

# Spielregeln Capture the Flag

## 1. Spiel

- 1.1. Ein Spiel dauert 8 Minuten.
- 1.2. Wer mehr Punkte erzielt, gewinnt das Spiel.
- 1.3. Ein Team erhält einen Punkt, wenn es die gegnerische Flagge und die eigene Flagge auf dem eigenen Schwedenkasten hat.

## 2. Abwerfen

- 2.1. Eine Person gilt als abgeworfen, wenn man von einem gegnerischen Spieler, einer gegnerischen Spielerin, direkt getroffen wird und der Ball nicht direkt von einem selbst gefangen wird.
- 2.2. Wird der Ball mit einem Ball in den Händen abgewehrt, so gilt dies als abgeworfen.
- 2.3. Eine abgeworfene Person legt alles (Bälle und Flaggen) auf den Boden, begibt sich auf die Mittellinie und macht in der Kategorie Damen 5 Hampelmänner, in der Kategorie Herren 5 Liegestützen, anschliessend kann weitergespielt werden.
- 2.4. In der Zeit, in der man Liegestützen/Hampelmänner macht, kann man nicht erneut abgeworfen werden.

## 3. Ballkontakt

- 3.1. Es dürfen nur die eigenen Bälle aufgenommen werden.
- 3.2. Das Kicken von den eigenen, wie den gegnerischen Bällen ist verboten.
  - 3.2.1. Als Kick gilt eine aktive Bewegung zum Ball, mit dem Fuss.
- 3.3. Fängt man einen gegnerischen Ball, so muss dieser nach erfolgreichem Fangen sofort auf den Boden fallen gelassen werden.

## 4. Flagge

- 4.1. Es ist nicht erlaubt, die Flaggen zu werfen.
- 4.2. Die Flagge darf nicht vom eigenen Schwedenkasten entwendet werden.
- 4.3. Die Flaggen dürfen nicht versteckt werden.
- 4.4. Es ist erlaubt, die eigene Flagge auf den eigenen Schwedenkasten zurückzubringen.

## 5. Schiedsrichter

- 5.1. Die schiedsrichternde Person startet das Spiel mit einem Pfiff.
- 5.2. Die schiedsrichternde Person beendet die Runde mit zwei Pfiffen.
- 5.3. Die schiedsrichternde Person beendet das Spiel mit drei Pfiffen.
- 5.4. Die schiedsrichternde Person sorgt dafür, dass die Regeln beachtet werden. Diese können bei Regelverstößen eingreifen und die spielende Person, welche einen Regelverstoß begann, sanktionieren.
- 5.5. Begehen spielende Personen immer wieder und mit Absicht den gleichen Regelverstoß, so können die schiedsrichternden Personen, die spielende Person für eine Runde vom Spiel verweisen.

## 6. Körperkontakt

- 6.1. Körperkontakt ist verboten.
- 6.2. Es ist nicht erlaubt, Bälle oder Flaggen aus den Händen einer Person zu entwenden.

## 7. Sonstige Regeln

- 7.1. Begeht eine Person einen Regelbruch, welcher die Runde für das eigene Team entscheidet, wird der Punkt nicht gegeben und die Runde beginnt von vorne.
- 7.2. Es ist verboten, einer Person absichtlich den Weg zu versperren.
- 7.3. Für die Dauer eines Satzes, bis ein Team beide Flaggen hat, ist es nicht erlaubt, die Spieler\*innen auszuwechseln.
  - 7.3.1. Im Falle einer Verletzung darf eine Spielerin, ein Spieler sofort ausgewechselt werden.