañar al defensor para realizar un pase efectivo.

**3.4. ASISTENCIA**

Pasar la pelota a un compañero que está en posición para tirar a gol.

**3.5 PASE**

El acto de lanzar la bola a un compañero con el crosse.

**3.5. RECEPCIÓN**

Es la acción técnica mediante la cual se recupera la bola tras un pase realizado por un compañero.

**3.6. LANZAMIENTO**

El bastón siempre se cogerá con ambas manos.  
Para lanzar se acercarán las manos para que mientras una empuja la otra produzca el efecto de latigazo.

## 4.- REGLAS DEL INTERCROSSE-SERITUM:

### 4.1. TERRENO DE JUEGO:



### 4.2. ORGANIZACIÓN DEL JUEGO:

#### a) El objeto del juego es:

Lanzar la pelota a la portería rival. Siendo el equipo que marca más goles el que gana.

1.1. En la Opción Intercrosse-Ultimate el objeto del juego es recepcionar la pelota dentro de la zona de 6 mts. Tras una asistencia de un compañero fuera de esta área.

#### b) Participantes en el Intercrosse-Seritium:

Es un deporte en el cual participan **Siete jugadores por equipo** divididos de la siguiente forma:

UN portero, DOS defensas, DOS centrocampistas y DOS delanteros.

Cada equipo debe mantener al menos:

- 2 jugadores, excluido el portero, en su mitad defensiva del campo;
- 2 jugadores en la mitad ofensiva y
- 2 centrocampistas que podrán desplazarse por todo el campo.

El Intercrosse-Seritium será arbitrado por 2 colegiados y habrá 1 anotador como controlador del tiempo y de los marcadores.

#### c) Duración del partido:

Tendrán una duración de 40' divididos en 4 cuartos de 10'.

- Cada equipo tiene un descanso de 2' entre los cuartos 1º y 2º y 3º y 4º. - -
- Siendo el descanso de 10' entre los cuartos 2º y 3º.
- Cada equipo dispone de dos tiempos muertos en cuarto.
- Los equipos cambiarán de campo tras los descansos.

**d) Sorteo:**

El equipo que gane el sorteo con moneda elige el campo que quiere defender primero o el saque.

El saque al comienzo de cada cuarto se realizará de forma alterna.

**4.3. REGLAS BÁSICAS:**

a) Los jugadores de campo deben usar sus bastones para pasar, coger, cubrir la bola etc., siendo **Sólo el portero quién podrá tocar la bola con las manos dentro del área de 6 mts.**

b) El contacto con el cuerpo está totalmente prohibido.

c) No se puede realizar más de 3 pasos cuando el jugador está en posesión de bola.

d) Si la pelota o el jugador que la tenga sale de los límites del campo el otro equipo consigue la posesión.

e) El jugador atacante no puede penetrar en la línea de 6 mts. (Área de portería), pero puede alcanzarla con su stick para ganar una bola suelta.

**4.4. FALTAS PERSONALES EN EL INTERCROSSE-SERITIUM:**

**Las faltas personales serán castigadas con** la posesión para el equipo que sufre la agresión.

Los jugadores que sumen 5 faltas personales serán expulsados del juego.

La bola será puesta en juego desde la línea discontinua de 9 mts siempre que estas sean realizadas dentro de campo de ataque, en caso de ser cometidas en campo defensivo la bola se podrá en juego desde el lugar donde se cometió la infracción.

**¿CUÁNDO SE COMETE UNA FALTA PERSONAL?:****a) Tajo:**

Ocurre cuando el stick de un jugador impacta **CON SAÑA** sobre el stick de otro jugador oponente.

**b) Traspíe:**

Sucede cuando un jugador obstruye a su oponente con el crosse evitando que realice cualquier acción técnica con las manos, los brazos, los pies o las piernas.

**c) Contacto cruzado:**

Cuando un jugador usa la zona del mango de su bastón entre las manos para hacer contacto con un oponente.

**d) Conducta antideportiva:**

Cuando un jugador o entrenador comete un acto considerado antideportivo, como insultar, discutir, o hacer o decir obscenidades.

**e) Violencia innecesaria:**

Cuando un jugador golpea a un oponente con su stick o su cuerpo usando una fuerza violenta o excesiva.

**f) Crosse ilegal:**

Cuando se usa un crosse que no está conforme a lo requerido. Se puede encontrar ilegal un crosse si la cesta es muy profunda o si cualquier otra parte del crosse se ha alterado para conseguir ventaja.

#### 4.5. FALTAS TÉCNICAS EN EL INTERCROSSE-SERITIUM:

Existen faltas técnicas que son castigadas con la posesión para el equipo que sufre la agresión.

La bola será puesta en juego desde la línea discontinua de 9 mts siempre que estas sean realizadas dentro de campo de ataque, en caso de ser cometidas en campo defensivo la bola se podrá en juego desde el lugar donde se cometió la infracción.

##### a) Retención:

Cuando un jugador impide el movimiento de un oponente o su crosse.

##### b) Intromisión:

Cuando un jugador interfiere de alguna manera en el libre movimiento de un oponente, que está en posesión de la pelota.

##### c) Empujón:

Cuando un jugador empuja a otro por detrás.

##### d) Fuera de juego:

Cuando un equipo no tiene al menos 2 jugadores en su zona defensiva del campo o en la zona ofensiva.

##### e) Pantalla:

Cuando un jugador atacante se entromete y hace contacto con un jugador defensor con el objetivo de bloquearlo respecto al hombre que está defendiendo.

##### f) Atasco:

Cuando un equipo mantiene intencionadamente la pelota, sin desarrollar el juego ofensivo normal, con la intención de hacer correr el tiempo.

##### g) Rechace:

Cuando un jugador en posesión de la pelota usa su mano libre o brazo para agarrar empujar o controlar la dirección del contacto de stick de un oponente.

#### 4.6. PENALTY EN EL INTERCROSSE-SERITIUM:

El penalti será ejecutado desde la línea de 7 mts.

##### ¿CUÁNDO SE COMETE UN PENALTY?:

- a) Cualquier falta personal o técnica realizada en la zona comprendida entre la línea de 6 y 9 mts
- b) Juego brutal de un jugador en su propio campo
- c) Cuando se impide, infringiendo las reglas, una clara ocasión de marcar gol al equipo contrario.
- d) Si un jugador entra en su área de puerta con intención de despejar el peligro.
- e) Cuando se envía con intención el balón al portero de su equipo que se halle dentro del área de puerta.
- f) Cuando el portero lleva el balón a su área de portería.