

REGOLE

- Ogni squadra è composta da 10 giocatori , 5 in campo e 5 in panchina, intercambiabili senza limiti a gioco fermo.
- La gara comprende 4 periodi di 10 minuti “effettivi”ciascuno.
Ci saranno intervalli di 2 minuti tra il primo ed il secondo periodo, tra il terzo e il quarto e prima di ogni tempo supplementare.
Ci sarà un intervallo, tra il 2°ed il 3°periodo, di 15 minuti.
Una partita viene vinta dalla squadra che realizza il maggior numero di punti durante il tempo di gioco.
Se alla fine del 4° periodo il punteggio è di parità, la gara deve continuare con uno o più tempi supplementari di 5 minuti fino a che una squadra non termini il tempo in vantaggio.
- Quando la palla è in gioco si dice che è **viva** e il cronometro viene attivato; quando il gioco viene interrotto, la palla diventa **morta** e si ferma il cronometro.
- Il **canestro** effettuato dall'esterno della linea dei 6,25 m. vale 3 punti; se viene effettuato all'interno della stessa su azione vale 2 punti; quello realizzato a gioco fermo (tiro libero) vale 1 punto.
- **Il palleggio.** La palla si può palleggiare con una sola mano.
Non si possono fare più di 2 passi con la palla in mano (infrazione di passi).
Non si può palleggiare con entrambe le mani (infrazione di palleggio).
Una volta interrotto il palleggio si può solo tirare o passare; se si riprende a palleggiare si incorre nell'infrazione di doppio palleggio.
Non si può colpire la palla con il pugno o con i piedi.
Un giocatore che ha arrestato il palleggio non può trattenere la palla per più di 5”.
- All'inizio della partita l'arbitro rimette il pallone (rimessa a due) nel cerchio centrale del campo, alzandolo tra due giocatori posti l'uno di fronte all'altro.
- Se durante l'azione di gioco ci sono palle contese, la rimessa a due avviene nel cerchio più vicino alla posizione in cui si è verificata la sospensione del gioco.
- **Regola dei 24”** : quando un giocatore acquisisce il controllo della palla sul campo, la sua squadra deve effettuare un tiro a canestro entro il tempo di 24”.
- **Regola dei 8”** : quando un giocatore acquisisce il controllo della palla nella sua zona di difesa, la sua squadra deve portarla nella zona d'attacco entro 8”.
- La palla portata nella zona d'attacco non può tornare nella zona di difesa (infrazione di campo).
- **Regola dei 3”** : quando la sua squadra ha il controllo della palla, un giocatore non deve rimanere nell'area sotto canestro per più di 3”.
- Qualsiasi contatto fisico è vietato ed è punito con un fallo personale.
- Ad ogni giocatore sono concessi al massimo 5 falli, dopo di che viene espulso.

- Se un fallo viene commesso su un giocatore in azione di tiro a canestro, l'arbitro decreta i tiri liberi, con questa regola:
 - se il canestro viene realizzato, lo convalida e concede anche un tiro libero
 - se il tiro a canestro da 2 punti non viene realizzato, concede due tiri liberi
 - se il tiro a canestro da 3 punti non viene realizzato, concede tre tiri liberi
- Falli di squadra: quando una squadra ha commesso 4 falli, personali o tecnici, in un periodo, tutti i successivi falli personali devono essere puniti con due tiri liberi, che devono essere effettuati dal giocatore contro il quale è stato commesso il fallo.
- Un giocatore viene considerato fuori campo quando una qualsiasi parte del suo corpo tocca il terreno o qualsiasi altro oggetto, che non sia un giocatore, sopra o all'esterno delle linee di delimitazione del campo.
- La palla viene considerata fuori campo quando tocca il terreno, un giocatore o qualsiasi altro oggetto sopra o all'esterno delle linee di delimitazione del campo oppure quando tocca i sostegni o la parte posteriore dei tabelloni.
- La rimessa in gioco deve essere effettuata entro 5" ed è vietato toccare la palla prima che abbia toccato un altro giocatore. E' altresì vietato entrare in campo prima che la palla abbia lasciato le mani del giocatore che effettua la rimessa.