

2026 年度版（第 1 版）

JLA

WOMEN'S LACROSSE

OFFICIAL RULE BOOK

日本ラクロス協会公認女子競技用ルールブック
UNDER THE SUPERVISION
OF
JAPAN LACROSSE ASSOCIATION

目 次

ルール 1	フィールドマーク	2
ルール 2	ゴール	4
ルール 3	クロス	5
ルール 4	ボール	6
ルール 5	チーム	7
ルール 6	ユニフォームと装具	8
ルール 7	キャプテン	11
ルール 8	コーチ	12
ルール 9	審判員	13
ルール 10	得点員とタイムキーパー	14
ルール 11	得点	16
ルール 12	試合時間	18
ルール 13	試合の開始と再開	21
ルール 14	交代	24
ルール 15	アウトオブバウンズ	26
ルール 16	オルタネイトポゼッションと同時ファール	28
ルール 17	ゴールサークルルールとペナルティ	30
ルール 18	リストレイニングラインルールとペナルティ	35
ルール 19	マイナーファールのルールとペナルティ	37
ルール 20	メジャーファールのルールとペナルティ	42
ルール 21	アドバンテージフラッグ	49
ルール 22	ミスコンダクト	51
ルール 23	カードによる警告と退場	52
ルール 24	(参考掲載) ショットクロック	55
付録 A	用語の定義	59
付録 B	審判員のシグナル	61
付録 H	クロス仕様	65
図集		72

変更の概要

規則の変更は、以下の通り規則本文で強調表示されています：

- ・追加、変更箇所：黄色ハイライト
- ・削除箇所：灰色ハイライト
- ・追加のガイドライン：青色のイタリック体

※編集変更に関する注意事項：一貫性、統合、再編成、および明確化を目的とした多くの編集上の変更が含まれる

ルール 1 フィールドマーキング

A 一般

- 1.A.1 すべてのフィールドラインの測定は、ライン幅の中心から中心で測定する。
- 1.A.2 プレーイングエリアは、エンドライン間の長さが 91.4 ~ 100m、サイドライン間の幅が 48 ~ 60m の長方形の境界線が引かれる。フィールドのコーナーを示すために 4 つのコーンを使用してもよい。(図 1) フィールドのラインはすべて 5 ~ 10cm の幅でマークされる。すべてのラインは白く塗ることが推奨される。フィールドに無断でマークやラインを追加することはできない。
- 1.A.3 JLA の公式試合では、100m×48 ~ 60m のプレーイングエリアが使用される。(図 1)
➡大会規約に基づき、変更可能
- 1.A.4 プレーイングエリアは平坦で、石、ガラス、突起物などがあってはならない。サイドラインとエンドラインからは、少なくとも 2 ~ 4m の距離をとり、樹木、茂み、陸上トラック、フェンス、施設付帯の観客席、スタンドなどの自然物や人工物がないこと。
➡観客席は原則としてサイドラインから 4m 以上離れなければならない、チームベンチやスコアテーブルの真後ろには観客は入ることはできない。
➡エンドラインの後方には、ボールが飛び込まないように保護された常設の座席がない限り、観客を入れることはできない
- 1.A.5 ゴールラインとゴールライン延長線 (GLE) は、フィールド幅の中心点とエンドラインから 12m の地点で、エンドラインと平行に引く。ゴールラインの長さは 1.83m で、幅 5cm (±5mm) とする。GLE は、ゴールラインの中心点から 15m を測定し、3m から 15m までをマークする。(図 1、ルール 2)
- 1.A.6 15m のマーキングエリア (15m MA) は、ゴールラインの中心点からゴールライン延長線に向かって 15m の半円をマーキングする。(図 1、図 2、図 7)
- 1.A.7 11m のマーキングエリア (11m MA) は、ゴールラインの中心点からゴールライン延長線に向かって 11m の半円をマーキングする。GLE とゴールサークルが交わる点から、GLE に対して 45 度の角度で引かれた線は、11m の半径まで延長される。11m の半径は、45 度線と交わる点で終了する。(図 1、図 2、図 7)
- 1.A.7.a 11m MA に長さ 31cm の 7 つのハッシュマークを、中心のハッシュマークから 4m 毎マークする。(図 2)
- 1.A.8 フィールドの両端にある 2 つのドットは、エンドラインから 4m 内側で、15m の MA 半円が GLE と交わる点と一直線上に位置し、直径 15cm の印を付ける。ゴールサークルは、ゴールラインの中心点から測定され、半径 3m でマークされる。(図 1、図 2)
- 1.A.9 リストレインニングラインは、各ゴールラインからフィールド内側へ 22m の距離を測り、フィールドの全幅にわたって水平に引かれる。(図 1)
- 1.A.10 フィールドの中心点からリストレインニングラインと平行に、長さ 3m のセンターラインを

引く。(図 1)

1.A.11 センターサークルは、フィールドの中心点から、半径 9m で引く。(図 1)

1.A.12 交代エリアは、フィールドの長さの中心点から 13m (中心点の左右 6.5m)、サイドラインと平行に 4m を計測する。(図 3)

1.A.13 コーチウォークは、サイドラインと平行に縦 4m とし、交代エリアからリストレイニングライン方向へ 14m の距離で引く。(図 1、図 3)

1.A.14 プレー中、コーチウォークに入ることができるコーチは最大 4 名までとし、フィールド審判員がコーチウォーク内を走る場合は、フィールド審判員を優先し、進路を譲らなくてはならない。(図 3)

1.A.15 チームベンチエリアは、コーチウォークに平行に 5m の距離を測り、コーチウォークの幅と同じだけ確保される。選手およびその他のチーム / ベンチスタッフは、チームベンチエリア内に留まり、プレー中にコーチウォークに入ることはいできない。選手のベンチ / 椅子は、サイドラインから少なくとも 7m 以上、かつ交代エリアから 4m 以上離れていなければならない。(図 3)

ルール 2 ゴール

A 一般

- 2.A.1 各ゴールサークル内にゴールケージが設置される。
- 2.A.2 ゴールケージは、2本の垂直の支柱／パイプを剛性のあるクロスバーで上部を結合したものである。柱／パイプの間隔は183cmで、上部の水平クロスバーは地面から183cmとなる。すべての寸法は内寸。ゴールポスト／パイプとクロスバーは5.1cm角または直径5.1cmで、白またはオレンジ色に塗らなければならない (図 4)。
- 2.A.3 自立式のゴールを使用する場合、グラウンドレベル、サイドバック、センターバックのサポートはすべて、ボールの跳ね返りを制限する素材で全長にわたってパッドを入れなければならない。
- 2.A.4 地面に接する平らなまたは角度のついた支持部でボールの跳ね返りを防ぐ場合は、ゴールをパッドで覆う必要はない。ゴールの角にサポートブラケットを設置してはならない。これにより、ゴールが得点されることを妨げる可能性がある。(図 4)
- 2.A.5 メッシュの綿またはナイロンのゴールネットは、菱形4cm以下でなければならない。ゴールネットは、ポスト／パイプ、クロスバー、およびゴールラインの中央から2.1m後方の地面にある点にしっかりと取り付けられていなければならない。ネットはボールの跳ね返りを制限するように張ること。
- 2.A.6 ゴール裏のネットを支えるいかなる構造物も、ゴールキーパーとディフェンダーがゴールサークルの後方で自由に動けるようにしなければならない。
- 2.A.7 ゴールスカートは許可されている。

ルール 3 クロス

A 一般

- 3.A.1 フィールドクロスは、次の条件を満たしている場合使用可能
- 3.A.1.a 本ルールに記載されている基準に適合している。(付録 H 参照)
 - 3.A.1.b 水平に保持されたクロスのポケットにボールを落としたとき、どの位置でもボールの上端が木製またはプラスチック製のサイドウォール全体の上端より上に見えていなければならない。
 - 3.A.1.c ボールがポケットのどの部分にも引っかからないこと。
 - 3.A.1.c.i ボールが自由に転がることを確認するために、審判員はクロスを両方向に傾け、ボールがボールストップからスクープへ、そしてクロスの外へ自由に動くようにする。
 - 3.A.1.c.ii ボールは、木製クロスの壁の間、ガードの下、ブリッジ、ボールストップの中、またはプラスチック製ノモールドヘッドのクロスの壁の下に挟まったりしてはならない。
 - 3.A.1.c.iii クロスを逆さに倒したとき、ボールがクロスのポケットから容易に落ちなければならない。
- 3.A.2 ゴールキーパークロスは、次の条件を満たしている場合使用可能：
- 3.A.2.a 本ルールに記載されている基準に適合している。(付録 H 参照)
 - 3.A.2.b スティックの長軸を地面に対して垂直になるようにしたとき、ボールの上半分以上がボールストップの上部に見えていなければならない。
 - 3.A.2.c ボールがポケットのすべての部分で、自由に動く。

B ペナルティ

- 3.B.1 クロスのポケットをチェックするために、審判員はプレー中いつでもタイムアウトを取ることができる。
- 3.B.2 フィールド上にいる選手は誰でも、審判員に相手側クロスのポケットのチェックを要求することができる。申請できるタイミングは自チームがデッドボールを持っているとき、またはゴールが決まった直後のみ。
- 3.B.2.a (JLA 独自ルール) クロスチェックの結果、合法だった場合、クロスチェックを申請したチームはメジャーファールが与えられる。違法なクロスチェックの申請<メジャー>。シュート決定後であれば、センターラインで相手チームがボールポゼッションを得る。相手チームは後ろ 4m に立つ。それ以外であれば、ファールがあった場所で相手チームがボールポゼッションを得る。(ルール 19.B.14, 20.B.3-6)
- ➡これは、クロスの合否を問う目的ではなく、プレー時間を止める目的と思われるクロスチェックの申請が多発したことを踏まえて制定する。
- ➡クロスチェックの結果に対するクレームなどはアンスポの対象となる。(ルール 22.A.2)
- 3.B.3 フィールド選手のクロスにボールがはまった場合、そのクロスは仕様には適合しない。審判員はタイムアウトを取り、不正なクロスをスコアラーズテーブルまで取り除く。プレーを再開するためには、ボールに最も近い相手側プレーヤーに、マイナーファールによるフリーポジションが与えられる。(ルール 19.A.3)

ルール 4 ボール

A 一般

- 4.A.1 ボールは滑らかで均一なエラストマー製で、任意の固有色であること。(付録 C)
- 4.A.2 ボールの周長は 19.69 ～ 20.32cm。重量は 141.75 ～ 148.83g。1.83m の高さから硬い木製の床へ落とした際に、114.3 ～ 124.46cm の高さまで跳ね返るものでなければならない。
➡ボールは *National Operating Committee on Standards for Athletic Equipment (NOC-
SAE : NCAA ルールにも使われている北米のスポーツ装具検査機関) Standard* に準拠したものでなければならない。

ルール 5 チーム

A 一般

- 5.A.1 試合は 2 つのチーム間で行われる。
- 5.A.2 JLA 主催試合におけるチーム構成に関する制約は、各大会主催者が作成する大会規約が優先するものとする。
- 5.A.3 同時にフィールド上にいる選手は最大 10 名までとする。うち 1 名はゴールキーパーであってもよい。
➡ゴールキーパーなしでプレーすることを選択した場合、装具をつけていないフィールド選手はゴールサークルに入ることができるが、ルール 17 ゴールサークルルールおよびペナルティに従わなければならない。

ルール 6 ユニフォームと装具

A 一般

- 6.A.1 保護具を含むいかなる装具も、以下のルールに従わない限り、使用することはできない。審判員は、その装具が他の選手にとって危険でないことを判断する。
- 6.A.2 フィールド選手は、アイガードを必ず装着する。フィールド選手は、フィットしたグローブ、ノーズガードを着用することができるが、ヘッドギアまたはフェイスマスクを着用することはできない。
- 6.A.3 フィールド選手がアイガードを着用する場合、安全面に適合するもののみを着用することができる。
➡ *ASTM Int' I F803 の安全性に適合するアイガードのみ着用できる。*
- 6.A.4 選手は度付きメガネまたはサングラスを着用してもよい。ただし、飛散防止加工が施されたフレームやレンズが強く推奨される。
- 6.A.5 ゴールキーパーを含むすべての選手は、上あごのすべての歯を覆う、専門的に製造された口腔内マウスガードを着用しなければならない。
- 6.A.5.a マウスガードの色は、**白色または無色（透明）を含む**、任意の色でよい。
- 6.A.5.b マウスガードはプロテクションを低下させるような改造をしてはならず、フィールド選手は突起したタブを取り除かなければならない。
- 6.A.6 真に医学的な必要性が保証されている追加の保護具は、試合前に評価され、その保護具が他の選手にとって危険でないことを審判員が認める場合に限り、着用することができる。すべての保護具はぴったりとフィットし、必要な場合にはパッドが入っていなければならない、過度の重量があってはならない。
- 6.A.7 選手は、医療情報が見えるようにしっかりとテープで固定された医療アラート用のブレスレッドや、ぴったりとフィットする布製のスウェットバンドを着用することができる。それ以外の柔らかいアクセサリ、ネックレス、イヤリングやピアス、ブレスレット、腕時計は外さなければならない。結婚指輪や宗教的 / 儀式的なアクセサリはテープでしっかりと固定するか、取り外すこと。平らなバレッタやヘアスライドは合法である。柔らかいネオプレン製のつばのある帽子 / バイザーやヒジャブは着用してもよい（スポーツ用ヒジャブが望ましい）。審判員は、いかなる髪や体の装飾も、選手やほかの選手にとって危険であると判断した場合、その選手をフィールドから退場させることができる。その場合、マイナーファールとして罰せられる。（ルール 19.A.3）
- 6.A.8 違法なアクセサリを隠すためにスウェットバンドを着用してはならない。
- 6.A.9 すべてのフィールド選手は、ゴールキーパーを除き、ユニフォームを着用しなければならない。（ルール 6.A.14）
- 6.A.10 フィールド上で着用される目に見える衣服はすべて、チームのユニフォームの一部とみなされる。

➡この規定は医療用スリーブ（布製で体に密着し、安全性に問題がない医療目的のもの）には適用されない。

- 6.A.11 ユニフォームシャツの下に着用されるすべての下着は、ユニフォームシャツと同系色でなければならない。
- 6.A.12 キルト / スカート / ショーツの下に着用されるすべての目に見える衣服は、キルト / スカート / ショーツと同系色か、濃い単色でなければならない。
- 6.A.13 ゴールキーパーのシャツ / トップスは、フィールド選手のシャツ / トップスと同じ色でなければならない、胸パッドと肩 / 腕パッドの上に着用しなければならない。
- 6.A.14 ゴールキーパーのユニフォームのキルト / スカート / シャツ / ショーツ / ボトムの主色は、選手のキルト / スカート / ショーツと同系色か、濃い単色でなければならない。
- 6.A.15 すべての選手とゴールキーパーのユニフォームシャツには、前面と背面に同一のフロントで同一の番号を付けなければならない。また、各チームメンバーは異なる番号を付け、背番号の色とシャツの色のコントラストが明確でなければならない。
- 6.A.16 ユニフォームに模様が入っている場合、背番号は、無地でコントラストのはっきりしたカラーブロックの背景に数字を重ねなければならない。
- 6.A.17 シャツの前面中央の番号は高さ 10cm 以上、背面中央の番号は高さ 18cm 以上でなければならない。
- 6.A.18 選手は、プラスチック、金属、革、またはゴム製のクリート / スタッドがついたシューズを着用することができる。スパイク（陸上競技用）は認められない。その構成に関わらず、すべてのクリート / スタッドの露出面は平滑でなければならない。フラットソールのシューズを着用することもできる。

ゴールキーパー

- 6.A.19 ゴールキーパーは、チェストパッドまたはボディパッド、ラクロス用に設計されたあごひもを締めるヘルメットやフェイスマスク、スロートプロテクターを着用しなければならない。スロートプロテクターがヘルメットから垂れる距離は、ボールの直径以下でなければならない。付属のスロートプロテクターに加え、ラップアラウンドタイプのスロートプロテクター / カラーを着用してもよい。
- 6.A.20 ゴールキーパーは、パッド入りのグローブを着用しなければならない。ショルダー / アームパッド、シンガード（サッカー / フットボール用のもの）、身体にフィットするコンプレッションショーツまたはフットボールパンツ（アメリカンフットボール用）を着用してもよい。コンプレッションショーツまたはフットボールパンツは、メーカーが設計したパッドの有無にかかわらず着用できる。ゴールキーパー用グローブに硬質プラスチック部品が含まれている場合、それがメーカーの設計によるものであれば許可される。
➡親指プロテクターは、製造工程で取り付けられている場合、使用可能。
- 6.A.21 すべてのパッドは確実に固定され、パッドの厚み以上にゴールキーパーの体の幅を広げな

いこと。

- 6.A.22 ゴールキーパーは、ヘルメットに安全に固定された飛散防止加工された、透明または着色されたバイザーを着用できる。
- 6.A.23 パッドの厚さは 3cm まで。パッド入りのグローブは、紐がついているものは、袖口でしっかりと結ばれていなければならない、ボールが挟まるような隙間があってはならない。

ルール 7 キャプテン

A 一般

- 7.A.1 各チームは試合中に発言するキャプテンを1名指名する。指名されたキャプテンは、アームバンドを着用することができる。キャプテンの背番号は、チームの公式スコアシートに記載される。
- 7.A.2 指名されたキャプテン：
- 7.A.2.a 主審とミーティングを行い、**守備するゴールか最初のオルタネイトポゼッションを選択するためのコイントスを行う。**アウェイチームのキャプテンがすべてのコイントスをコールする。
 - 7.A.2.b フィールド内では、ゴールが決まった後、審判員に直接タイムアウトを要求できる。
 - 7.A.2.c チームタイムアウト中、各クォーター間の休憩中、および試合終了直後に、審判員にルールに関する説明を求めることができる。

ルール 8 コーチ

A コーチ、またはコーチが不在の場合にはキャプテン：

- 8.A.1 天候やその他の状況により試合続行が困難な場合は、審判員と協議をする。(12.A.8)
- 8.A.2 各クォーター間の休憩中および試合終了直後に、審判員にルールの説明を求めることができる（チームタイムアウト中は請求できない）
- 8.A.3 審判員（テーブル審判員：TO）を通じてタイムアウトを要求することができる。(12.B.1)

(参考掲載：JLA では' 26 年は適用しないが、今後採用の可能性があり、変更規模が大きいため先行開示)

- 8.A.4 ルール 3、ルール 6、付録 H に従い、選手たちが適切かつ合法的に服装と装具を整えていることを確認し、試合開始前に審判員に報告する責任を負う。

ルール 9 審判員

A 審判員は次のとおりとする：

- 9.A.1. JLA が定める手続きとガイドラインに従ってルールを施行する。審判員は、安全で公正なプレーを判断することのみに責任を負い、審判員の判断は最終的なものであり、異議申し立てはできない。
- 9.A.2. 大会毎、審判員は決められた時間に集合し準備を始める。
- 9.A.3. 試合前に、グラウンド、ゴール、ボール、クロス、ユニフォーム、シューズ、アクセサリー、すべての装具がルールに適合しているか点検する。
- 9.A.4. 医療的な見地から装着が必要なサポーターやプロテクターを装着することについて一方のチームから申し出があった場合はもう一方のチームのコーチならびにキャプテンに対して使用の許諾を得る。(ルール 6.A.1,2,6)
- 9.A.5. オフィシャル席の各人員がそれぞれの責任を理解していることを確認する。
- 9.A.6. 主審はすべてのコイントスをキャプテンとともに行う。(ルール 7.A.2.a)
- 9.A.7. 試合時間やクォーターならびにクォーター間のブレイクタイムの長さについて、キャプテンやコーチと合意する。
- 9.A.8. 天候やその他の酌量すべき事情により、試合の続行が疑わしい場合、主審は、キャプテンやコーチ（不在時にはキャプテンのみ）と協議する。試合を中断または中止しなければならない場合、主審の申し出により、イベントディレクター（MC, GD）が最終の判断を行うものとする。(ルール 12.A.8)
- 9.A.9. JLA 公認女子競技ルールに則って審判をする。
- 9.A.10. 得点、選手に対する警告や退場をスコアラーに報告する。
- 9.A.11. チームタイムアウト時にキャプテン、クォーター間と試合終了直後にキャプテンとコーチにルールの明確化を求められた場合には、応じなければならない。
- 9.A.12. スコアシートに署名し、試合を承認する。
- 9.A.13. 白黒の縦じま（2.5cm）シャツまたはジャケット、黒のキルト / スカートまたは適切な長さの黒ショートまたは黒ロングパンツを着用すること。黒のバイザー / 帽子、黒の短いソックス、黒の長いソックスの着用は認められる。その他の衣類やアクセサリーは黒でなければならない。全ての審判員が同じような装いであることが推奨される。

ルール 10 スコアラーとタイマー

A スコアラー：

- 10.A.1 試合開始の 20 分前までに、両チームの名簿、氏名、背番号をチームスコアシートに記録する。
- 10.A.2 得点とチームタイムアウトを正確に記録し、得点を正しく表示する。
- 10.A.3 全てのカードを記録し、選手が出場停止となった際の試合時間、および選手またはその代わりの選手が試合に再び出場できる時間を記録する。
- 10.A.4 カードを受けた選手とそのコーチに、退場時間がいつ終了するのかを伝える。(ルール 23.B.2)

B タイマー：

- 10.B.1 試合および延長戦（行われる場合）の各クォーターの時間とクォーター間の時間を審判員と確認する。
- 10.B.2 各クォーターの時間を計る。(ルール 12.A.1)
- 10.B.3 各クォーター間のブレイクタイムを計る。(ルール 12.A.2)
- 10.B.4 各クォーターまたは延長戦開始時に、審判員の笛の合図で時計をスタートさせる。
- 10.B.5 全てのタイムアウト、負傷、カード、チームタイムアウト、審判員が時計を止めなければならないと合図した時は、審判員の笛で時計を止めること。試合再開は、審判員の笛、ルール 12.A.6、7、8、ルール 12.B.1、4、5 に基づくセルフスタートにしたがって時計を再開すること。
- 10.B.6 第 1、2、3 クォーターが残り 30 秒、第 4 クォーターが残り 2 分になったら、審判員とコーチに知らせる。
➡第 1、2、3 クォーターでは最後の 30 秒より前、第 4 クォーターでは 2 分より前にプレーが停止された場合、プレーが再開されていない場合は、タイマーは 30 秒（第 1、2、3 クォーター）または 2 分（第 4 クォーター）に達した時点で時計を止める。
- 10.B.7 90 秒のチームタイムアウトを計り、残り 30 秒になった時点で審判員とコーチに知らせる。(ルール 12.B.2)
- 10.B.8 各クォーターの最後の 10 秒を審判員（TO）の側でカウントダウンし、試合の終了を知らせる。時計が見える場合はこの必要はない。
➡審判員（TO）の笛（3 回の短い笛）が試合時間の終了を知らせる。(ルール 12.A.5)
➡各チームのコーチ、スタッフが試合の残り時間を確認してきた場合、答える必要はない。ただし、試合の運営上支障のない範囲で、タイマー側から正確な残り時間を両チームに対して発信することが推奨される。

➡各チームのコーチ、スタッフがタイマーやスコアラーの執務を妨害したと TO が判断した場合は、カードの提示を行うことがある。

- 10.B.9 各休憩時間が残り 1 分になったら、審判員とコーチに知らせる。(ルール 12.B.2、ルール 19.A.13.b.)
- 10.B.10 負傷選手の回復のための時間を計る。
 - 10.B.10.a フィールド選手は 2 分以内の回復時間が与えられる。(12.B.3)
 - 10.B.10.b ゴールキーパーは 5 分以内の回復時間が与えられる。(12.B.3)
- 10.B.11 ペナルティー時間を計る：
 - 10.B.11.a イエローカードが提示された場合は 2 分。
 - 10.B.11.b イエロー / レッドカードが提示された場合は 5 分。
 - 10.B.11.c ストレートレッドカードが提示された場合は 10 分。
- 10.B.12 ペナルティ時間が終了する前に、退場選手または交代選手がフィールドに戻ってしまった場合、最も近い審判員にその旨を伝える。その場合、その選手またはそのチームはペナルティ時間が始めからカウントされる。(ルール 23.B.6)
- 10.B.13 ペナルティ時間が次のクォーターまたは延長戦に持ち越されるかどうかを審判員に伝える。

ルール 11 得点

ルール 11.A.13 ゴールキーパーの得点を認めない

A ゴール

- 11.A.1 ゴール数が多いチームが勝利となる。試合時間終了時に同点であった場合は引き分けとなる。勝敗を決定しなければならない場合は、延長戦が行われる。(ルール 12.C.1)。
- 11.A.2 攻撃選手のクロス、または、守備選手のクロスあるいは体によって、GLE の前方からボールが進められ、2 本のゴールポスト、クロスバー、ゴールラインで構成される面を、ボールが前面から完全に通過した場合に得点が認められる。

B 以下の場合、得点は認められない：

- 11.B.1 ボールがゴールに入ったのが、審判員の笛が吹かれるか、ホーンが鳴った後である。
11.B.1.a 例外：シューティングスペースのファールの笛。(ルール 20.B.7.a)
- 11.B.2 選手以外によってボールが進められゴールに入った。(ルール 16.A.3.a)
- 11.B.3 ボールが攻撃側の選手の体の一部に当たってゴールに入った。
- 11.B.4 ボールがゴールラインを越える前に、シューターがゴールサークルラインを踏むか越えるか、または他の攻撃選手がゴールサークルに入った。
- 11.B.5 ゴールキーパーがゴールサークル内にいるときに、攻撃選手がゴールキーパーまたはそのクロスに接触するなど干渉する。
- 11.B.6 審判員がシュートやフォロースルーに危険性があると判断する。(ルール 20.A.6, 8)
➡シュートが放たれた後に、ゴールキーパーがクロスのフォロースルーの軌道に入ってもファールにはならず、そのままゴールが決まれば得点として認められる。(ルール 20.A.6)
- 11.B.7 攻撃側がフィールド上に不正な攻撃選手がいる間にボールがゴールに入る。(ルール 14.B.2.a)
- 11.B.8 攻撃選手のイリーガルクロスからゴールにボールが入る。(ルール 19.A.3.c)
- 11.B.9 シュートした選手が、審判員にクロスの確認を要求されたとき、クロスを直ちに地面におくか、近くの審判員にわたさなかった。(ルール 19.A.3.e)
- 11.B.10 シュートした選手または味方の選手が、クロスを落としたり審判員に渡したりする前に、クロスを何らかの方法で調整した。(ルール 19.A.3.e)
- 11.B.11 攻撃側がオフサイドのときにボールがゴールに入る。(ルール 18.B.8)

11.B.12 攻撃側の選手がシュート動作の中で反則をした。

11.B.13 ボールがゴールラインを完全に越える前に、攻撃側チームが反則をした。

➡ゴールが決まった直後に、アクセサリーを身につけていたり、マウスガードをつけていなかったりする選手が発見された場合、そのゴールはカウントされる。プレーを再開するには、相手側がセンターライン上でマイナーファールフリーポジションを取る。(ルール 19.A.3.b)

ルール 12 試合時間

A 一般

- 12.A.1 試合時間は、クォーター制で、各クォーター 15 分間とする。
- 12.A.2 第 1、2 クォーター、第 3、4 クォーター間のクォーターブレイクタイムは最長 2 分、ハーフタイムは最長 10 分とする。
- 12.A.3 第 1、第 2、第 3 クォーター終了後に攻撃する方向を交代する。
- 12.A.4 プレーが始まる時とプレーが終わる時、審判員は笛を鳴らす。試合は、初めのドロワー時の審判員の笛で開始される。試合は、ゴールが決まった後、およびクォーターブレイクごとに、ドロワーで再開される。場合によっては、**オルタネイトポゼッション**、セルフスタート、フリーポジション、デッドボールのタイムアウトのボールのある地点でプレーを開始または再開することができる。
- 12.A.5 各クォーターと延長戦終了時、審判員は笛を鳴らす。
- 12.A.6 **全ての笛で時間を止める時間（ストップページタイム）**：第 1、2、3 クォーターのラスト 30 秒間、および第 4 クォーターのラスト 2 分間、さらに**延長戦では、審判員の笛により時計は停止する。時計は、審判員の笛、またはルール 13.A.9.i に従って選手が合法的にセルフスタートした時に再開される。**
- 12.A.7 プレーは継続されるべきだが、審判員の裁量により、以下のような異常な状況が発生した場合、タイムアウトを取ることができる。クロスが壊れた時 / フィールド上に動物が入ってきた時 / ボールが紛失した場合、またはボールがバウンダリーを大きく超えてしまった場合 / 不意の笛が鳴る / 試合の遅延（ルール 19.A.13）、または観客の妨害等があった場合など。審判員はまた、病気、怪我、事故、カードの提示、クロスチェック、不正な交代選手の退場、不測の事態への対応等により試合時間を著しく失うと予想される事態が生じたときに試合時間を止めなければならない。
- 12.A.8 天候やその他の酌量すべき状況により試合を継続することが危険となった場合、審判員はキャプテン / コーチと協議の上、試合の延期等についてイベントディレクター（MC, GD など）に申し出を行う。この場合、イベントディレクター（MC, GD）の判断が、最終判断となる。
- 12.A.9 試合時間の 80% が経過していた場合、試合は有効とみなされる（15 分間×4 分クォーターの 80% は 48 分）。中断された試合（試合時間が 80% に達していない試合）が同日に続行された場合、中断されたポジションならびに時間からの試合再開となる。別日に延期となった試合については、最初から試合が行われる。

B タイムアウト

- 12.B.1 各チーム、通常の試合時間に 90 秒タイムアウトを 2 回取得できる。
- 12.B.1.a **延長戦でタイムアウトは取得できない。**通常の試合時間中に取得されなかったタイムア

ウトは、延長戦では使用できない。

12.B.1.b チームは下記の状況にて、タイムアウトを申請することが出来る

12.B.1.b.i ゴール後

12.B.1.b.ii アドバンテージフラッグエリア (AFA) 外のフィールド上の任意の場所において、デッドボールが発生し、自チームボールでプレーが再開されるとき

12.B.1.b.iii 守備側/攻撃側の AFA 外のフィールドの任意の場所にて、自チームがボール保持している時

12.B.1.c タイムアウトを申請する際、コーチがスコアテーブルを通じてタイムアウトを申請するか、ボールを保持している選手がフィールドにいる審判員にタイムアウトを直接申請することができる。(ルール 7.A.2.b)

12.B.1.d 連続したタイムアウトは認められない。

➡次のタイムアウトを要求する前に、プレーを再開しなければならない。

12.B.2 タイムアウトは、審判員がタイムアウトのシグナルを示した時に始まる。60 秒経過後に、笛が鳴られ、選手は 90 秒の笛が鳴る際にプレーを再開できるようフィールドに戻り準備する。

12.B.2.a デッドボールまたはアウトオブバウンズ後にタイムアウトが要求された場合、ボールを有するチームのいずれかの選手が、タイムアウト終了後にボールを持ってプレーを再開することができる。

12.B.2.b ファール後にタイムアウトが要求された場合、ファールされた選手がボールを保持して再開する。負傷の場合にはその代わりの選手がボールを保持する。マイナーファールまたはメジャーファールを犯した選手は、タイムアウト後にルール 19.B.10 または 20.B.3 に従って再開する。

12.B.2.c ポゼッションタイムアウトが要求された場合、タイムアウトを要求したチームのいずれかの選手がタイムアウト後にボールを持って再開できる。

12.B.3 審判員は、選手の出血、怪我や病気の疑い、または必要に応じて選手の怪我の回復のためにタイムアウトを取得できる。フィールド選手には最大 2 分、ゴールキーパーには最大 5 分の回復時間が与えられる。

12.B.4 負傷によるタイムアウトの後、試合はルール 13.A.8 に従って再開される。

12.B.5 選手は、負傷によるタイムアウト後、プレー再開時にはフィールドに正しい数の選手を配置しなければならない。コーチおよびベンチスタッフは、コーチングを目的として負傷によるタイムアウト中にフィールドに入ってはならない。(ルール 20.A.15.a)

C 延長戦

12.C.1 通常の試合時間終了時に得点が同点だった場合、サドンピクチャー方式で延長戦としてプレーが継続される。

12.C.1.a 通常の試合時間終了後、延長戦は 2 分間の休憩の後、再開される。

12.C.1.b 試合時間終了後の 2 分間の休憩時間に、審判員は各チームのキャプテンをフィールド中央に呼び、守備するゴールか最初のオルタネイトポゼッションを決めるため、審判員はコイントスをする。アウェイチームのキャプテンがコイントスをコールする。

12.C.1.c 延長戦の各ピリオドは、すべてセンタードロウから始まる。

12.C.1.d 延長戦では、最初のゴールが決まるまで、4 分間のストップページタイムで試合が行われ、どちらかが得点を決めた時点で勝敗が決まる。

- 12.C.1.e 各チームは4分間のピリオド終了時に攻撃する方向を交代する。攻撃方向を変更する間のタイムアウトはない。
- 12.C.1.f 延長戦では4分のピリオドごとに2分間の休憩が入る。

ルール 13 試合の開始および再開

A ルール

- 13.A.1 試合はセンターサークル内でのドローから始まる。各クォーターの試合開始時、各延長戦の開始時、および各得点の後。
- 13.A.1.a 例外：センターラインでフリーポジションが与えられた場合。(ルール 14.B.2.a、ルール 19.B.1、4、14.b、ルール 21.B.5、6、ルール 23.B.11.b)
- 13.A.2 選手は、ゴールが決まってから 30 秒以内に試合再開のドローを行う準備が完了しなければならない。
- 13.A.3 センターラインでのドローの際、センターエリアには各チーム最大 3 名ずつの選手が入ることができる。審判員の「レディ」の声でリストレイニングラインの後方からセンターエリアに選手の出入りはできなくなる。
- 13.A.3.a センターエリアに 2 人の選手しかいない場合、3 人目の選手はいつでも交代エリアから入ることができる。
- 13.A.3.b ドローを行わない選手は、プレー開始の笛が吹かれるまでセンターサークルに入ってはならない。
- ➡このルールは、ファールによって選手またはそのチームが明らかなアドバンテージを得た場合に適用される。
- ➡センターエリアとは、両サイドのリストレイニングラインに囲まれたエリア
- 13.A.4 各チームのゴールキーパーを含む他のすべての選手は、センターエリア外にいないなければならない。ボールがリストレイニングラインを越えるか、ポゼッションが得られて審判員によって「ポゼッション」または「フリーボール」のコールとシグナルがされるまで、リストレイニングラインを越えてはならない。ポゼッションのコールの前に、センターエリア外にいる選手は、体の一部がリストレイニングラインに触れるか、踏み越えない状態であれば、ボールをプレーするためにクロスを持ってライン上に手を伸ばしてもよい。
- ➡フリーポジションまたはオルタネイトポゼッションで試合開始または再開される場合、リストレイニングラインの制限は「解除」され、すべての選手は 4m 離れる必要がある。
- 13.A.5 ドロー：
- 13.A.5.a ドローを行う選手は、センターラインに片足のつま先を付けて立つ。クロスは、両選手の腰よりも高い位置にて、センターラインに対して平行にして中央にセットする。
- 13.A.5.b クロスのポケットが開いた側を体に向けてもった際の右サイドウォール部分が下になるよう背中合わせにし、それぞれの選手のクロスがボールと守備側のゴールの間に位置するようセットする。
- ➡成形されたクロスヘッドの右側サイドウォールとは、選手がクロスを縦に持ち、ポケットを自分の方に向けた状態でクロスの右側を指す。木製クロスは木製の側面を指す。
- 13.A.5.c ヘッドの面は地面に対し垂直かつシャフトはセンターラインに対して平行でなければならない。
- 13.A.5.d ハンドルの下部を握る手（ボトムハンド）は、ハンドルの上部を握る手（トップハンド）より高く位置してはならない。
- 13.A.5.e トップハンドとボトムハンドを結んだ線が、地面との平行線に対して 30 度以上傾いてはならない。

- 13.A.5.f 選手のトップハンドは、ヘッドのフレームやポケットのいずれの部分も触れてはならない。(ルール 19.A.1.a)
- 13.A.5.g ドローを行う際、審判員は、両選手のクロスのヘッド上半分の中で、最も幅が広い部分付近にボールをセットする。
- 13.A.5.h クロスがセットされたら、審判員は「レディ」の声を掛けてからセンターサークルの外側に向けて下がる。「レディ」の声掛けから笛が鳴るまで、センター選手は動きを止めなければならない(頭部は動かしてもよい)。
- 13.A.5.i 笛と同時に、両選手はクロスを上、そして相手から離れる方向へひかなければならない。
- 13.A.5.j ボールはドローを行った両選手の頭より高く飛ばなければならない。
- 13.A.6 両チームの選手が不正なドローをした場合、不正なドローの理由が判別できない場合、または正しくセットされなかったためドローが失敗したと審判員が判断した場合は、再度ドローが行われる。
- 13.A.7 タイムアウト後に試合を再開する場合は、タイムアウトがコールされた時点でボールがあった地点から、再開する。
- 13.A.8 事故、選手の負傷や体調不良、妨害行為、不注意で吹かれた笛、その他ボールに関連する／しない状況により試合を中断しなければならない場合、試合は下記3つの方法のいずれかで再開される：
- 13.A.8.a ファウルがあった場合は、ルールに従って審判員が決定した地点でフリーポジションを与える。プレーは 11mMA 内またはゴールライン延長ライン (GLE) 下のアドバンテージフラッグエリア (AFA) 内では再開してはならない。
- 13.A.8.b ファウルがなかった場合は、プレーが停止されたときにボールを保持していた選手にボールが与えられる。その選手は、GLE の上側では、11mMA の外側、GLE 下であれば AFA 内でも再開できる。相手側の選手はボール保持者から 1m 以上クロス、体、足が離れなければならない。
- 13.A.8.c プレーが停止した時点でどちらのチームもボールを保持していなかった場合、**オルタネイトポジション**が適用される。(ルール 16)

セルフスタート

- 13.A.9 AFA 外で、メジャーファウルまたはマイナファウルの笛が吹かれた際、フリーポジションを与えられた選手は、両足が地面に着き静止した状態、かつボールがクロスに入っていれば、ルール 13.A.9.i. の場合を除き、再開の笛を待たずにプレーを続けることができる。
- 13.A.9.a ファウルを犯した選手は、フリーポジションを与えられた選手に対し、メジャーファウルの場合は 4m 真後ろへ、マイナファウルの場合は 4m 横へ直ちに離れなければならない。4m 以内に他の選手は、4m 以上離れる。その他の選手は移動してもよい。
- 13.A.9.b フリーポジションを与えられた選手がセルフスタートを選択した場合、守備選手は、セルフスタート直後にプレーを再開することができる。
- ➡ **選手がボールをパスする、一歩踏み出す、その位置から走り始める行為は、その選手がセルフスタートしたものとみなされる。その場に留まったままクレードルする行為は、セルフスタートとみなされない。**
- ➡ **ファウルをした選手は、ボール保持者がセルフスタートするまで、4m 横または後方に移動し続けなければならない。このルールの意図は、選手を移動させてセルフスタートを遅らせるためではなく、たとえ相手選手が非常に近い位置にいても、セルフスタートす**

るかどうかはボール保持者の判断に委ねられる。

- 13.A.9.c セルフスタートのオプションは、原則としてファールのあった地点で行われる。ただし、セルフスタートをしようとする選手からプレイングディスタンス（クロス 1 本半分、約 2m）以内にボールがある場合は、その選手はボールを拾ってセルフスタートできる。
- 13.A.9.d ボールがプレイングディスタンス外にある場合、フリーポジションを与えられた選手とボールはファールの地点に戻りセルフスタートしなければならない。ファールの地点が特定できない場合は、審判員がフリーポジションの場所を指示する。
- 13.A.9.e AFA の外、かつ境界線付近でファールの処置をする場合、ファールを受けた選手はリスタートのため境界線から 4m 内側に移動させられる。ただし、4m 移動させられる前であってもセルフスタートを行うことができる。
- 13.A.9.f ボールがアウトオブバウンズになった場合でも、ボールを与えられた選手はボールを自分のクロスに入れ、ボールが出た地点から境界線内側 2m の位置に立ち、セルフスタートできる。すべての相手選手は、ボールを与えられた選手がセルフスタートするまで、その選手に対して 1m 以上、クロス / 身体 / 足が離れなければならない。
- 13.A.9.g ボールがアウトオブバウンズになり、ゴールキーパーがゴールサークル内にいて最も近い場合、そのゴールキーパーにゴールサークル内でボールが与えられ、セルフスタートできる。
- 13.A.9.h 審判員がフリーポジションをリセットした後、選手はセルフスタートを行うことができる。フリーポジションを与えられた選手が、セルフスタートが許可されていない場合や、ファールの発生地点からプレイングディスタンスを超える位置からセルフスタートをした場合でも、その選手はペナルティを受けない。
- 13.A.9.h.i プレーを再開するため、審判員はフリーポジションをリセットし、選手が正しい位置からセルフスタートを許可するか、セルフスタートが許可されていない場合、笛でプレーを再開する。ただし、上述のように、許可されていない状況や場所で繰り返しセルフスタートを行った場合は、ディレイオブゲームのペナルティが適用される。（ルール 19.A.13、19.B.9）
- 13.A.9.i 以下の場合、セルフスタートは、選択できない：
- 13.A.9.i.i タイムアウト（カード、怪我人、チーム関係者によるものなど）で試合時間が止められている時
 - 13.A.9.i.ii リストレインニングラインファール
 - 13.A.9.i.iii 不正なドロウ
 - 13.A.G.a.iv AFA 内で発生したすべてのファール

B ペナルティ

➡イリールガルドロー（ルール 19.B.1）、アーリーエントリー（ルール 19.B.2、3）、ディレイオブゲーム（19.A.13、19.B.9）に関するペナルティの適用については、ルール 19 を参照のこと。

ルール 14 交代

A ルール

- 14.A.1 各チームは、プレー中またはデッドボールの間、いつでも選手を無制限に交代させることができる。
- 14.A.2 ゴールが決まった後に交代する選手は、交代エリアおよび交代ゲートから直ちにフィールドに入ることができ、交代する選手がフィールドから出てくるのを待つ必要はない。
➡審判員はプレーを再開する前にフィールド上の選手を数えるべきである。
- 14.A.3 交代する選手は、**チームベンチエリアから交代エリアへ移動**して交代しなければならない。フィールド上の選手が交代ゲートに近づくと、ベンチエリアにいる選手は交代エリアに入り、交代ゲートに近づくことができる。フィールド上の選手がフィールドを出て交代エリア（両足とも）に入った時点で、交代する選手はフィールドに入ることができる。交代選手は交代エリア内に留まってはならず、他の選手との衝突を避け、オフィシャル、審判員(TO)のために視界を確保しなければならない。
- 14.A.4 交代中の選手のみが交代エリアに入ることができる。
- 14.A.5 試合中、フィールド上にいるエキストラ選手、フィールド上にいる出場停止中の選手、またはフィールド上にいる不正な選手は、すべて不正な交代である。そのチームはルール 14.B に従い罰せられる。
- 14.A.6 氏名および背番号が誤って記載されている選手、またはチームのスコアシートに記載されていない選手は、不正な選手であり、訂正された場合にのみ試合に出場することができる。そのチームは、ルール 14.B に従い罰せられる。
- 14.A.7 負傷によるタイムアウト中に、医療スタッフおよび/またはコーチが選手の対応のためにフィールドに入った場合、その選手は必ず一度フィールドから退場しなければならない。代わりに交代選手がプレーすることができる。
➡負傷した選手を治療するために医療関係者がフィールドに入る必要がある場合、フィールド上の審判員の合図があるまで待たなければならない。
- 14.A.8 いかなる選手も、傷口が開いたまま、または血液が付着した衣服や装具を着用して、フィールドにとどまることは許されない。

B ペナルティ

- 14.B.1 不正な交代はマイナーファールであり、不正な交代の間にゴールが成立しない限り、フリーポジションはボールのある地点またはその付近の相手側選手に与えられる。(ルール 19.A.5)
- 14.B.2 攻撃側が不正な交代を行った場合、審判員は直ちにプレーを停止する。
- 14.B.2.a 不正な選手がゴール後、次のドロウの前に攻撃側にいた場合、その得点は無効となる。不正な選手は退場させられ、相手側選手にセンターライン上でフリーポジションを与え

る。ドロー時の選手配置が適用される。(ルール 11.B.7)

14.B.3 守備側が不正な交代を行い、ボールが：

14.B.3.a ミッドフィールドエリアにあれば、審判員は直ちにプレーを停止する。

14.B.3.b 自陣の守備側エリアにあれば、シュートの失敗またはポゼッションの変更があったタイミングで、審判員はプレーを停止する。不正な選手を退場させ、相手側選手にボールのある地点から最短距離でアドバンテージフラッグエリア (AFA) 外に出た場所でフリーポジションを与える。攻撃側がシュートし得点した場合は、センターラインでドローでプレーを再開する。

14.B.4 両チームの選手が不正に交代した場合は、**オルタネイトポゼッション**が適用される。(ルール 16)

14.B.5 フィールド上の選手が不正な交代であり、かつオフサイドである場合は、その選手を退場させ、オフサイドファールの処置を行いプレーを再開する。(ルール 18)

ルール 15 アウトオブバウンズ

A ルール

- 15.A.1 ルーズボールが境界線または境界線外の地面上に触れた場合、そのボールはアウトオブバウンズとなる。
- 15.A.2 ボールがアウトオブバウンズとなる前に最後にボールに触れた選手 / チームがポゼッションを失う。ただし、シュート、またはゴールポストもしくはゴールキーパーから跳ね返ったシュートであった場合はルール 15.B.3 に従う。
- 15.A.3 選手がボールを持っているときに、境界線を踏んだり、境界線を越えたり、体またはクロスの一部が接地した場合、ボールはアウトオブバウンズとなり、その選手はポゼッションを失う。
➡ボールを持った選手は、足が境界線に触れなければ、境界線の外側でクロスをもつことができる。足が境界線の内側にある相手選手が、選手のクロスを正当にチェックし、ボールが境界線の外に落ちた場合、プレー再開時のポゼッションは相手チームに与えられる。
- 15.A.4 選手は、アウトオブバウンズ、すなわち足（片足 / 両足）が境界線 / エンドライン上または外にあるときは、試合に積極的に参加してはならない。
➡境界線に向かってボールを追う選手は、ボールが境界線の外に出ようとするのをクロスで止めた結果、ボールが静止し、選手が境界線の外に出た場合、その選手はフィールドに完全に戻った状態で、ボールを拾い上げなければならない。
- 15.A.5 試合中、選手は境界線の外に出て、より有利な状態で再び入ることはできない。（ルール 19.A.7）
➡相手側が境界線上でセットしたピックを避けるために、選手がピックの周囲を走りフィールドの外に出て、ボールキャリアのクロスのボールをチェックできる位置でフィールドに戻ることはファール。再開はボールキャリアが境界線の内側 4m でボールポゼッションを維持する。

B プレーの再開

- 15.B.1 ボールがアウトオブバウンズとなったら、ボールポゼッションの変更が行われる。ファールではない。
➡ボールがアウトオブバウンズとなった際にファールが発生した場合は、ファールが適用された状態でプレーを再開する。
➡攻撃エリア / 守備エリアにおいてボールがアウトオブバウンズとなり、ボールに最も近い選手がミッドフィールドエリアにいる場合、リストレイニングラインバイオレーションを避けるためボールはミッドフィールドエリアにいる選手に与えられる；選手ではなくボールを動かす。
- 15.B.2 ボールがアウトオブバウンズとなった場合：
- 15.B.2.a ボールに最も近い相手選手は、ボールをクロスに入れ、ボールが境界を越えた地点から 2m 内側に立ち、セルフスタートすることができる（ルール 13.A.9）。もしゴールキーパーがゴールサークル内にいて、ボールが境界を越えたときに最も近い選手であった場合に

は、ゴールサークル内でボールが与えられ、プレーを再開する。

15.B.2.b 相手選手は、ボール保持者から 1m 以上（クロス、体、足）離れなければならない。

15.B.3 シュートまたはディフレクテッドシュートがアウトオブバウンズになった場合：

15.B.3.a ボールがアウトオブバウンズになった地点の 2m 内側で、最も近い選手にボールが与えられ、セルフスタートできる。ゴールキーパーが最も近い選手である場合には、ゴールサークル内でボールが与えられ、セルフスタートできる。

15.B.3.a.i ディフレクテッドシュートとは、ゴールポストや選手の体、クロスに当たった後、直接アウトオブバウンズとなったシュートのことである。

➡『ディフレクション』は、ボールが選手のクロスまたは体に接触し、明確なアドバンテージやボールコントロールが得られない場合に起こる。

15.B.3.a.ii シュートまたはディフレクティッドシュートが審判員の体に当たってアウトオブバウンズになった場合、プレーを再開するためにオルタネイトポゼッションが行われる（ルール 16）。ボールが審判員の腕または体に当たって / 跳ね返ってフィールド内にとどまった場合、プレーは続行される。

➡シュートがゴールポストで跳ね返され、攻撃エリアから境界線外に出たとき、ボールに最も近い選手がミッドフィールドエリアにいる場合、リストレイニングラインバイオレーションを避けるためボールはミッドフィールドエリアにいる選手に与えられる；選手ではなくボールを動かす。

15.B.3.b ボールがアウトオブバウンズとなったとき、2 人の選手がボールからの距離が等しい場合、または、どちらのチームがボールをアウトオブバウンズにしたか判断できない場合、オルタネイトポゼッションで、プレーが再開される。

➡シュートまたはディフレクティッドシュートは、(i) ボールがアウトオブバウンズになるか、(ii) ボールがフィールド上で静止するか、(iii) 選手がボールを所有するまで「シュートのまま」である。

15.B.4 ドローで飛ばされたボールがどの選手にも触れることなく直接場外に出た場合、オルタネイトポゼッションでプレーを再開する。（ルール 16.A.3.h）

ルール 16 オルタナイトポゼッション&同時ファール

A オルタナイトポゼッション (AP)

16.A.1 オルタナイトポゼッション (AP) はポゼッションの交代である。試合開始時のコイントスに勝ったチームは、守備するゴール、または、最初のオルタナイトポゼッションのどちらかを選択することができる。延長戦でのコイントスも同様に選択する。審判員とオフィシャルはオルタナイトポゼッションの管理をする。意見が割れた時は主審の判断が優先される。オルタナイトポゼッションを示す矢印は任意で必須ではない。

16.A.2 オルタナイトポゼッションでの再開時、相手選手はボールキャリアからクロスも足も 1m 離れなければならない。

プレーが止められた時：

- ・プレーが AFA の外で止められた場合、事象の発生日点またはボールの位置で行われる
- ・ボールが 15mMA 内にある場合、15m ライン上の最も近い場所で行われる
- ・ボールが GLE より下の AFA 内にある場合、最寄りのドットでプレーが再開される
- ・ゴールサークル内での再開は、ゴールキーパーがゴールサークル内でボールを得る権利を持つ場合に限る

16.A.3 オルタナイトポゼッションは、以下の場合に適用される：

- 16.A.3.a ボールが選手以外に当たってゴールに入った場合。
- 16.A.3.b シュートまたはディフレクティッドシュートがアウトオブバウンズになったとき、両チームの選手がボールが境界を超えた地点から等距離（クロスまたは足）にいた場合。（ルール 15.B.3.b）
- 16.A.3.c シュート後に、ボールが審判員の体に当たってアウトオブバウンズになった場合。（ルール 15.B.3.a.ii）
- 16.A.3.d どちらのチームが最後にボールに触って場外に出たか判断できない場合。（15.B.3.b）
- 16.A.3.e ボールに関係する、またはしない場合でも、何らかの事象が起きていて、どちらのチームもボールを保持していない場合。（ルール 13.A.8）
- 16.A.3.f フィールド選手または審判員の服にボールがひっかかった場合。

➡ボールがゴールサークル内のゴールキーパーの衣服、装具またはゴールネットにかかった場合は、ルール 17.A.10 参照。

- 16.A.3.g 両チームの選手が、同時に同等のファール（メジャー／メジャーまたはマイナー／マイナー）をした場合。
 - 16.A.3.g.i 例外 1：ドロウを行う際、両センター選手が不正なドロウを行った場合。（ルール 13.A.6）
 - 16.A.3.g.ii 例外 2：スコアリングプレー中、審判員がアドバンテージフラッグを上げているときに、攻撃側の選手がメジャー／マイナーファールを犯した場合、オルタナイトポゼッションが適用される。プレーが停止した時のボールの位置により、ルール 16.A.2 に従ってセットアップが行われる。
- 16.A.3.h ドローからボールが直接アウトオブバウンズになった場合、ボールが出た場所から境界線の内側 2m でオルタナイトポゼッションが与えられる。

B 同時ファール

16.B.1 笛がなってから次のプレーが再開されるまでの間にファールが起きた場合（時間的に同時

である場合でも、時間的に完全に同時ではなく、因果関係がないのに偶然重なった場合でも)、同時ファール、つまり同じプレーの一部として扱われる。次のプレーは、ルールに従ってセルフスタートまたは笛で再開される。これには、プレーの再開前に「発見」されたファール（オフサイド、違法な装具、装具、またはマウスガード未着用など）が含まれるが、それらに限定されない。

16.B.2 (マイナー / マイナー) 同時に発生したマイナーファールは、オルタネイトポゼッションとなる。マイナーファールは他のファールより優先されることはない。オフサイドはマイナーファールに分類される。(ルール 19.A.12)

16.B.2.a ゴールサークルファールはマイナーファールではないが、同時ファールを考慮する際はマイナーファールと同等とみなされる。

16.B.3 (メジャー / メジャー) 同時に発生したメジャーファールは、オルタネイトポゼッションとなる。

16.B.4 (カード / メジャー / マイナー) 異なる重みのファールが同時に発生した場合、最も重大なファールを優先して罰則を適用する。罰則の順は、レッドカード > イエローカード > メジャーファール > マイナーファール

16.B.5 プレーの再開：

16.B.5.a 同じ選手が複数のファールを犯し、その相手選手がファールをしていない場合、ルール 16.B.5.c に従って、その選手の最も重いファールだけを罰する。

16.B.5.b 両チームが同時に同等のファール(例: メジャー / メジャー、またはマイナー / マイナー)を犯したが、一方のチームが他方より多くの同時ファールを犯していた場合、再開時にルール 17.B、18.B、19.B、20.B に基づき、より多くのファールを犯したチームに罰則を適用する。

➡ブルーチームが2つのメジャーファールを犯し、同時にレッドチームが1つのメジャーファールを犯した。イリガール。プレーを再開するには、ブルーチームの選手1名がルール 20.B に基づき罰せられる。罰せられるブルーチームの選手を決定するには、ルール 16.B.5.c を参照。

16.B.5.c チームが複数の同時ファールを犯した場合、再開時にはルール 16.B.4 に従い最も重いファールを罰する。ファールの重さが同等である場合は、最も直近のファールを罰する。どのファールが最も直近か判断できない場合、笛が吹かれた時点でボールに最も近い位置で発生したファールを、ルール 17.B、18.B、19.B、20.B に基づき罰する。

ルール 17 ゴールサークルルールとペナルティ

A ルール

ゴールサークル内でのポゼッション

- 17.A.1 ゴールサークル内でゴールキーパーまたはディフェンダーが、片足または両足がゴールサークル内に接地しており、かつ、下記を満たせばポゼッションしているとみなされる。
- 17.A.1.a ボールがその選手のクロスの中にある
- 17.A.1.b ボールがゴールサークル内にあり、かつポケットの中にあるか、ゴールキーパーのクロスにトラップ（ゴールキーパーのクロスでセーブする際にクロスの中でボールがバウンスしているなど、クロスに完全に収まっていないが、すぐに次のプレーに移れる状態でボールを支配できている）されている
- ➡足または体の一部がゴールサークルに触れている限り、ゴールサークル内に接地しているとみなされる。
 - ➡ゴールサークル内のディフェンダーはカバーリングはできない。上記の状況でクロスでカバーリングできるのはゴールキーパーのみ。
- 17.A.2 ゴールサークル内でボールをポゼッションしている場合、ゴールキーパーのクロスをチェックすることはできない。
- 17.A.3 ゴールサークル内でボールをポゼッションしているのがディフェンダーである場合は、クロスをチェックすることができる。
- ➡ゴールキーパーまたはディフェンダーがゴールサークル内に接地している状態で、ゴールサークル外のボールをプレーしようとしている場合（例：拾う、すくう、はじく、かき寄せる）、その選手はボールをポゼッションしているとみなされない。
- 17.A.4 ゴールサークル内では、ゴールキーパーまたはディフェンダーはゴールサークル内でポゼッションを得てから 5 秒以内にボールをゴールサークルの外に出さなければならない。
- ➡審判員は、ボールがゴールサークル内にある間、秒数を数えるために目に見える形で手を横に振って、5 秒を声に出してカウントする。
- 17.A.5 ゴールキーパーまたはディフェンダーがゴールサークル外でボールをポゼッションした場合、ゴールサークルにボールを戻し入れることはできるが、ポゼッションを得てから 5 秒以内にボールをゴールサークル外に出さなければならない。
- 17.A.5.a ゴールキーパーまたはディフェンダーは、クロスにボールを保持したままゴールサークルに再び入ることはできない。
- ➡ボールをゴールサークルに投げたり転がし入れたりしてから、ゴールサークルに入ることができる。
- 17.A.6 守備チームが一度ボールをゴールサークル外に出した場合、ボールがプレーされる（付録 A 参照）まで、ボールをゴールサークルに戻してはならない。
- 17.A.7 ゴールキーパーまたはディフェンダーがクロスでボールを持ったままゴールサークル外に出た場合、ボールがプレーされるまで、ボールをゴールサークルに戻してはならない。

- 17.A.8 ゴールキーパーまたはディフェンダーは、ゴールサークル内に接地している場合、ボールをゴールサークル内にかき寄せてゴールサークル内に入れることができる。(ルール 19.A.8)
- 17.A.8.a ボールをゴールサークルに戻す過程で、ゴールキーパーまたはディフェンダーはルール 19.A.8 に従わなければならない。
- 17.A.9 ゴールサークル内に接地している場合、ゴールキーパーは、手、体、および/またはクロスでボールを止めることができる。ボールを手でキャッチした場合、ボールをクロスに入れてからプレーを続行しなければならない。
- 17.A.10 **ゴールサークル内に接地している場合**、ゴールキーパーは、ゴールネット、衣服、または装具に挟まったボールを取りのぞき、クロスに入れて試合を続けなければならない。
- 17.A.10.a **ゴールサークル外にいる場合に、ボールがゴールキーパーの用具または衣服に挟まったときは、ルール 16.A.3.f を参照。**
- 17.A.10.b **ゴールキーパーがゴールサークル外におり、かつゴールサークルに最も近い選手でない場合、ディフェンス選手がゴールネットに挟まったボールを取り出せないときには、審判員はオフィシャルはタイムアウトを取得してもよい。ディフェンス選手はライブプレー中に手を使ってボールを取り出してはならない(ルール 19.A.10)。アタック側の選手が挟まったボールをプレーしようとしている場合、審判員はタイムアウトを取得すべきではない。**
- ➡**審判員は、ゴールキーパーが衣服、装備、またはゴールネットからボールを外すのを手伝うために、タイムアウトを取得できる。ゴールキーパーはボールを保持した状態でプレーを再開し、審判員の笛で5秒のカウントを開始する。**
- 17.A.11 完全にゴールサークルの外にいる場合、ゴールキーパーまたはディフェンダーは、ボールを保持している状態では、ゴールサークルラインを踏んだり、ゴールサークルに戻ったりすることはできない。
- ➡**ゴールキーパーがグランドボールを拾うためにゴールサークル外に出て、ゴールサークル内に戻った場合。イリールガル:ゴールキーパーはゴールサークル外に接地していたため。プレーを再開するには、ゴールキーパーはファールのあった場所(ゴールサークル内)にとどまり、攻撃選手は **15mMA** が GLE と交わる地点でフリーポジションを与えられる。**

アタック

- 17.A.12 攻撃側の選手は、いかなる場合においても、ゴールサークル内に入ったり、ゴールサークル内またはゴールサークルライン上に足を踏み入れたりしてはならない。
- 17.A.13 攻撃側の選手はゴールサークル内でボールを「プレー」できるが、以下の行為をしてはならない:
- ➡**「プレー」とは、シュート動作を開始する、シュート、ボールを拾う、はじく、パス、その他の合法的なアクションを含む。つまりバウンド中、地面にある時、空中、キャッチ動作中、インターセプト中などゴールサークル内のどんな状態のボールに対してでもシュート動作を開始することができる。**
- 17.A.13.a シュート時にゴールサークルラインを踏んだり、越えたりすること
- 17.A.13.b ボール全体がゴールラインを完全に越えるまで、ゴールサークルを踏んだり、ゴールサークル内に入ったりすること(ルール 11.A.2)
- 17.A.13.c ゴールキーパーまたはディフェンダーと接触すること

- 17.A.13.d ディフェンダーを押したり動かしたりして、ゴールキーパーに接触させること
- 17.A.13.e いかなる形でも、ゴールキーパーまたはそのクロスに何らかの形で「干渉」すること（ルール 11.B.5）
- ➡「干渉」とは、攻撃側選手のクロスまたは身体によって、ゴールキーパーのクロスまたは身体に対する接触行為を指す。例：攻撃側選手がゴールキーパーのクロスの動きを「ミラー」しようとする行為、クリアを妨害しようとしてインターセプトを試みる行為、またはチェックを行い、その結果としてゴールキーパーに接触した場合などが該当する。
 - ➡ボールがゴールラインを完全に越えた後であれば、シューターはゴールサークルに入ることができる。
 - ➡シュート前にゴールサークル付近で合法に立っている守備側の選手は、攻撃側のシューターまたは他の選手が起こした違法な接触に対して罰せられることはない。

ディフェンス

- 17.A.14 守備側チームがボールを保持している場合、またはボールがルーズボールである場合、ディフェンディングエリア内において、ボールを保持していない選手は、自陣のゴールサークル内を通過したり、ゴールサークル内に留まることができる。ボールを保持している守備側選手は、ルール 17.A.4 に従わなければならない。
- ➡これは通常ゴールキーパーだが、ゴールキーパーがサークル外にいる場合はディフェンダーでもよい。
- 17.A.15 攻撃チームがボールを保持している場合、ゴールキーパーだけがシュートをセーブするためにゴールサークルにとどまることができる。
- 17.A.16 ディフェンダーがゴールサークル内にいる場合、相手チームがボールを保持した時点で、直ちにゴールサークルから出なければならない。ゴールサークル内でシュートをセーブしようすることは、メジャーファールとなる。（ルール 20.A.14）
- 17.A.17 攻撃側チームがボールを保持している場合、ディフェンディングエリア内の選手は、自陣のゴールサークル内を通過することができる。守備側の選手はディフェンス中、ゴールサークルのいかなる部分を走り抜けることも認められるが、ディフェンス中にゴールサークル内に留まることができるのは、ボールキャリアをクロス 1 本分以内の距離でマークしている守備側選手に限られる。
- ➡ゴールサークルを走り抜けるディフェンダーは、シューティングスペースと 3 秒ルールに従わなければならない。（ルール 20.A.19、20）
 - ➡ディフェンダーは、以下のような場合にゴールサークルを走る抜けることができる：
 - ・ボールを持っている攻撃側の選手をマークしている場合
 - ・ボールを持っていない攻撃側の選手をマークしている場合
 - ・どの攻撃側の選手もマークしていない場合
 - ・ゴールサークル内でボールをプレーする場合
 - ➡ボールを持っていない攻撃側の選手がゴールサークルの端またはゴールサークルラインより下で立ち止まっている場合、ゴールサークル内でマークしているディフェンダーは外に出なければならない。攻撃側の選手が再び動き始めた場合、ディフェンダーはゴールサークル内に戻り、攻撃側の選手についていくために通り抜けることができる。

ゴールキーパー

- 17.A.18 ゴールキーパーが完全にゴールサークルの外に出た場合、ゴールキーパーの特権をすべて失う。
- ➡ゴールサークル内から、ゴールキーパーは片足または両足をゴールサークルラインに踏み込んだり、立ったりすることができる。足がゴールサークルラインの一部に触れている限り、ゴールサークル内にいるとみなされる。
 - ➡ゴールキーパーが完全にゴールサークルの外にいる場合、シューティングスペース（ルール 20.A.19）を遵守しなければならない、身体を用いてシュートを防ぐこと（ルール 20.A.14）、ウィズホールドザボール（ルール 19.A.8）はできない。
- 17.A.19 ゴールキーパーは次の行為をしてはならない：
- 17.A.19.a 自分のクロス / 装具を他の選手に投げること。
 - 17.A.19.b ボールを保持している場合、ゴールサークルのラインを踏んだり、ゴールサークル内に戻ったりしてはならない。（ルール 17.A.11）
 - ➡ゴールキーパーがグラウンドボールを拾うためにゴールサークルラインをまたぎ、再びゴールサークル内に戻った場合。合法：ゴールキーパーはゴールサークル内に接地していた。
- 17.A.20 ゴールサークル内にいる場合、ゴールネットまたはクロスに挟まったボールを取りのぞき、クロスに入れて試合を続行しなければならない。（ルール 17.A.10）

B ペナルティ

- 17.B.1 攻撃側選手がゴールサークルファールを犯した場合：
- 17.B.1.a ゴールキーパーはゴールサークル内でフリーポジションを得る。
 - 17.B.1.b ファールをした選手はゴールライン延長線（GLE）に沿ってゴールサークル横に 1m 移動する。
 - 17.B.1.c 他のすべての選手は、ゴールサークルから少なくとも 1m 離れる。
 - ➡攻撃選手がゴールサークルファールを犯したときにゴールキーパーが完全にゴールサークルの外にいた場合には、ゴールサークルに最も近い守備選手（ゴールキーパーであってもなくてもよい）がゴールサークル内でフリーポジションを得る。
- 17.B.2 守備側選手がゴールサークルファールを犯した場合：
- 17.B.2.a 攻撃選手は、15mMA と GLE が交わる地点でフリーポジションを得る。
 - 17.B.2.b ファールをした選手は、フリーポジションを得る選手の 4m 後ろに移動する。
 - 17.B.2.c 他のすべての選手は、フリーポジションが与えられた選手から 4m 以上離れる。
 - ➡適切な装具をつけていないディフェンダーはゴールサークル内にいることができるが、シュートをセーブするためにゴールサークル内に入ることは許されない。これはゴールサークル内でのメジャーファールであり、ルール 20.A.14 に従って処置される。
- 17.B.3 ゴールキーパーがゴールサークルファールを犯した場合：
- 17.B.3.a 攻撃選手は、15mMA が GLE と交わる地点でフリーポジションを得る。
 - 17.B.3.b ゴールキーパーはゴールサークル内に留まるか、戻る。
 - 17.B.3.c どの守備選手も 4m 後ろに配置されない。
 - 17.B.3.d 他のすべての選手は、フリーポジションが与えられた選手から 4m 離れる。

- 17.B.4 ゴールサークル内のメジャーファールがカード対象となった場合、試合はルール 20 に従って再開される。スコアリングプレー中であった場合は、ルール 21 に従って試合を再開する。

ルール 18 リストレイニングラインルールとペナルティ

A ルール

18.A.1 リストレイニングラインルールは、試合中終始適用される。

18.A.2 以下の行為は禁止されている。

18.A.2.a 攻撃側の選手が、アタッキングエリアに 6 人を超えて入る。

18.A.2.b 守備側の選手が、ディフェンディングエリアに 7 人を超えて入る。7 人のうち 1 人は必ずしもゴールキーパーでなくてもよい。

18.A.3 選手は、足や身体の一部がリストレイニングラインに触れておらず、ミッドフィールドエリアに接地していない限り、クロスをリストレイニングラインの向こう側に伸ばしてプレーしてよい。

➡ミッドフィールドエリア内にいる場合、選手の足の一部がリストレイニングラインに触れたり踏み越した場合、その選手はアタッキングエリア/ディフェンディングエリア内にいるものとみなされ、ファールとなる。

➡ゴールキーパーがボールをクリアする際、審判員はパスを受ける選手がオフサイドになっていないか確認する。

18.A.4 ゴールキーパーは、試合を通じて、ディフェンディングエリアまたはミッドフィールドエリア内に留まらなければならない。アタッキングエリアに入ってはならない。(ルール 19.A.2.a, 19.B.6)

B ペナルティ

18.B.1 リストレイニングラインの侵害（オフサイド）はマイナーファールである。(ルール 13.A.9.i)

➡オフサイドは、審判員が腕をまっすぐ頭の上にあげて示す。オフサイドで誤って笛がならされた際に、他のファールがなければ、試合はルール 13.A.8 に従って再開される。

➡攻撃側と守備側のオフサイドのペナルティは同じである。

18.B.2 オフサイドのファールが起こった時、ボールがアドバンテージフラッグエリアの内側にある場合：

18.B.2.a オフサイドをした選手またはリストレイニングラインに最も近い味方の選手は、ミッドフィールドエリアに戻される。

18.B.2.b フリーポジションは 15mMA の中央に設定され、15mMA の中央に最も近い相手選手に与えられる。

18.B.2.c フリーポジションが与えられる選手から一番近いオフサイドをしたチームの選手は、フリーポジションが与えられる選手の真横に 4m 離れる。

18.B.2.d 他のすべての選手は、フリーポジションを与えられた選手から 4m 以上離れる。

18.B.3 オフサイドのファールが起こった時、ボールがアドバンテージフラッグエリアの外側にある場合：

18.B.3.a オフサイドをした選手またはリストレイニングラインに最も近い味方の選手は、ミッドフィールドエリアに戻される。

- 18.B.3.b フリーポジションはオフサイドが起きたときにボールがあった位置（少なくとも境界線から **4m 内側**）に最も近い相手選手に与えられる。
- 18.B.3.c フリーポジションが与えられる選手から一番近いオフサイドをしたチームの選手は、フリーポジションが与えられる選手の真横に 4m 離れる。
- 18.B.3.d 他のすべての選手は、フリーポジションを与えられた選手から 4m 以上離れる。
- 18.B.4 攻撃側がアドバンテージフラッグエリア内でスコアリングプレーをしているときに、守備選手がオフサイドであった場合（ルール 21）、笛は保留される。
 ➡これは、スコアリングプレーに不利となる守備チームによるリストレインイングラインのブレイクダウンファールを防ぐためである。
- 18.B.5 守備側がオフサイドで、アドバンテージフラッグが挙げられていない場合 / スコアリングプレーでない場合、プレーが以下のように終了する場合：
- 18.B.5.a 攻撃選手によるメジャーファールがあった場合は、そのメジャーファールに対してペナルティを与え、プレーを再開する。（ルール 16.B.4）
- 18.B.5.b 攻撃選手によるマイナーファールがあった場合、**オルタネイトポゼッションが適用される。**（ルール 16.A.3.g）
- 18.B.6 守備側がオフサイドで、アドバンテージフラッグが挙がっており、かつスコアリングプレーが攻撃選手によるメジャーファールまたはマイナーファールで終了した際は、ファールは**同時発生**とみなされる。
- 18.B.6.a プレーを再開するには、オフサイドの選手はミッドフィールドエリアに戻り、**オルタネイトポゼッションが適用される。**（ルール 16.A.3.g, ii 例外 2）
- 18.B.7 攻撃チームがオフサイドの場合、即座に笛を吹いてプレーを止める。
- 18.B.8 ゴールが決められた際に攻撃チームがオフサイドであった場合、そのゴールはカウントされず（ルール 11.B.11）、フリーポジションはルール 18.B.2 に定める通り設定される。
- 18.B.9 両チームが同時にオフサイドを犯した場合、オフサイドをした選手はミッドフィールドエリアに戻され、**オルタネイトポゼッションが適用される。**（ルール 16.A.3.g）

ルール 19 マイナーファールとペナルティ

- 19.A.4 削除：ゴールキーパーの得点：ゴールキーパーは、シュートまたはその他の方法でボールを相手ゴールに入れることはできない。
- 19.A.10 削除：ボディボール：選手は、故意にボールの方向を妨げたり、加速したり、変えたりするために体のいかなる部分も使ってはならない。
- 19.A.11 カバーリングは、「ウィズホールドザボール」（ルール 9.A.8）へ置き換え、削除

A ルール

ドロウ

➡ドロウに関するファールは、イリーガルプロシージャファールとする。

- 19.A.1 不正なドロウ：選手は不正なドロウをしてはならない。（ルール 13.A.5）
- 19.A.1.a ドロウの間、および試合中の他のすべての時間において、選手のトップハンドはクロスのスロート、サイドウォール、ポケットのどの部分にも触れてはならない。
- ➡一体型のクロスの場合、スロートはヘッドがシャフトから広がり始めるところから始まる。
- 19.A.2 アーリーエントリー：ドロウの間
- 19.A.2.a ゴールキーパーは、自チームのディフェンディングエリア内に留まらなければならない。それ以外の時間は、ゴールキーパーは自チームのディフェンディングエリアまたはミッドフィールドエリアにいないなければならない。
- 19.A.2.b 選手は、プレー開始の笛が鳴る前にセンターサークルラインを踏んだり乗り越えたりしてはならない。
- 19.A.2.c 選手は、ボゼッションがコールされる前に、リストレイニングラインを踏んだり乗り越えたりしてはならない。
- ➡アーリーエントリーが適用されるのは、ファールによって選手またはそのチームが明確なアドバンテージを得た場合である。

イリーガルプロシージャ

- 19.A.3 違法な装具：選手は、以下の場合、試合に参加してはならない：
- 19.A.3.a 装具が合法でない。（付録 H）
- 19.A.3.b ユニフォームが不正、不正なジュエリー類やマウスガードの欠如。（ルール 6）
- 19.A.3.c 合法的なクロスを持っていない。
- 19.A.3.d 選手はボールを保持していない場合に限り、クロスをフィールド上で交換できる。選手は、複数のクロスを持った状態で試合に参加してはならない。コーチングゾーンに入ることが許可されたスタッフ／コーチなどがドロウの前などプレーが停止した時に限り選手にクロスを手渡すことができる。クロスを投げて味方やスタッフと交換しようとしてはならない。（ルール 19.A.6）
- 19.A.3.e 審判員がクロスチェックの要請をした後、選手はクロスのみを調節してはならない。（ルール 11.B.9、10）
- ➡審判員がクロスチェックの要請をした後、選手がひもを調節した場合、クロスは不正と

判定され、残りのクォーターの間オフィシャル席に置かれる。それ以外の時間であれば、選手は、試合中いつでもクロスのひもを調節することができる。

- 19.A.4 違法なクロスチェックの申請：デッドボール中に自チームがボールのポゼッションを有している場合、または得点直後において、一度、クロスチェックを受け、合法と判断された相手側のクロスに対して2度目のクロスチェック要求してはならない。

19.A.4.a (JLA 独自ルール) クロスチェックの結果、合法だった場合、クロスチェックを申請したチームはメジャーファールが与えられる。違法なクロスチェックの申請<メジャー>。シュート決定後であれば、センターラインで相手チームがボールポゼッションを得る。相手チームは後ろ4mに立つ。それ以外であれば、ファールがあった場所をボールがあった場所として相手チームがボールポゼッションを得る。(ルール 20.B.3-6)

- ➡フィールド上にいる選手は誰でも、デッドボール中で自チームがポゼッションを有している場合、または得点直後において、相手チームのクロスについて審判員にクロスチェックを要求することができる。
- ➡クロスチェックを要求する選手は、クロスをチェックする相手選手の背番号、またはチェックすべきクロスがどれかを審判員に伝えなければならない。
- ➡クロスチェックは、要求時にフィールド上で使用されていないクロスを含め、特定のクロスに対して行うことができる。当該クロスが不正と判定された場合、ペナルティは最も近い相手選手が横方向に4m離れた位置で適用される。
- ➡クロスが不正と判定された場合、そのクロスは当該ピリオド終了までオフィシャル席に置かなければならない。当該クロスが合法状態に戻せない場合、その試合の残り時間を通して、当該ピリオド終了までオフィシャル席に置かなければならない。

- 19.A.5 不正な交代：選手は不正な交代をしてはならない。(ルール 14)

- 19.A.6 スロークロス：いかなる状況においても、選手は自分のクロスを投げてはならない。

- 19.A.7 試合中、選手は有利な位置を得る目的でフィールド外に出てから再びフィールド内に入ってはならない。(ルール 15.A.5)

プレー中

19.A.8 ウィズホールドザボール：相手選手がボールに対して正当にプレーできる状況において

19.A.8.a 選手は、ボールをコントロールし、連続した一連の動作で拾い上げるために必要な時間を超えて、クロスで地面上のルーズボールを押さえ続けてはならない。ただし、ボールをかき寄せる動作(レーキング)は認められる。

19.A.8.b 選手は、体のいかなる部分でもボールをカバーして、プレーから排除してはならない。

19.A.8.c 選手は、その他いかなる方法によっても、ボールをカバーしてはならない。

19.A.8.d 例外：ゴールキーパーがゴールサークル内で地面に接地している場合、かつボールがゴールサークル内にある場合、ルール 17.A.1.b に従い、ボールを押さえることができる。

- 19.A.9 エンブティクロスチェック：相手選手が空中のボールをキャッチしようとしている間、相手選手の空のクロスをチェックしてはならない。このルールは相手がパスを受けようとしている時のみ適用される。

- ➡空中のボールをプレーしている際に、クロス同士が偶発的に触れる程度の接触はファールではない

- 19.A.10 ハンドボール：ゴールサークル内のゴールキーパーがシュートを止める時を除き、選手はボールに手や指で触れたり、体を使ったりしてボールをクロス内に収めてはならない。(ルール 17.A.9)
- 19.A.11 ヘルドクロス：チェックの際、選手は短時間であっても相手選手のクロスをつかんではない。
 ➡これは、相手選手の動きやバランスを妨げるディテイニングとは異なる。(ルール 20.A.10)
- 19.A.12 オフサイド：選手は、リストレイニングラインのルールに違反してはならない。(ルール 18)
- 19.A.13 ディレイオブゲーム：選手は故意に試合を遅らせてはならない。
- 19.A.13.a セルフスタートが許可されていない場合、選手は笛が鳴る前に動いてはならない。また、ドロー中、笛が鳴る前、フェイントをかけたり、相手を動かすような動作をしてはならない。カードが提示される場合もある。
- 19.A.13.b 選手は、ゴールが決まった後、クォータータイム後、またはチームのタイムアウト後、30秒で試合を再開しなければならない。(ルール 13.A.2)
- 19.A.13.c プレーの開始と再開(ルール 13)に基づき、選手は審判員の指示によって準備しなければならない。
- 19.A.13.c.i タイムアウト後にチームが試合再開の準備が整っていない場合、マイナーファールとなる。
- 19.A.13.d セルフスタートによるフリーポジションが与えられた選手がセルフスタートを行う前に、守備選手が当該選手に近づいた場合、その地点(ボールの位置)でペナルティが適用される。
- 19.A.13.e ディレイオブゲームの繰り返しは、ルール 19.B.9に従って処理される。

B ペナルティ

➡ヘルドホイッスル：審判員は、ファールされている側に不利益を与えることになる場合には、裁量により、ファールに対して笛を吹かない方法で対応することができる。選手がファールを受けたが、ボールポゼッションを維持しており、プレーを継続させた方が有利な場合、審判員は、ファールを起きていることを示すためにその選手が攻撃している方向に腕をまっすぐのばす。この対応は、攻撃側チームがスコアリングプレー中でない限り、AFA内を含むフィールド上のいかなる場所においても適用される。攻撃側チームがスコアリングプレー中の場合は、ルール 21.A.1に従う。

ドロー

- 19.B.1 イリーガルドロー：イリーガルドローのファールがコールされた時、相手選手はセンターライン上でフリーポジションを与えられる。フリーポジションが与えられる選手から4m以内にいる選手は4m以上離れなければならない。
- 19.B.2 アーリーエントリー(センターサークル)：ドローの際、笛が鳴る前にセンターサークル内に入る行為はマイナーファールとなる。当該選手またはそのチームが明確なアドバンテージを得た場合にコールされる。ボールの地点に最も近い選手に、マイナーファールによるフリーポジションが与えられる。

- 19.B.3 アーリーエントリー（ミッドフィールドエリア）：審判員がポゼッションの成立を示す前にミッドフィールドエリアへ入る行為は、マイナーファールとなる。当該選手またはそのチームが明確なアドバンテージを得た場合にコールされる。ボールの地点に最も近い選手に、マイナーファールによるフリーポジションが与えられる。

ゴールキーパーによるマイナーファール

- 19.B.4 ドローの際、ゴールキーパーが自チームのディフェンディングエリア外にいてファールとなった場合、ゴールキーパーは自チームのディフェンディングエリアへ戻らなければならず、相手チームにセンターラインにおいて、イリーガルドローによるフリーポジションが与えられる。このルールは、ゴールキーパーまたはそのチームが、その不正な位置のために明らかなアドバンテージを得た場合に適用される。他のすべての選手は、フリーポジションが与えられた地点から 4m 以上離れる。（ルール 19.A.2.a）
- 19.B.5 ドロー中にゴールキーパーがアーリーエントリーのファールを犯した場合、ボールのある地点でフリーポジションとなりプレーを再開する。このルールは、ゴールキーパーまたはそのチームが、その不正な位置のために明らかなアドバンテージを得た場合に適用される。（ルール 19.A.2.a）
- 19.B.6 ゴールキーパーが自陣のアタッキングエリアに侵入してファールとなった場合、アタッキングエリアに侵入した位置のリストレライン上で最も近い相手選手にフリーポジションが与えられる。ゴールキーパーはミッドフィールドエリアに戻り、フリーポジションを与えられる選手の横 4m に移動しなければならない。（ルール 18.A.4）
- 19.B.7 ゴールキーパーがゴールサークル内でグラウンディングしている状態で、マイナーファールを犯した場合、ゴールサークル内でフリーポジションをとる。他のディフェンダーが 4m 横に移動する必要はない。
- 19.B.8 ゴールキーパーが完全にゴールサークルの外（両足）にいてマイナーファールを犯した場合、フィールド選手と同じ処置となる。フリーポジションを取る選手の横 4m 移動しなければならない。（ルール 17.A.18）

その他

- 19.B.9 繰り返し行われるディレイオブゲームおよび、執拗な、繰り返しのマイナーファールは、メジャーファールとして罰せられ、カードが出されることがある。
- 19.B.10 AFA 外で発生したすべてのマイナーファールについて：
- 19.B.10.a ファールが起きた地点で、フリーポジションを与える。アドバンテージフラッグエリア（AFA）の外側かつ境界線から 4m 内側に入った場所であること。
- 19.B.10.b ファールをした選手は、ファール時の相対関係を保ちながら相手選手の 4m 横に移動する。
- 19.B.10.c 他の全ての選手は、フリーポジションが与えられた地点から 4m 以上離れる。
- 19.B.11 15mMA 内で発生したすべてのマイナーファールについて：
- 19.B.11.a ファールをされた選手は、ファールがあった場所から最も近い 15mMA 線上で、フリーポジションが与えられる。

19.B.11.b ファールをした選手は、ファールをした時の相対関係を保ち、相手選手の 4m 横に移動する。

➡完全にゴールサークルの外で（両足で）マイナーファールをしたゴールキーパーにも適用される。

19.B.11.c 他のすべての選手は、フリーポジションが与えられた地点から 4m 以上離れる。15mMA はクリアにされない。

19.B.11.d 例外：ゴールキーパーがゴールサークル内にいるときにファールを受けた場合、ゴールキーパーはゴールサークル内にとどまる。ファールをした選手は、GLE に沿ってゴールサークルから 1m 横に移動する。その他のすべての選手は、ゴールサークルから少なくとも 1m 以上離れなければならない。

➡攻撃選手がシュートする機会があるかもしれない時に、ディフェンダーがマイナーファールを犯しても審判員は笛を吹かないことが奨励される。

19.B.12 AFA 内かつ GLE 下で発生したすべてのマイナーファールについて：

19.B.12.a フリーポジションは、ファールが発生した地点に最も近いドットに設定される。

19.B.12.b ファールをした選手は、フリーポジションを取る選手から 4m 横に移動する。

19.B.12.c 他のすべての選手は、フリーポジションが与えられた地点から 4m 以上離れる。

➡AFA 内でフリーポジションが与えられた選手は、セルフスタートすることはできない。

19.B.13 アドバンテージフラッグが挙げられている間にアタックがマイナーファールを犯した場合、プレーを再開するためにオルタネイトポゼッションが適用される。（ルール 21）

19.B.14 イリーガルクロス：クロスチェックが要求された場合、チェック対象のクロスが最も近い審判員に手渡される、またはクロスが落とされた場所をファールの地点とする。クロスチェックを行う前に、審判員はタイムアウトを取得する。（ルール 3.B.1、2）

19.B.14.a イリーガルクロスを使用してゴールが得点された場合、そのゴールは認められない。フリーポジションは、ファールが起きた地点で与えられる。

19.B.14.b ゴールが得点され、クロスがイリーガルと判定され、そのクロスが得点に使用されたものでない場合、そのゴールは有効となる。フリーポジションはセンターラインで与えられる。

19.B.14.c ゴールが得点されなかった状態で、イリーガルクロスが発見され、クロスチェックが行われた場合：

19.B.14.c.i AFA の外では、ファールの発生地点でフリーポジションが与えられる。

19.B.14.c.ii ゴールサークル内では、ゴールキーパーがゴールサークル内にいる状態でフリーポジションが与えられる。

19.B.14.c.iii ゴールサークル外の 15mMA 内では、ファールが発生した地点に最も近く、かつその延長線上にある 15mMA 線上でフリーポジションが与えられる。

19.B.14.c.iv ゴールサークル外の AFA のゴールライン下では、最も近いドットでフリーポジションが与えられる。

➡ルール 19.A.3.c、e、および 19.A.4 を参照。

ルール 20 メジャーファールのルールとペナルティ

20.A.9 ホールディングはディティニンング（ルール 20.A.10）に統合

20.A.14 イリーガルピックはブロックング（ルール 20.A.2）に統合

20.A.16 プッシングはイリーガルコンタクト（ルール 20.A.12）に統合

A ルール

20.A.1 アクロスザボディ：選手は、接触の有無にかかわらず、自分の足が相手の後方にあるとき、または相手と横並びのときに、相手のクロスをチェックするために相手選手の体を横切って手を伸ばしてはならない。

➡守備選手が攻撃選手の体の周囲に手を伸ばそうとするためには、守備選手の足は攻撃選手の前になければならない。このルールは守備選手が攻撃選手のクロスを後方から正当にチェックすることを禁止するものではない。

20.A.2 ブロックング：相手に止まったり方向を変えたりするための空間や時間を与えずに守備選手が相手選手の進路に進入することは、イリーガルピックとなる。

➡選手がボールを受け取ろうとして走っているとき、その選手の「ブラインドサイド（見えてない側）」にいる選手は、走っている選手が方向転換するのに十分な時間やスペースを与えなければならない。

20.A.2.a 選手は、動きながらまたは静止している状態でピックを仕掛けてはならない

20.A.2.b 相手の視界外（ブラインド）から、および

20.A.2.b.i 相手選手が止まったり方向を変えたりするのに十分な時間やスペースを与えない、かつ

20.A.2.b.ii 接触が発生する。

➡ムービングピックは違法ではないが、上記の3つの要素が組み合わさることで違法となる。

20.A.3 チャージング：正当なディフェンスの位置を占めた守備選手を、自分の体やクロスを使って妨害し、ボディコンタクトをすること。攻撃選手は、正当なディフェンスポジションを取り／維持している守備選手に対して肩入れ、手で押すなどではなく、守備選手を回避するよう動かなければならない。

20.A.4 頭部へのチェック：（カード必須）選手は、クロスで相手の頭部を叩いてはならない。

20.A.5 デンジャラスチェック：選手は、相手のクロスを乱暴に、または無謀にチェックしてはならない。

20.A.5.a 選手は、相手選手の頭部からフィールドクロス幅（約18cmまたは選手の肩幅）以内の相手のクロスをチェックしてはならない。

20.A.5.a.i チェックの方向は、選手の頭部／首から離れる方向でなければならない。チェックは制御されなければならない。チェックは威嚇的または危険なものであってはならない。

20.A.5.a.ii ボールが相手の顔に向かうようなチェックや、相手のクロスを体内に押し込むチェックはイリーガルである。

20.A.5.a.iii 選手は、自分の頭または首からフィールドクロスの幅の範囲内でクロスを持して

はならない。いかなる選手も、相手選手の顔または体に向かって、クロスを突いたり振ったりしてはならない。

➡アンバランスな体勢、静止した足、クロスの滑り等によって、無謀で危険なクロスの振りを引き起こす可能性がある。チェックの合法性を判断するために、審判員は力の強弱、バックスイングとフォロースルーの範囲と方向を確認しなければならない。音の大きなチェックは必ずしも違法なチェックとは限らない。

➡攻撃側の選手が自分自身をチェックした場合、デンジャラスチェックではない：

(i) 攻撃選手が相手の体／正当に保持されたクロスに自分のクロスや体を入れたり押し込んだりするとき

(ii) 正当な守備選手のダブルチームを不当に強引に通り返けるときの

20.A.6 デンジャラスフォロースルー：(カード必須) 選手は、いかなる時も、クロスを危険な、またはコントロールできていない状態でフォロースルーしてはならない。

➡もし守備選手がシュートの前にすでに正当なディフェンスの位置にいて、ボールを持った選手が危険な、あるいはコントロールされていない方法でクロスをフォロースルーすれば、これはデンジャラスフォロースルーである。もし守備選手がボールがリリースされた後のクロス／フォロースルーの軌道に入ってきた場合は、デンジャラスフォロースルーではない。

20.A.7 デンジャラスプレー：選手は、力任せに、危険な、威嚇的な、または自分や相手の安全を無視するような方法で、クロスや体を使用してはならない。これは、ボールを保持しているか否かにかかわらず、すべての選手に適用される。

20.A.7.a 選手は、ボールがアウトオブバウンズになるように、故意にボールを相手の足や体に押し当てたり、はじいたり、バッティングしてはならない。

20.A.8 デンジャラスプロペリング：(カード必須) 選手は、クロスを使用してボールを危険なまたは制御不能な方法で進めてはならない。フィールド選手の位置を考慮せずに投げられたパスやシュートは、潜在的に危険である。

20.A.9 デンジャラスシュート：選手は、危険、またはコントロールされていないシュートをしてはならない。危険なシュートは通常ゴールキーパーに向けられ、ゴールを捉えてなくても危険と判定されることがある。デンジャラスシュートは、次のいずれかの組み合わせで判定される：

20.A.9.a ゴールからシューターまでの距離

20.A.9.b シュートの威力

20.A.9.c シュートの狙いがどこか (ゴールキーパーの頭部を意図的に狙うなど)

20.A.10 ディティニング：相手のクロスや体を押さえつける、つかむなどして、相手選手の動きやバランスを妨げてはならない。

➡これはヘルドクロス (マイナーファール) (ルール 19.A.11) とは異なる。

20.A.11 フッキング：クロスの編みこまれた部分を使って相手選手のクロスのシャフトの端を引っ掛けたり、チェックしてはならない。

20.A.12 イリーガルコンタクト：選手は他の選手を押しつけることはならない。腕、脚、または身体を使用して、相手の身体、衣服、またはクロスを拘束、保持、または押しつけてはならない。選手は、ボールの有無にかかわらず、クロスのいずれの部分を使用して相手を叩くまたは押

してはならない。

- 20.A.12.a 選手は、相手選手に突進したり、肩で押したり、手やスティックで押したり、相手選手に背を向けて押し返したり、相手選手や合法的なダブルチームを強引に突破してはならない。

➡選手には、相手選手がまだ占有していない正当なフィールドポジションを占める権利があるが、相手選手に、接触を避けるために止まったり方向を変えたりする時間や空間を与えなければならない。(ルール 20.A.2)

➡守備選手は、シューターをゴールサークル内に押し込むか、その他の方法でシューターまたはシュートを妨害してはならない。

- 20.A.13 イリーガルクレドル: ボールを持っている選手は、正当なチェックを不可能にするために、クレドル有無にかかわらず、クロスを自分や味方の顔や体に近づけて、クロスを守ってはならない。

➡選手は、相手選手のクロスを正当にチェックすることが許されなければならない。このファールは、正当な守備位置にいる相手側選手に正当なプレーを妨ぐために、自分のクロスを頭や体の方に引き寄せたときにコールされる。このファールはしばしば、選手が合法的なダブルチームの中に閉じ込められたり、その中を通り抜けようとしたときに起こる。

- 20.A.14 イリーガルディフェンディング: 守備選手はゴールサークル内で転がるボールまたはバウンドするボールを拾い上げることができる。しかし、守備選手はゴールサークル内でシュートをセーブしてはならない。(ルール 17.A.16)

- 20.A.14.a ゴールキーパーは、ゴールサークルの外に完全に出ている間は、体のいかなる部分でも故意にボールをプレーしてはならない。(ルール 17.A.18、19.B.8)

- 20.A.15 ミスコンタクト: 選手またはチーム／ベンチスタッフは、スポーツマンシップに反する行為や、その他の不適切な言動、行動を取ってはならない。

- 20.A.15.a コーチおよびその他のベンチスタッフは怪我人の発生によるタイムアウトの間、コーチングの目的でフィールドに入ることはできない。(ルール 12.B.5)

- 20.A.16 スワイプ: (カード必須) 相手のクロスや身体との接触の有無にかかわらず、相手選手に向かって、伸ばした腕で身体を横切るように高い位置から低い位置に向かってクロスを大きく振る動作をしてはならない。

- 20.A.17 トリッピング: 選手は相手選手を転ばせてはならない。

- 20.A.18 ワーディング: 選手はクロスを手でガードしてはならない。クロスシャフトから片手を離れた場合は、故意にせよ偶然にせよ、接触の有無にかかわらず、肘や腕を使って相手選手を押し付けたり、防いだりしてはならない。

シューティングスペース

- 20.A.19 シューティングスペース (フリースペーストウゴールの侵害): 守備選手は、シューティングスペース (図 6) を妨げる目的で、体のいかなる部分でもゴールを塞いだり、防御したりしてはならない。このシューティングスペースを妨害することは、攻撃チームが安全にシュートする機会を奪うことになる。

- 20.A.19.a このルールは、攻撃チームが 15mMA (図 7) 内においてボールを保持している場合に

のみ適用される。

20.A.19.b シューティングスペースの妨害は、守備選手が自らの意思で不正にシューティングスペースに入った場合に起こる。

20.A.19.c 以下の状態にある場合、守備選手はシューティングスペースを妨害していない：

20.A.19.c.i クロス長(約1.5m)の範囲内で、正当にマークしている攻撃選手についてシューティングスペースに引き込まれている場合/通過する場合。

20.A.19.c.ii GLE (ゴールライン延長線)より下に立っている場合。(ルール 20.A.12, 20, 図 6)

➡このコールは、ボールキャリアが「シュートを狙って」おり、シュートする機会がある場合のみ行う。

➡ボールキャリアに近づくとき、ボールキャリアからクロスの長さ以内の距離に入るまでは、守備選手の体(クロスではない)はシューティングスペースの外に出ていなければならない。

➡クロスの長さの範囲内にいて、ボールを持っていない選手にダブルチームディフェンスを行おうとするディフェンダーは、シューティングスペースの対象外。ただし、11m フェンに3秒以上とどまってはならない。(ルール 20.A.19.20, 図 7)

3 秒

20.A.20 守備選手は、クロスの長さ(約1.5m)以内の相手をマークしている場合を除き、3秒以上11m フェン内に留まってはならない。(図 7)

20.A.20.a 11m フェン内でボール保持していない相手選手をマークできる守備選手は1人だけである。

20.A.20.b 守備選手が「11m フェン内」とみなされるのは、両足が完全に11m フェン内に位置している場合。片足が11m フェンライン上またはその外側に触れた時点で、その守備選手は11m フェン「外」とみなされ、3秒ルール適用対象外となる。

20.A.20.c 3秒ルールは、ボールを保持しているチームが、リストレイニングラインを越えて自陣のアタッキングエリアにボールを入れた時から適用される。

20.A.20.d ゴールサークルの真後ろに立っているノーマークの攻撃相手をマークしている守備選手は、3秒ルールは適用されないが、シューティングスペースのルールは適用される(図 7、ルール 20.A.19)。

➡守備選手 D1 がゴールサークルの真後ろに立っているノーマークの攻撃選手 A1 をマークしているとき、別の守備選手 D2 が直接 A1 をマークするためにゴールの後方に移動した場合は、守備選手 D1 は3秒を超えて11m フェンにとどまってはならない。

➡ノーマークの攻撃選手 A1 がゴールサークルの真後ろにとどまっている間、A1 をマークしている守備選手 D1 が、ボールを持っていない相手選手 A2 によってゴール前でのダブルチームに引き込まれた場合、守備選手 D1 に3秒ルールは適用されない。

➡3秒ルールのファールをしている守備選手の位置が、攻撃選手のゴールへのドライブや11m フェン内でのプレーに影響する(ダイレクトインパクト)場合に3秒をコール/アドバンテージフラッグにするのが望ましい。攻撃チームがスコアリングドライブをしているときに、3秒の選手がプレーに影響を与える可能性がある場合は、アドバンテージフラッグを活用する。

➡3秒となる選手は、オンボールであってもオフボールであってもよい。プレーに影響を与えるのにオンボールである必要はない。

B ペナルティ

➡ヘルドホイッスル：審判員は、ファールされている側に不利益を与えることになる場合

には、裁量により、ファールに対して笛を吹かない方法で対応することができる。選手がファールを受けたが、ボールポゼッションを維持しており、プレーを継続させた方が有利な場合、審判員は、ファールを起きていることを示すためにその選手が攻撃している方向に腕をまっすぐのばす。攻撃選手がゴールに向かうプレー中にカードが適用されるようなファールがあった場合は、カードはゴール後に提示されなければならない。(ルール 23)。

- 20.B.1 守備側のファールによってほぼ成立していたゴールが阻止された場合、審判員はフリーポジションの位置とゴールの間にいるゴールキーパーを含むすべての選手を移動させることができる。ゴールサークルには誰もいない状態とする。
- 20.B.2 フリーポジションのセットアップの間、守備選手がシューティングスペースにいても、プレー再開の笛が吹かれたときに直ちにシューティングスペースから退けば、シューティングスペースのファールとして罰せられることはない。

以下のいずれのケースにおいても、アドバンテージフラッグは挙げられていない：

➡アドバンテージフラッグが挙げられた場合のメジャーファールの適用については、ルール 21.B を参照のこと。

20.B.3 AFA 外でのメジャーファール：

20.B.3.a ゴールキーパーを含むいずれかの選手がファールをした場合：

- ・フリーポジションは、ファールのあった地点に設定され、境界線から 4m 以上離れた位置とする。
- ・ファールをした選手は、フリーポジションを与えられた選手から 4m 後方に移動する。他のすべての選手は、フリーポジションを与えられた地点から 4m 以上離れる。
- ・ゴールキーパーがファールをした場合、ゴールサークルは空のままである。プレーが再開後、守備選手は、転がるボールまたは低くバウンドするボールを止めるために「のみ」ゴールサークルに入ることができる。(ルール 20.A.14)

➡補足：フリーポジションを与えられた選手は、ルール 13.A.9 に従い、他の選手が 4m 離れる前にセルフスタートできる。

20.B.4 11mMA 内でのメジャーファール：

20.B.4.a 守備側のチーム（ゴールキーパーを含む）の選手がファールをした場合：

- ・フリーポジションは、ファールの地点に最も近いハッシュマークに設定される。この時のハッシュマークは、センターハッシュ、ファーストハッシュ、およびセカンドハッシュを指し、サードハッシュ、GLE 上の 11m 地点のハッシュはボールキャリアには使用されない（サードハッシュは守備選手を 4m 離れた位置に配置するためのみに使用される）。
- ・ファールをした選手は、フリーポジションを与えられた選手から 4m 後方に移動する。

20.B.4.a.i 例外：3 秒ファールの場合、ボールが AFA の外にあるときに 3 秒ファールが適用されたときは、ファールしたチームの最も近い選手（ファールをした選手ではない）が、フリーポジションを与えられる選手の後方 4m に移動する。

- ・他のすべての選手は、フリーポジションを与えられた地点から 4m 以上離れる。
- ・選手の体、クロスとも 11mMA に入ってはならない。
- ・ゴールキーパーがファールをした場合、ゴールサークルは空のままである。プレーが再開後、守備選手がゴールサークルに入ることができるのは、転がったボールまたは低くバウンドしたボールを止める場合に限られる。(ルール 20.A.14)

20.B.4.b もしゴールキーパーがゴールサークルの外にいてファールをしていなければ、ゴール

サークルに戻ることができる。

- 20.B.4.b.i 例外：ゴールサークル内でシュートをセーブしようとした守備選手に対するファールの処置は、センターハッシュマークにおいてフリーポジションが与えられ、ゴールサークルは空のままとなる。(ルール 17.A.16、20.A.14)

➡**守備選手は、フリーポジションを与えられた攻撃選手の隣のハッシュマークに立つ権利がある。**

➡**AFA 内でフリーポジションが与えられた選手は、セルフスタートできない。**

- 20.B.4.c 攻撃側のチームの選手がメジャーファールをした場合：

20.B.4.c.i フリーポジションは、ファールがあった場所から **11mMA** ラインまで最短距離で離れた位置に設定される。

20.B.4.c.ii ファールをした選手は、フリーポジションを与えられた選手から 4m 後方に移動する。

20.B.4.c.iii 他のすべての選手は、フリーポジションが与えられた地点から 4m 以上離れる。

- 20.B.4.d 攻撃選手がゴールキーパーにメジャーファールをした場合、ゴールキーパーは：

20.B.4.d.i ゴールサークル外に完全に出ていた場合、ゴールキーパーのフリーポジションはファールがあった場所から **11mMA** ラインまで最短距離で離れた位置に設定される。(ルール 20.B.4.c)

20.B.4.d.ii ゴールサークルの内側または一部入っていた場合、ゴールキーパーはゴールサークル内でフリーポジションを与えられる。ファールした攻撃選手はゴールサークルの後方 1m に移動する。

- 20.B.5 **15mMA ラインと 11mMA ラインの間でのメジャーファール：**

- 20.B.5.a ファールがゴールキーパーを含む**いずれかの選手**がファールをした場合：

20.B.5.a.i ファールが発生した地点にフリーポジションを設定する。

20.B.5.a.ii ファールをした選手は、フリーポジションを与えられた選手から 4m 後方に移動する。

20.B.5.a.iii 他のすべての選手は、フリーポジションが与えられた地点から 4m 以上離れる。

20.B.5.a.iv ゴールキーパーがファールをした場合、ゴールサークルは空のままである。プレーが再開後、守備選手がゴールサークルに入ることができるのは、転がったボールまたは低くバウンドしたボールを止める場合に限られる。(ルール 20.A.14)

➡**AFA 内でフリーポジションが与えられた選手は、セルフスタートできない。**

- 20.B.6 AFA 内& GLE より下でのメジャーファール：

- 20.B.6.a **すべての選手（ゴールキーパーを含む）がファールをした場合：**

20.B.6.a.i フリーポジションは、ファールの**地点に近いドット**に設定される。

20.B.6.a.ii ファールした選手はフリーポジションを与えられた選手の 4m 後方に移動する。

20.B.6.a.iii 他のすべての選手は、フリーポジションを与えられた地点から 4m 以上離れる。

➡**AFA でフリーポジションが与えられた選手は、セルフスタートできない。**

シューティングスペース

➡**シューティングスペースでは即座に笛が吹かれる。**

- 20.B.7 シューティングスペースで笛が吹かれた場合：

- ・フリーポジションは、ルール 20.B.4 に従って**ファールが起きた地点（つまり、笛が吹かれた時点での守備選手の位置）**に最も近いハッシュマークに設定される。
- ・ファールした選手は、フリーポジションを与えられた選手の 4m 後方に移動する。
- ・他のすべての選手は、フリーポジションを与えられる選手から 4m 以上離れる。

- 20.B.7.a 例外：シューティングスペースのファールの笛が、シュートが放たれた後で：
- 20.B.7.a.i ボールがゴールラインを完全に通過した（ルール 11.A.2）場合は、ゴール成立となる。
 - 20.B.7.a.ii ゴールサークル内でゴールキーパーがシュートをセーブした場合、またはシュートがポストに命中した場合はゴールキーパーにポゼッションが移り、審判員の笛で再開される。
- 20.B.7.b それ以外のすべての状況においては、攻撃選手のファールがない限り、シューティングスペースのフリーポジションが適用される。（ルール 16）

3 秒

- 20.B.8 ボールが：
- 20.B.8.a AFA の外にある場合、ルール 20.B.3 に準じてセットアップが行われる。フリーポジションはボールのある地点に設定され、ファールしたチームの最も近い選手はフリーポジションを与えられた選手から 4m 後方に移動する。（ルール 20.B.4.a.i）
 - 20.B.8.b AFA 内にある場合、ルール 20.B.4.a に準じてセットアップが行われる。フリーポジションはボールの位置に最も近いハッシュマークに設定される。

ルール 21 アドバンテージフラッグ

A ルール

- 21.A.1 アドバンテージフラッグは、AFA 内で攻撃側がスコアリングプレー中に守備側が犯したメジャーファールに対するヘルドホイッスルである。(図 7)
- 21.A.1.a 審判員は、攻撃側が AFA 内のスコアリングプレー中で攻撃選手に対してボールの有無にかかわらず、守備選手がメジャーファールを犯した場合、アドバンテージフラッグを挙げる。
- 21.A.1.b アドバンテージフラッグは、スコアリングプレーが完了するか終了するまで挙げ続けられる。
- 21.A.2 スコアリングプレーが完了または終了するのは次の場合である。
- 21.A.2.a シュートが打たれる
- 21.A.2.b 攻撃チームが、ボールをゴールラインより下へボールをパスする、または運ぶなどして、当初のスコアリングプレーを継続できなくなった
- ➡攻撃チームは、ゴールラインより下にてボールをキャッチ/パスして新たなスコアリングプレーを始めてはならない。
- ➡攻撃チームは、スコアリングプレーを継続するために、ゴールラインより下でボールをキャッチ/パスすることが許される。
- 21.A.2.c 攻撃チームがゴール前でシュートを打つための攻撃を止める。
- 21.A.2.d ボールを持っている選手が守備選手によってゴールへ向かう動きが失われる。
- ➡審判員は、攻撃チームが優れたディフェンスプレーによってゴールへの前進を失うことを余儀なくされた場合、または攻撃が単にゴールに向かう動きを止めた場合、スコアリングプレー終了の笛を吹く。
- 21.A.2.e 攻撃チームがファール（メジャーまたはマイナー）（ルール 16、オルタネイトポゼッション）を犯す
- 21.A.2.f 攻撃チームがボールポゼッションを失う
- 21.A.2.g 守備側が、試合を止めなければならないようなメジャーファールまたはマイナーファールを犯す
- ➡スコアリングプレー中/アドバンテージフラッグが挙げられている場合、追加/継続してディフェンスファールがあっても、プレーを必ず止める必要はない。しかし、負傷を防ぐために、スコアリングプレーはいつでも止めることができる。
- 21.A.3 アドバンテージフラッグが挙げられたら
- 21.A.3.a 攻撃チームがシュートを選択した場合、フラッグを挙げることによって示される「アドバンテージ」は終了する。
- ➡シュートが成功した場合、ゴールはカウントされる。シュートが成功しなかった場合、プレーは続行され、審判員はアドバンテージが終了したことを示すためにフラッグを降ろす。
- 21.A.3.b 次の場合、ファールをされた選手にフリーポジションが与えられる。
- 21.A.3.b.i スコアリングプレーが追加のファールやシュートなしで終了する。
- 21.A.3.b.ii シュートが、ファールによって直接かつ即座に影響を受け、アドバンテージが得られなかった。

B アドバンテージフラッグが挙げった時のペナルティ

➡アドバンテージフラッグが挙げられていない場合のメジャーファールの扱いについては、
ルール 20 を参照

➡AFA においてフリーポジションを与えられた選手は、セルフスタートは許されない。

守備側の追加のファールはなく、スコアリングプレーが終了

21.B.1 アドバンテージフラッグが挙げられたファール（3 秒以外）が

21.B.1.a 11mMA 内 ルール 20.B.4 参照

21.B.1.b 15mMA と 11mMA 内 ルール 20.B.5 参照

21.B.1.c AFA 内、GLE 下 ルール 20.B.6 参照

21.B.2 3 秒 ルール 20.B.8 参照

➡フリーポジションは、フラッグが挙げった時のボールの場所を基準に設定される。

守備側の後続のファールによってスコアリングプレーが終了

➡AFA においてフリーポジションを与えられた選手は、セルフスタートは許されない。

21.B.3 後続のファール（メジャーまたはマイナー）によりスコアリングプレーが終了：

- ・直近のファールのあった地点に最も近いハッシュマーク上にフリーポジションが設定される。フリーポジションの配置には、センターハッシュ、ファーストハッシュ、およびセカンドハッシュを指し、サードハッシュ、GLE 上の 11m 地点のハッシュはボールキャリアには使用されない（サードハッシュは守備選手を 4m 離れた位置に配置するためのみに使用される）。
- ・ファールした選手は、フリーポジションを与えられた選手の 4m 後方に移動する。
- ・他のすべての選手は、フリーポジションを与えられる地点から 4m 以上離れる。
- ・選手の身体とクロスは 11mMA 内に入れてはならない。

21.B.3.a 直近のファールがシューティングスペース ルール 20.B.7 参照

21.B.3.b 直近のファールが 3 秒 ルール 20.B.8 参照

攻撃チームのファールによってスコアリングプレーが終了

21.B.4 アドバンテージフラッグが挙げている間に攻撃チームがメジャーまたはマイナーファールを犯した場合、プレーを再開するために、オルタネイトポゼッションを行う（ルール 16）

スコアリングプレーが終了し、ワーニングカードが出される

21.B.5 守備選手がカードを出さなければならないメジャーファールを犯し、攻撃選手がゴールを決めてスコアリングプレーが終了した場合、センターライン上でフリーポジションが攻撃チームに与えられる。ファールをしたチームのセンター選手は、相手チームのセンター選手の横 4m に立つ。

21.B.6 守備選手がカードを出さなければならないメジャーファールを犯し、攻撃選手のシュートがゴールキーパーのセーブまたはゴールが決まらずにスコアリングプレーが終了した場合、フリーポジションはルール 21.B.1、3、4 に従って設定される。

ルール 22 ミスコンダクト

A ルール

- 22.A.1 ミスコンダクト（不正行為）はメジャーファールであり、審判員は警告（ワーニング）カードを与えることができる。（ルール 20.A.15、23.A.3、4）
- 22.A.2 選手、コーチ、マネージャー、またはその他のベンチスタッフは、次の行為をしてはならない：
- 22.A.2.a 乱暴、危険、またはスポーツマンシップに反する行動をとる。
 - 22.A.2.b ルールに執拗に、または著しく違反する。
 - 22.A.2.c 故意に相手の安全を脅かす。
 - 22.A.2.d 侮辱的な言動を行う、または審判員の判定に対して過度に異議を唱える。
 - 22.A.2.e 他者を辱める、嘲笑する、または貶めることを意図した言動をとる。（例：からかい、挑発的な言動）
 - 22.A.2.f 不正行為に相当すると審判員が判断する言動をとること。
- 22.A.3 コーチ、マネージャー、またはその他のベンチスタッフは、以下の行為も行ってはならない：
- 22.A.3.a プレー中または怪我人によるタイムアウト中にコーチウォークまたはチームベンチエリアを離れること。
 - 22.A.3.b 不正行為に相当すると審判員が判断する言動をとること。

B ペナルティ

- 22.B.1 ミスコンダクトに対するフリーポジションとプレーの再開は、ルール 20.B 従ってメジャーファールとして扱われる。
- 22.B.2 ミスコンダクトに対してワーニングカードが提示された場合、フリーポジションとリスタートは、ルール 23.B に従って適用される。

ルール 23 カードによる警告と退場

A ルール

- 23.A.1 プレーを停止させるような危険なファール、意図的なファール、ブレイクダウンファールはカードとなる場合がある。
- 23.A.2 頭部へのチェック、スワイプ、デンジャラスフォロースルー、デンジャラスプロベリングは、カードが義務付けられている。
- 23.A.3 メジャーファールの繰り返し：その他のメジャーファールが繰り返し発生した場合、審判員の裁量によりカードが与えられることがある。
- 23.A.4 フィールド外の試合審判員（TO）は、チームのコーチ、監督、その他のチームスタッフによる不正行為に対してカードを与えることができる。（ルール 22）
➡フィールド外の審判員は、4番目の審判員 TO のことであり、スコアラーやタイムキーパーは含まれない。

B ペナルティ

- 23.B.1 カードが出された選手は、フィールドの外に退場し、退場時間を過ごす。
➡退場者は、オフィシャル席近くの椅子など、大会規約で決められた場所にいる必要がある。
- 23.B.2 カードによる退場時間は、イエローカードは 2 分、イエロー&レッドカード（イエローカード相当のファールが 2 回目）は 5 分、ストレートレッドカードが 10 分。
- 23.B.3 選手またはゴールキーパーがカードを提示され、イエローの場合はクォーター残り 2 分以内、イエロー&レッドの場合は 5 分以内、ストレートレッドの場合は 10 分以内に出場停止となった場合、残りの退場時間は次のクォーターおよび延長戦に持ち越される。
- 23.B.4 カードによるペナルティーは、誰がペナルティーを行うかにかかわらず、すべてのケースで違反者に記録が行われる。
➡例えば、ゴールキーパー（背番号 12）やコーチにカードが出され、背番号 1 の選手が退場しても、背番号 12 やコーチの名前がカード提示者として記録される。
退場時間の間、カードを受けた選手 1 人につき、そのチームは、攻撃エリアと守備エリア（図 8）の選手を 1 人少なくしてプレーしなければならない。退場時間が終了した後は、資格のある交代要員のみが、その選手に代わって試合に再び参加することができる。
- 23.B.5 退場時間が終了する前に交代要員が試合に参加した場合、そのチームは同じ退場時間を再び与えられる。再び与えられたペナルティの間、アタッキングエリアとディフェンディングエリアでは、選手を 1 名少なくしてプレーを続けなければならない（図 8）。
➡以下のいかなる状況においても、反則をしていない選手がカードのペナルティを務めるためにフィールドを離れる場合、その選手はいつでもフィールドに戻ることができる。ただし、ペナルティ時間の間、チームは人数を 1 人減らした状態を維持しなければならない。

フィールド選手

- 23.B.6 フィールド選手がカードを提示された場合、その選手はフィールドから退き、ルール 23.B.2 に従って適切なペナルティを受けなければならない。
- 23.B.7 フィールド選手がイエロー&レッドカード（5 分間のペナルティ）またはストレートレッドカード（10 分間のペナルティ）を提示された場合、その選手はフィールドから退場し、残りの試合時間は出場停止となる。退場時間が終了した後は、資格のある交代要員のみが、その選手に代わって試合に再び出場することができる。
- ➡退場者は、大会規約で決められた規約に基づき、決められた場所で残りの時間を過ごす。

ゴールキーパー

- 23.B.9 ゴールキーパーがイエロー&レッドカードを受けた場合、またはストレートでレッドカードを受けた場合、フィールドから退場し、退場時間が経過後、残りの試合は出場停止となる。
- 23.B.10 チームに 2 人目のゴールキーパーがいる場合：
ゴールキーパーがカードを提示されたら、そのゴールキーパーはフィールドを離れ、適切な退場時間をペナルティとして受ける。
- 23.B.10.a 2 人目のゴールキーパーが出場停止となったゴールキーパーに代わる。違反したチームのフィールド選手で、自チームの交代エリアに近い別のフィールド選手が、退場時間の間フィールドを離れなければならない、その間、アタッキングエリアとディフェンディングエリア（図 8）にいる選手を 1 人少なくしてプレーしなければならない。
- 23.B.10.b 自チームの交代エリアに最も近い選手がミッドフィールドにいる場合、プレー再開前にオンサイドでなければならない（オフサイドにならないよう調整）。
- 23.B.10.c プレーの再開は、ルール 20.B を参照のこと。
- 23.B.11 チームに 2 人目のゴールキーパーがいない場合：
ゴールキーパーがイエローカードを提示されても、そのゴールキーパーは試合に残ることができ、自チームの交代エリアに近い他のフィールド選手は、退場時間（2 分間）を受けるためにフィールドを離れなければならない、退場時間の間、アタッキングエリアとディフェンディングエリア（図 8）にいる選手を 1 人少なくしてプレーしなければならない。
- 23.B.11.a ゴールキーパーがイエロー&レッドカードを提示されたら、他の選手が保護具を着用するために 2 分間のタイムアウトを取り、自チームの交代エリアに最も近い別のフィールド選手が、退場時間（5 分または 10 分）を過ごすためにフィールドを離れなければならない。
- 23.B.11.b プレーを再開するには、新たにゴールキーパーとなる交代要員が、フリーポジションを与えられた攻撃選手の 4m 後方に立ち、ゴールサークルは空のままとする。ゴール後にゴールキーパーがカードを提示された場合、その交代要員はゴールサークルにとどまる。プレーを再開する場合は、センターラインでフリーポジションが相手チームに与えられる。
- 23.B.11.c プレーの再開は、ルール 20.B を参照のこと。

チームベンチスタッフまたはコーチ

- 23.B.12 チームベンチスタッフまたはコーチがイエローカードを受けた場合、違反したチームのフィールド選手で、自チームの交代エリアに近い別のフィールド選手が、退場時間の間

フィールドを離れなければならない、その間、アタッキングエリアとディフェンディングエリア（図 8）にいる選手を 1 人少なくしてプレーしなければならない。

➡退場者は、オフィシャル席近くの椅子など、大会規約で決められた場所にいる必要がある。

23.B.12.a 自チームの交代エリアに最も近い選手がミッドフィールドにいる場合、プレー再開前にオンサイドでなければならない（オフサイドにならないよう調整）。

23.B.12.b プレーの再開は、ルール 20.B を参照のこと。

23.B.13 チームベンチスタッフまたはコーチがイエロー&レッドまたはレッドカードを受けた場合、違反したチームのフィールド選手プレーヤーで、自チームの交代エリアに近い別のフィールド選手が、退場時間の間フィールドを離れなければならない、その間、アタッキングエリアとディフェンディングエリア（図 8）にいる選手を 1 人少なくしてプレーしなければならない。チームベンチスタッフまたはコーチは、試合の残りの間出場停止となる。

➡退場者は、大会規約で決められた規約に基づき、決められた場所で残りの時間を過ごす。

23.B.13.a 自チームの交代エリアに最も近い選手がミッドフィールドにいる場合、プレー再開前にオンサイドでなければならない（オフサイドにならないよう調整）。

23.B.13.b プレーの再開は、ルール 20.B を参照のこと。

(参考掲載：JLA では'26 年は適用しないが、今後採用の可能性があり、変更規模が大きいため先行開示)

ルール 24 ショットクロック

読みやすさを考慮し、黄色ハイライトは省くが、ルール 24 全てが新設

ショットクロックを採用する場合のみルール 24 を優先する(矛盾する規定は 24.B を参照)。ショットクロックが採用されない場合、ルール 24 は適用されない。

※ルール 24 は、World Lacrosse ルールブックの改訂版にて整合性がない部分の修正が行われる予定で、JLA ルールブックについても追従して修正を行う。

A ルール

- 24.A.1 すべての試合において、80 秒に設定、リセットできる可視式のショットクロックが 2 台使用される。ショットクロックは 80 秒から 0 秒までカウントダウンし、必要に応じてカウントを停止(一時停止)できる必要がある。ショットクロックが 0 秒に達した際に、音で知らせる必要がある。ショットクロックは、フィールドの両端に設置され、選手、コーチ、審判員から見えるようにする。
- 24.A.2 80 秒ショットクロック：チームがボールのポゼッションを得た後、80 秒ショットクロックが開始され、80 秒が経過すると、ポゼッションは相手チームに移る。これはファールではない。
➡審判員は、笛で試合が再開された場合、または選手がセルフスタートした場合に「リセット」のシグナルを行う。
- 24.A.3 ショットクロックのリセット：80 秒のショットクロックは、以下の状況でリセットされる：
➡審判員は、ショットクロックを 80 秒にリセットすべき全ての場面で、「リセット」のシグナルを出す。
- 24.A.3.a ライブプレー中にボールのポゼッションを獲得したとき
- 24.A.3.b ドロー後、どちらのチームもポゼッションを得る前にファールが起き、チームがボールのポゼッションを与えられたとき
- 24.A.3.c ポゼッションが切り替わったとき
- 24.A.3.d ショットクロックバイオレーション(ルール 24.A.7)が発生したとき
- 24.A.3.e 有効なシュート(ルール 24.A.6)が、以下のいずれかに該当するとき：
- 24.A.3.e.i パイプまたはクロスバーに当たった
- 24.A.3.e.ii ゴールサークル内にいるゴールキーパーまたはゴールキーパーの装備に当たった
➡ショットクロックがリセットされた後、チームは新たに 80 秒のボールポゼッションを得る：
- ・有効なシュートがゴールキーパーに当たり、「リセット」、ボールがゴールサークル外に跳ね返り、選手がポゼッションを獲得した場合、再度「リセット」
 - ・有効なシュートがゴールキーパーに当たり、「リセット」、ゴールキーパーがゴールサークル内(ルール 17.A.1.b)でポゼッションを獲得したら、再度「リセット」
- 24.A.3.f ボールを保持していないチームによるディレイオブゲームのファールが発生したとき
- 24.A.3.g 審判員がカードを出すために笛でプレーを止めたとき
- 24.A.3.h 守備側の負傷があり、審判員が試合時間を止める必要があるとき
➡攻撃側の負傷ではショットクロックが停止する(ルール 24.A.5.d)。攻撃側と守備側の選手が同時に負傷した場合(ファールなし)、ショットクロックはリセットされる。

24.A.3.i ルールに明記されていないが、審判員が必要と判断したとき

24.A.4 以下の状況ではショットクロックはリセットされない：

- 24.A.4.a 攻撃チームのシュートまたはパスがゴール方向へ行った際に、クロスのヘッドが GLE（ゴールライン）より下にある状態で、ボールがゴールキーパー、ゴールキーパーの装備、パイプ、またはクロスバーに接触したとき
- 24.A.4.b クォーター終了時のショットクロックの残り時間は、次のクォーターに持ち越されない
- 24.A.4.c アウトオブバウンズ後にポゼッションの変更がないとき

➡次のような例が含まれる：

- ・シュート後にボールがアウトオブバウンズになり、攻撃チームがフィールドから出たボールに最も近い場合。
- ・守備チームがボールを触っただけでアウトオブバウンズになり、ポゼッションを得られない場合。

24.A.5 以下の状況ではショットクロックが一時停止（カウント停止）され、次の笛で再開される：

- 24.A.5.a 試合時間が停止するすべてのケース（ただし、ルール 24.A.3、4 に定める場合を除く）
- 24.A.5.b 守備選手がディフェンス AFA 内で犯したファール
- 24.A.5.c どちらかのチームがタイムアウトを取っている間
- 24.A.5.d 守備側の負傷があり、審判員が試合時間を止める必要があるとき
- 24.A.5.e 審判員が間違っただけで笛をふいてしまったとき
- 24.A.5.f ボールがアウトオブバウンズになったとき

➡審判員は、ショットクロックを一時停止すべき全ての場面で「一時停止」のシグナルを出す。プレー再開の笛でカウントが再開される。

24.A.6 有効なシュート（Valid Shot）：ショットクロックのリセット目的における、有効なシュートとは、シューターのクロスのヘッドが GLE より上にある状態で得点を狙っており、シュートが、ショットクロックの終了前にゴールキーパー、ゴールキーパーの装備、パイプ、またはクロスバーのいずれかに接触した場合にのみ有効とみなされ、ショットクロックがリセットされる。

24.A.6.a 攻撃チームが GLE の下からパイプまたはクロスバーを狙っても、ショットクロックはリセットされない。

24.A.6.b “有効なシュート”かどうかは、ゴールの成立性とは関係がない。これは、ショットクロックのリセットにのみ適用される。GLE より下からのシュートでも、ルール 11.A.2 に従ってゴールに入れば、得点としてカウントされるが、ゴールに入らない場合は、ショットクロックはリセットされない。

24.A.7 ショットクロックバイオレーション：80 秒のショットクロックの残り時間が 0 秒になったら、音で知らせる必要がある。審判員は直ちに笛を吹き、ショットクロックバイオレーションのシグナルをする必要がある。

24.A.8 ショットクロック後の再開：ショットクロックがリセットされた場合、最も近い相手チームの選手にポゼッションを与える。どんな場合でも、選手はセルフスタートのルール（13.A.9）に従う。相手チームは、クロス、身体、足とも、ボール保持者に対して少なくとも 1m のクリアスペースを確保しなければならない。再開位置は以下の通り：

- 24.A.8.a ボールが AFA の外にある場合、ボールの位置から再開
- 24.A.8.b ボールが AFA 内かつ GLE 下にある場合、最も近いドットから再開
- 24.A.8.c ボールが 15mMA 内にある場合、15mMA 上の最も近い地点から再開

- 24.A.8.d ボールがゴールサークル内にある場合で、守備チームがディフェンシブエリアで再開すべき場合、ゴールキーパーをゴールサークル内に配置してプレーを再開。ゴールキーパーがゴールサークル外にいる場合、最も近い守備選手がゴールサークル内から再開。
- 24.A.8.e ボールがゴールサークル内にあり、攻撃チームがアタッキングエリアで再開すべき場合、
- 24.A.8.e.i ボールが GLE（ゴールライン）の上にある場合、15mMA 上の最も近い地点から再開
- 24.A.8.e.ii ボールが GLE の下にある場合、最も近いドットから再開する。
- 24.A.8.f ボールが空中にある場合、フリーポジションはボールが着地した位置を基準に、境界線から少なくとも 2m 内側で再開
- 24.A.8.g ボールがアウトオブバウンズだった場合、リスタートはボールがアウトオブバウンズになった地点から、2m 内側で再開
- 24.A.8.h スコアリングプレイ中またはアドバンテージフラッグが挙げられている際にショットクロックが 0 秒になった場合、
- 24.A.8.h.i 攻撃チームがファールをしていない場合、ショットクロックバイオレーションのシグナルをする
- 24.A.8.h.ii 攻撃チームがファールをした場合、ルール 16 に従う。どちらのチームがポゼッションを獲得した場合でも、ショットクロックは 80 秒にリセットされる。
- 24.A.9 ショットクロックの誤動作：審判員がリセットのシグナルをしてから 5 秒以内にショットクロックがリセットされないか、または開始されない場合、審判員はプレーを停止し、ショットクロックを適切な時間に修正する。注：得点の機会が迫っている場合、審判員は得点の機会のあるプレーまたはクリアを継続させ、いずれかが完了した後にプレーを停止してショットクロックをリセットする。審判員が修正時に正しいショットクロックの正しい時間を把握できない場合、ショットクロックは 80 秒にリセットされる。
- 24.A.10 ショットクロックオペレーター：全ての試合においてショットクロックオペレーターを配置し、ショットクロックの管理に専念できることが望ましい。（試合時間を管理するタイムキーパーとは別）。ショットクロックオペレーターの役割は以下の通り：
- 24.A.10.a 審判員の合図に従って、ショットクロックを開始、停止、リセット、および一時停止する
- 24.A.10.b 試合時間の停止と開始に応じて、ショットクロックの開始と停止を行う
- 24.A.10.c ショットクロックバイオレーションが発生したら、音を鳴らして審判員に知らせる
- 24.A.10.d 審判員がショットクロックの開始またはリセットを合図してから 5 秒以内にショットクロックが開始されない場合、審判員に報告する
- ➡審判員は、ショットクロックがリセットされていない場合でも、スコアリングプレーを中断してはならない。スコアリングプレーが終了した後に、試合時間を停止し、対処する
- 24.A.10.e ショットクロックは、試合時間の残り時間に関わらず有効
- 24.A.10.f ショットクロックの故障：1 つまたは両方のショットクロックが故障、電源が切れ、または同期が取れていない場合、審判員に報告する。ショットクロックオペレーターは、オフィシャル席でバックアップ装置（ストップウォッチ）を使用してショットクロックを管理し、カウントダウンを継続する。ショットクロックオペレーターは、10 秒間隔でベンチ / 審判員に残り時間を口頭で伝える。1 つまたは両方のショットクロックが故障した場合、ショットクロックオペレーターは電子ホイッスルなど別の手段でバイオレーションを伝える。
- ➡審判員は、ショットクロックの故障が発生した場合でも、スコアリングプレーを中断してはならない。スコアリングプレーが終了した後に問題に対処する。

➡試合時間をショットクロックの計測に使用できません。

B 影響を受けるルール

➡矛盾するルールはここに列挙し、ショットクロックに関する変更点は青色強調表示する。
ルールブックの改訂で、これらの変更が反映される。

ゴールは次の場合に得点されません：

- 11.B.1 ボールがゴールに入ったのが、審判員の笛が吹かれるか、ホーンが鳴った後であるか、ショットクロックが0秒になった後である場合

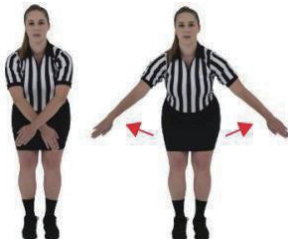
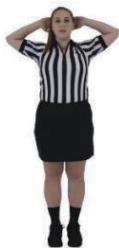
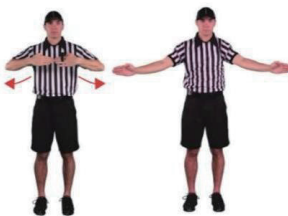
付録

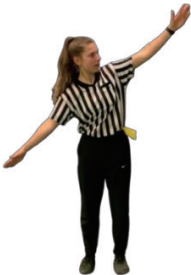
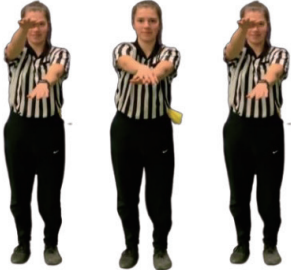
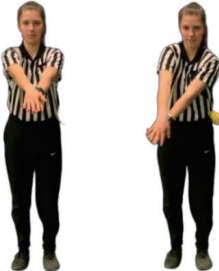
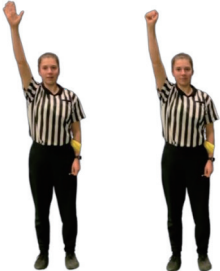
付録 A 用語の定義

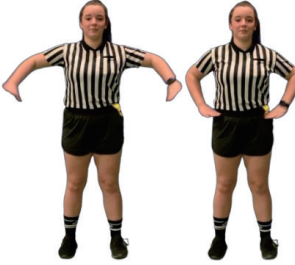
アドバンテージフラッグ	アドバンテージフラッグエリア (AFA) 内にて、攻撃側の選手のスコアリングプレー中に起きた守備側のファールに対し、審判員は、黄色のフラッグを挙げ（ヘルドホイッスル）、口頭で「フラッグ」とコールする。(図 7)
アドバンテージフラッグエリア (AFA)	図 7 参照
アタッキングエリア	図 8 参照
ブロッキング	ルール 20.A.2 参照
チャージング	ルール 20.A.3 参照
クリア	ルール 17.A.4 に従い、ゴールサークル内でボールを獲得した守備選手がボールをゴールサークルの外へ移動させるためにとる行為。
クリアスペース	クロスやいかなる選手の体の一部も入れてはならない、選手同士の空間
コーチウォーク	限られた人数のチーム／ベンチスタッフが入ることのできるエリア (図 3)
チェック	守備選手がコントロールされた状態のクロスとクロスの接触によって相手からボールを奪おうとする動作。 ※選手のクロスの合法性を確認（クロスチェック）する行為を指すものではない。
デッドボール	審判員が笛を吹いてプレーを止めた時はいつでも、ボールは“デッド”となる。例：ファール後、タイムアウト、アウトオブバウンズなど
ディフェンディングエリア	図 8 参照
ゴールの真裏	ゴールラインの延長とゴールサークルの交点から、ゴール後方に向かって垂直に伸ばした 2 本の仮定の線の間のエリア。(図 7)
ゴールキーパーのセーブ	ゴールキーパーがゴールサークル内にいる際に、そのチームがクロスでボールをキャッチするか、身体またはクロスのいずれかでボールを止め、ボールがゴールラインを越えるのを防ぐ行為。
ゴールライン延長 (GLE)	図 7 参照
グラウンディッド	選手がフィールドのどの部分に接触しているかを示す状態。
ヘルドホイッスル	審判員は、ファールされている側に不利益を与えることになる場合には、いかなるルールも適用しない裁量がある。選手がファールを受けたが、ボールポゼッションを維持できている場合、審判員は、ファールを見たことを示すためにその選手が攻撃している方向に腕をまっすぐ伸ばす。
ゴールサークル内	選手がゴールサークルラインを踏む、またはゴールサークルの内側にいる時、“ゴールサークルの中”にいと定義される。 ーゴールサークルライン上に残っているボール ーゴールキーパーまたは守備選手の片足／両足がゴールサークルラインに触れているか、グラウンディッドの状態
合法的クロス	合法的なクロスとは、(付録 H) の製造元の仕様を満たすもの。

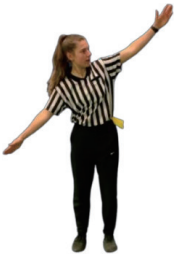
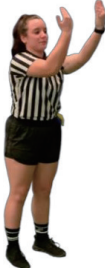
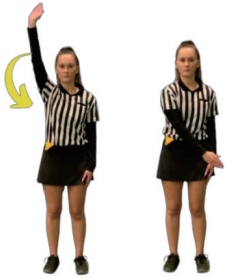
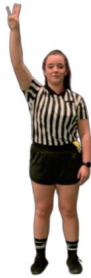
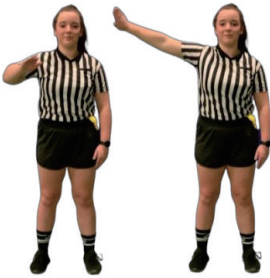
合法的な 守備ポジション	選手の合法的なポジションは、その肩幅と同じ広さで、これは、その選手の直立した体幹の前方に、その腕を伸ばした長さまで広がる空間を含む。
マーキングエリア (MA)	図 7 参照
ミッドフィールドエリア	図 8 参照
オフサイド	ルール 18「リストレインイングラインルールとペナルティ」を犯した状態
パス	選手によってコントロールされた状態でボールを投げる、跳ねる、転がすことで味方にボールを渡す動作
ピック	ボールを持っていない選手が、自分の位置取りを使って相手に別のルートを取らせる技術。 合法であるためには、ピックは相手の視野 (Visual Field) 内に設定され、相手が止まったり方向転換できる十分な時間とスペースを与えなければならない。(20.A.2)
プレーされる	ボールがクロスを離れ、他の選手が触れるか、相手選手にクロスをチェックされるか、守備側のメジャーまたはマイナーファールによりプレーが止まった状態。
ポゼッション ゴールサークル内	ルール 17.A.1 を参照。
ポゼッション ゴールサークル外	そのチームの選手がボールを持っている場合 (プレーヤーポゼッション)、または選手から味方にパスされた場合。 パスとは、ボールをコントロールする選手が、ボールを投げるか、バウンドさせるか、転がすことによって生じるボールの移動をいう。
スコアリングプレー	攻撃側がボールをゴールへ向けて運び、シュートを完了しようとする継続的な動き。攻撃側は、スコアリングプレーを継続するために GLE より下へボールを運んだりパスしたりできる。(ルール 21.A.2)
セカンドドレスト ゴールキーパー	チームベンチエリアにいる登録選手で、ルール 6.A.19, 20 に定めるゴールキーパー用の装具品のいずれか一部でも着用している選手。すべての装具品を完全に着用している必要はない。
シュート	ゴールに向かってボールを投げるまたは推進する行為で、得点する意図があるもの選手が得点するためにボールをゴールの方向に投げる / 進めるプレー。
交代エリア	図 3 参照
交代ゲート	交代エリアのサイドライン部分で、13m 間隔で設置された 2 つのコーン / マーカーで定義される区域 (図 3 参照)
テーパー	クロスに関して、一方の端に向かって厚みが減少する形状
チーム / ベンチスタッフ	コーチ、アシスタントコーチ、マネージャー、医療スタッフ、選手を含む
センターラインに片足の つま先を付ける	ドローを行う選手の足は、センターラインにつま先を付けるが、線上に乗ってはならない (ルール 13.A.5.a)
視野	選手の周辺視野のこと。選手は周辺視野で相手選手を認識する責任を持つ。選手の周辺視野とは、選手の鼻 (肩ではない) を起点とした 180 度の範囲 (ルール 20.A.14)
クロスの長さ以内	クロスと腕を伸ばした距離のことで、選手が相手選手を合法にマークしているかを判断するとき、1.5m の距離を視覚化するのに役立つ

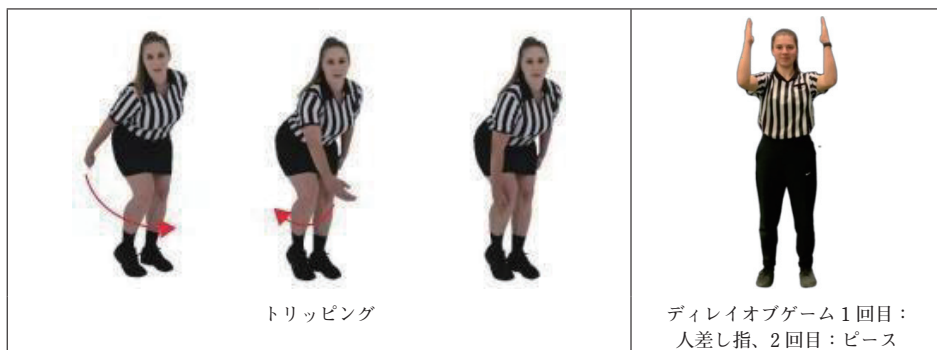
付録 B シグナル

フィールドの中央を向き、両腕を頭の上にあっすぐ上げ、胸の高さまで下げる。フィールドの中央に向かって水平に。		
ゴール	ノーゴール	
		
フリーの位置、ボゼッションの方向、ヘルドホイッスル、アウトオブバウンズ	ボゼッション、フリーボール	
		審判員は、ボールがゴールサークル内にある間、秒数を数えるために見えるように手の動作をしながら、5秒を声に出してカウントする。
同時ファール	オルタネイトボゼッション	ゴールサークル 5 秒カウント

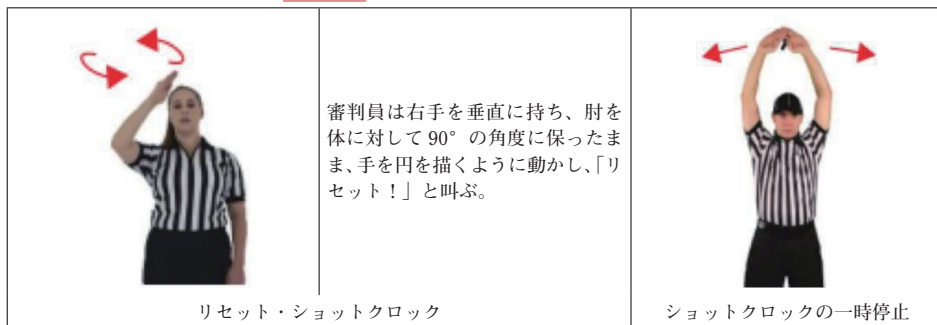
スコアラー / タイマーの方を向き、腕を完全に伸ばした状態で手首を頭の上で交差させる。 タイムアウト	両手を体の前で水平にして、手のひらを合わせ素早く上へ伸ばす リドロー	 ラインを指差し、方向を合図します。 ゴールサークルファール / アーリーエントリー
 イリーガルプロシージャー、不正な交代、イリーガルドローなど	 ウィズホールドザボール	 エンプティークロスチェック
 ハンドボール	 ヘルドクロス	 ヘルドホイッスル中 影響があった時 オフサイド

 アクロスザボディ	 ブロッキング	 チャージング、オフENSEスファール
 頭部へのチェック	 デンジャラスフォロースルー、 デンジャラスブロベリング	拳を握った状態で頭の横に敬礼する。「sixes」や「男子ルール」における「不必要なラフプレー」の合図に似ているが、拳を握ることで「頭部へのチェック」と混同されないようにする。 デンジャラスプレー
 デンジャラスショット	 ディティニング	片手をフック状に曲げ、もう一方の手の指を持ち上げる。 フッキング

 イリーガルコンタクト	 イリーガルクレードル	 ラインを指差し、方向を合図する。 イリーガルディフェンス
 ミスコンダクト	 デンジャラスチェック	 シューティングスペース
 スワイプ	 3 秒	 ワーディング



(参考掲載：JLA では'26 年は適用せず)



付録 C ～ G 欠番

付録 H クロス仕様

A 測定精度

長さの測定に関して：すべての測定は 0.01cm 単位で実施する。標準からの許容誤差は 0.09cm。

➡例) 長さの規格が“5.1cm”の場合、 $5.1 \pm 0.09 = 5.01 \sim 5.19\text{cm}$ となり、小数点第 2 位で判断するので、5.00 ～ 5.20cm が合格で 5.21 や 4.99cm は不合格

クロス の角度測定に関して：すべての測定および計算は 0.01° 単位で実施する。基準からの許容偏差は 0.44°。

➡例) 角度の規格が“最大角度 7° ”の場合、 $7^\circ + 0.44 = 7.44^\circ$ となり、小数点第 2 位で判断するので、7.44° は合格、7.45° は不合格

B クロスの構造

B.1 フィールドクロス

フィールドクロス の規格は、ボールがヘッドやポケットの全ての部分でスムーズに動き、過度に強いチェックをしなくてもクロスからボールが外れるようにすることを目的として設定している。

B.1.a フィールドクロスは、以下の要件を満たさなければならない：

- ・全長は 90cm 以上 110cm 以下。測定には、エンドキャップを含める。
 - 15 歳未満のジュニア選手は、腕の長さに合わせて、90cm 未満のクロスを使用してもよい。
- ・重量は 567g 以下。これはクロス（ストリング付きヘッドとシャフト）の全重量。
- ・プラスチック製などでシャフトと別で作られたヘッドは、丸頭の埋め込み式金属ネジで固定する。
- ・選手に不当な利益を与えるような改造は違法。例えば、焼成加工、追加の穴あけ、破損後の接着剤による修正、伸ばす、絞る、削るなど。
- ・鋭利な部分や突起物、危険な部分がなく、いかなる場合も選手に危険を及ぼすものであってはならない。

B.1.b フィールドクロス ヘッドの仕様：

- ・ヘッドは、木材、プラスチック、ファイバークラス、ナイロン、レザー、ゴム、ガット、またはその他の合成材料で構成されてなければならない。
- ・ストリングが張られていない状態のヘッドは、シャフトから水平に 6.55cm 以内に収まらなければならない。これを確認するため、クロスをテーブルの上に置き、ポケットを上向きに配置し、シャフト軸が床と水平になるようにし、ヘッドの最も低い部分がテーブルに接触するようにする。ボールストップからスクープまでのヘッドのどの部分も、テーブルから 6.55cm を超えてはならない。
- ・ボールストップの上端は、シャフトの中心から少なくとも 1.3cm 以上、上に位置しなければならない。(図 9)
- ・サイドウォールの上端は、シャフトの中心から 0.6cm 以上、下回ってはならない。また、ボールストップの中心から 5.7cm 以内の位置で、シャフトのセンターラインを下回ってはならない。(図 9)
- ・ヘッドの全長は、ブリッジまたはボールストップの中心（プラスチック部分）から、スクープの外側端までの距離で、25.4cm 以上最大 30.5cm。ポケットを上向きにした状態で、シャフトの中心に沿って測定する。
- ・ヘッドの全幅は最も広い部分の距離で、18cm 以上 23cm 以下。ポケットを上向きにした状態で、シャフトの中心に沿って測定する。
- ・ヘッドの形状は概念的に三角形でなければならない。(図 11)
 - サイドウォールの内幅は、ボールストップの中心から上部に向かって、徐々に広がっていく必要がある。
 - サイドウォールの内幅は、ボールストップの中心からそれぞれ、
3.2cm の地点：6.7cm 以上 8.0cm 以下、5.1cm の地点：6.8cm 以上、7.6cm の地点：7.4cm 以上、
10.2cm の地点：8.2cm 以上

➡**サイドウォールの内幅は、サイドウォールを水平面に投影した時の最小距離で測定する。**

B.1.b.i 木製クロスヘッドの仕様：

- ・4つの部分で構成：ブリッジ、サイドウォール、ガード、スクープ。(図 10)
 - ブリッジは、編み込まれたボールストップである。
 - ブリッジの高さは、3.2cm 以上、5.1cm 以下。
 - サイドウォールはブリッジの中心から始まる。
 - ヘッドの半分の長さまでの間は高さが 3.2cm 以上 4.5cm 以下。それ以降は、スクープに向かって徐々に低くなっていく。
 - ガードは、柔らかい編み込まれたウォールである。
 - ガードの高さは、3.2cm 以上 7cm 以下。

B.1.b.ii プラスチック製クロスヘッドの仕様：

- ・4つの部分で構成：スロート、ボールストップ、サイドウォール、スクープ。(図 10)

○ボールストップは、スロート部にある内側の湾曲したプラスチックのウォールである。

- ボールストップは、シャフト長軸に対して垂直から 7° 以内。高さは、3.2cm 以上 6.55cm 以下。(図 12)
- ストップパッドは必須ではない。使用する場合、厚さは 0.5cm 以下。ヘッドのポケットを上向きにした状態で、ボールストップ厚みは均一でなければならない。

➡ストップパッドを使用する場合、芸術的なデザインまたは広告を目的として、文字がやや盛り上がったまたは埋め込まれた形状であってもよい。ただし、ストップパッドの表面は、いかなる場合もボールの自由な動きやボールの保持を妨げてはならない。

○サイドウォールは、ボールストップの中心から 3.4cm の地点で始まると同時に、ここでボールストップの終わりとなる。(図 12)

- サイドウォールの開始点からヘッドの中央まで、サイドウォールの高さは、2.8cm 以上 4.7cm 以下。ヘッドの中央点から、スクープ方向へ徐々に低くなっていく。よい。(図 12)
- サイドウォールのすべての点において、最大傾斜角度を決定するために、幅の差 / 高さの式を使用。(図 13)
- ポケットを上にした状態で、サイドウォールの高さを任意の点で測定し、その点におけるサイドウォールの上部と下部の端の幅の差を測定する。
- すべての点において、幅の差 / 高さは 0.65cm 以下。
- サイドウォールの内側に、ボールの自由な動きを妨げたり、ボールの保持に影響を与える突起物があるてはならない。デザインや補強のため追加された小さな突起物は認められる。
- サイドウォールの下端からストリングホールの上端までの距離は、1.0cm 以下。

○スクープは、ヘッドの最も広い部分で始まり、同時にサイドウォールが終了する。

B.1.c フィールドクロス シャフトの仕様

- ・木材、金属合金、またはその他の複合材料で構成され、かつ「実質的に」直線でなければならない。ただし、シャフトがヘッドに接続された状態で、ボールストップから 6.5cm 以内のシャフトの先端部分において、直線から 10 度以内の曲がりは許容される。

➡「ベント（曲がった）シャフトは、専用に設計されたヘッドと組み合わせでのみ使用可能。」「ベント」シャフトは、ヘッドおよびメーカーに固有である。ベントシャフト用のヘッドは、ストレートシャフトに取り付けられれば、違法となる。逆に、ストレートシャフト用に設計されたヘッドは、ベントシャフトに取り付けられた場合、違法となる。

- ・すべてのシャフトのエンドは、エンドキャップを装着するか、テープで巻くか、木材の場合は滑らかに研磨するか、または固体の複合材料でなければならない。

B.2 ゴールキーパークロス

ゴールキーパークロスの規格は、ボールがポケットのどの部分でも引っかかったり、動かなくなったりしないようにすることを目的として設定している。

B.2.a ゴールキーパークロスは、以下の要件を満たさなければならない：

- ・全長は 90cm 以上 140cm 以下。測定には、エンドキャップを含める。
- ・プラスチック製などでシャフトと別で作られたヘッドは、丸頭の埋め込み式金属ネジで固定する。
- ・選手に不当な利益を与えるような改造は違法。例えば、焼成加工、追加の穴あけ、破損後の接着剤による修正、伸ばす、絞る、削るなど。
- ・鋭利な部分や突起物、危険な部分がなく、いかなる場合も選手に危険を及ぼすものであってはならない。

B.2.b ゴールキーパークロス ヘッドの仕様：

- ・ヘッドは、木材、プラスチック、ファイバークラス、ナイロン、レザー、ゴム、ガット、または

その他の合成材料で構成されてなければならない。

- ・ ストップパッドは必須ではない。使用する場合、厚さは 0.5cm 以下。ヘッドのポケットを上向きにした状態で、ボールストップ厚みは均一でなければならない。

➡ ストップパッドを使用する場合、芸術的なデザインまたは広告を目的として、文字がやや盛り上がったまたは埋め込まれた形状であってもよい。ただし、ストップパッドの表面は、いかなる場合もボールの自由な動きやボールの保持を妨げてはならない。

- ・ ヘッドの形状は概念的に三角形でなければならない。サイドウォールの内幅は、ボールストップの中心から上部に向かって、徐々に広がっていく必要がある。
- ・ ヘッドの全長は、ブリッジまたはボールストップ（プラスチック部分）の中心から、スクープの外側端までの距離で、41.9cm 以下。
- ・ ヘッドの内幅は最も広い部分の距離で、15.24cm 以上 38.10cm 以下。

B.2.c ゴールキーパークロス シャフトの仕様

- ・ 木材、金属合金、またはその他の複合材料で構成され、かつ「実質的に」直線でなければならない。
- ・ すべてのシャフトのエンドは、エンドキャップを装着するか、テープで巻くか、木材の場合は滑らかに研磨するか、または固体の複合材料でなければならない。

C ポケット

紐で編み込まれたポケットは、クロスヘッドにストリング穴（紐を通すための穴）を通じて取り付けられなければならない。

C.1 ストリング（紐）材料

- ・ ポケットは、縦方向の革または合成紐、ナイロンコード、メッシュ、または既製縫製ポケットを、仕様に適合する任意の組み合わせで使用できる。
- ・ 縦方向の革または合成素材の紐は、以下の基準を満たすこと：
 - 幅は 0.3cm 以上 1.0cm 以下。
 - 各紐は、1つの素材（革、合成革、またはナイロンコード）で作製されなければならない。縫い合わせることは可能だが、その際に紐の幅を広げてはならない。
- ・ 既成ポケットは、以下の基準を満たすこと：
 - フィールドは 2～5 本、ゴールキーパーは 6～7 本の縦方向の紐、間隔、寸法、および材料を再現すること。
 - ナイロンの紐が均等に配置され、縫製または従来の編み方で編み込まれていること。
 - ナイロンの紐は、ゴムなどの二次材料を使用して取り付けることができるが、この材料は紐の取付けのみに使用され、ボールがポケット内で自由に動くことを妨げてはならない。
- ・ ナイロン紐は、以下の基準を満たすこと：
 - シューティングストリング、サイドウォールストリング、ポケットナイロンなど使用する紐の公称直径は 0.3cm 以下。
- ・ 平紐は、以下の基準を満たすこと：
 - 最大幅は 1.7cm 以下。
 - 平紐は、ゴールキーパーのシューティングストリングとしてのみ使用可。
- ・ メッシュは次の基準を満たすこと：
 - ポケットナイロンの公称直径は 0.3cm 以下。

➡ 「公称」の定義：非常に小さな量または程度。同義語：無視できる程度、わずかに。ポケットナイロン（メッシュを含む）の最大公称直径 0.3cm という規定は、製造元の仕様のため、審判員は測定する必要はないし、測定してはならない。

○ポケットナイロンメッシュの間には明確な隙間が存在しなければならない。ナイロンで一体化した面は非適合。

C.2 ポケットデザイン

C.2.a ポケット仕様：ポケットを設計する際は、以下の要件を満たさなければならない：

- ・縦紐／既成ポケット／メッシュは、ヘッドの長さ方向と幅方向に沿って均等に配置される必要がある。既成ポケットまたはメッシュランナーを使用する場合、縦方向の紐はフィールドクロスで最大2本、ゴールキーパークロスで最大4本まで使用可能。
- ・縦紐だけ使用する場合、フィールドクロスは2～5本、ゴールキーパークロスは6～7本で構成する。
- ・既成ポケットまたはメッシュランナーを使用する場合、追加でフィールドクロスは最大2本、ゴールキーパークロスは最大4本の縦紐を使用できる。
- ・紐は、スクープやボールストップ付近の穴を通してクロスヘッドに確実に固定され、余剰な紐は、ボールストップから少なくとも5cm以上延長されている必要がある。ヘッド全長に届かない場合、メッシュに確実に固定されている必要がある。
- ・各紐は、スクープ、ボールストップ、またはメッシュに固定するために、別の素材を使用することができる。
- ・メッシュは、ナイロン紐を使用して縦方向の紐に取り付けることができる。
- ・メッシュは、ナイロン紐を使用してヘッドに固定するか、サイドウォールの底部に一体化してヘッドに固定される。
- ・ポケットは、ナイロン紐を使用してストリング穴を通し、サイドウォールの底部に固定されなければならない。サイドウォールの底部からストリング穴の底部までの距離は、1.0cmを超えてはならない。

➡**サイドウォールの上部沿いにポケットを取り付けてはならない。サイドウォールの構造を補強するための装飾的な穴やスペースは、ストリング穴として使用してはならない。**

- ・ナイロン紐は、2本の糸が結び目／縫い目を作るために使用される。力がかかっても解けないようにしなくてはならない。“ダイヤモンド”とは、結び目／縫い目の間に作られる形状／隙間を指す。結び目／縫い目は、ナイロンコードが縦方向の紐と接する部分、または2本のナイロン紐が接する部分に作られる。例えば、ナイロン紐を使用してメッシュタイプのポケットを作ること可能。
- ・ダイヤモンドの隙間はフィールドクロスで直径は **4.27cm** 以下。
- ・クロス（フィールドとゴールキーパー）では、紐の端をポケットの中に編み戻してはならない。
- ・クロス（フィールドとゴールキーパー）の外側にある余分な紐（シューティングストリングを含む）は、**4cm** 以下の長さで切る。
- ・ポケットのすべての構成要素は、結ぶか縫うことによって一体化されなければならない。いかなる場合も、構成要素をシューティング／スロー用ストリング、クロスレース、スロートの上にスライドさせてはならない。この規則は、ビーズ、チューブ、その他類似のアイテムをポケットのいかなる部分にも使用することを禁止する。禁止される可能性のあるその他の素材：鋭利／硬質で、他の選手に危険を及ぼす可能性のある素材、すなわち金属や硬いゴム素材。

C.2.b シューティングストリング

シューティングストリングは、2本のナイロン紐（または1本を折り返して使用したもの）を互いにねじり合わせ、ポケットに編み込んで作られる。シューティングストリングは必須ではない。シューティングストリングを使用する場合、以下の基準を満たさなければならない：

- ・フィールドクロス：
 - シューティングストリングは最大2本まで。
 - シューティングストリングは、各紐の間で2回を超えて巻いたりねじったりしてはならない。

- メッシュポケットでは、シューティングストリングはメッシュのダイヤモンド形または穴ごとに1回だけ巻くことができる。
- 平らな紐はシューティングストリングとして使用できない。
- すべてのシューティングストリングは、両側のサイドウォールに直接固定されなければならない。
- 上側のシューティングストリングは、最も低い点から高い点までの距離が9cm以内になるように、サイドウォールに直接固定されなければならない。
- 下側のシューティングストリングは「逆U字形」の形にしてもよく、最下部は、ヘッドの上部外側端から測定して16.5cm以内の位置でサイドウォールに直接固定されなければならない(図14)。
- 2本の独立したシューティングストリングスは、最大2本まで、ヘッドの上部3分の1に取り付けることができる(図14)。
- 2つの独立したシューティングストリングスは、ヘッドの上部の3分の1の領域に両方とも取り付けられ、交差させることができるが、交差部が厚くなったり巻かれたりしてはならない(図14)。
- ・ゴールキーパークロス：
 - 2本以上のシュートストリングを付けることができる。
 - 平紐をシュートストリングとして使用できる。
 - シュートストリングのデザインや配置には制限はない。

D クロスチェック手順

審判員は、クロスチェックを以下の手順で行う。この手順は、この付録に明記されている規則(検査対象かどうかを問わず)に基づいてクロスを違法と判定する審判員の権限を制限するものではない。

クロスチェックでは、以下の順序で確認を行う：

1. ポケットの深さ
2. ポケットの形、デザイン
3. 長さ
4. ヘッド形状

クロスの一つの要素がルールに違反している場合、クロスチェックはその時点で終了し、必要に応じ、ルール19.A.3および19.A.4に従ってペナルティが適用される。

ポケットの深さ

- ・ポケットは合法的な深さで、ボールが自由に動かなければならない。審判員はクロスを傾けて、ボールがボールストップからスクープまで自由に移動すること、クロス逆さに倒した際に、ボールがクロスから容易に落ちることを確認する。
 - **合法的なフィールドクロス**：ボールを水平に保持したクロスにボールを落とした際、ボールの上部が木製またはプラスチック製のサイドウォールの上端より上にきているか、かつボールがポケットのいかなる部分にも引っかからないこと。ボールが動くことを確認するため、審判員はクロスを両方向に傾け、ボールがボールストップからスクープへ移動し、クロスから外れるのを確認する。ボールは、木製クロスブリッジの下、ガードの下、ボールストップ、またはプラスチッククロス壁の下に挟まれないこと。クロス逆さに倒した際に、ボールはクロスから落ちなければならない。
 - **合法的なゴールキーパークロス**：クロスにボールを入れた状態で、目の高さに持ち、スティック

クの長軸を地面に対して垂直になるようにしたとき、ボールの上半分以上がボールストップの上部に見えていなければならない。ボールはポケットのどの部分でも自由に動く。

ポケットの形、デザイン

- ・ポケットは、紐、ナイロン、メッシュ、既製ポケットの組み合わせで取り付けられていなければならない。
 - 合法的なフィールドクロス：2～5本の縦紐（既製ポケットを使う場合は最大2本）が、均等に配置され、ストリング穴に取り付けられていること。
 - 合法的な全てのクロス：メッシュまたはメッシュの組み合わせで、ストリング穴に固定されているか、ヘッドに一体化させて取り付けられていること。
- ・紐は正しく編み込まれていること。ポケットに圧力をかけて、すべての結び目が解けずにしっかり絡んでいるかを確認する。
 - 合法的なフィールドクロス：圧力がかかっている状態でも、大きな隙間がないか確認する。隙間の直径は最大4.27cm。
 - 合法的なすべてのクロス：ポケットに圧力をかけた際に、すべての結び目／縫い目が絡み合った状態を維持していること。

長さ

- ・シャフトの先端（エンドキャップ含む）からヘッドの上端までを測定する。
 - 合法的なフィールドクロス：90cm～110cm。
 - 合法的なゴールキーパークロス：90cm～140cm。
- ・ヘッドの長さを、ボールストップ（プラスチック部）の中心から、スクープの外端まで測定する。
 - 合法的なフィールドクロス：25.4cm～30.5cm。
 - 合法的なゴールキーパークロス：最大41.9cm。

ヘッド形状

- ・専用のフィールドクロス確認ツールを使って確認することも可能だが、ツールがない場合は、図11を参照のこと。
 - 合法的なフィールドクロス：図11
 - 合法的なフィールドクロス：サイドウォール上端は、ボールストップから離れていくと、シャフトの中心線より下回る。
 - 合法的なフィールドクロス：ボールストップは、ボールストップ上に置かれたシャフトの中心線よりも上回る。
- ・ヘッドの最も広い部分を測定する。
 - 合法的なフィールドクロス：外幅18cm～23cm。
 - 合法的なゴールキーパー用クロス：内幅15.24cm～38.10cm。
- ・ヘッド下半分のサイドウォールの高さを測定する。中央からスクープに向かって、テーパーがついていなければならない。
 - 合法的なフィールドクロス：2.8cm～4.7cm。木製クロスは3.2cm～4.5cm（編み込みサイドウォールは3.2cm～7cm）。
- ・ヘッドの水平面を測定するには、ポケットを上にして、クロスをテーブルの上に置き、シャフトの長軸が床と平行になるようにする。ヘッドの最も低い部分がテーブルに接触している状態で、ボールストップからスクープの外側までの範囲で、テーブルから6.55cmを超えてはならない。
 - 合法的なフィールドクロス：6.55cm未満。

図集

図 1 フィールドマーキング

注：図は実際の縮尺通りに作成されていない。すべてのハッシュ間隔は4m。

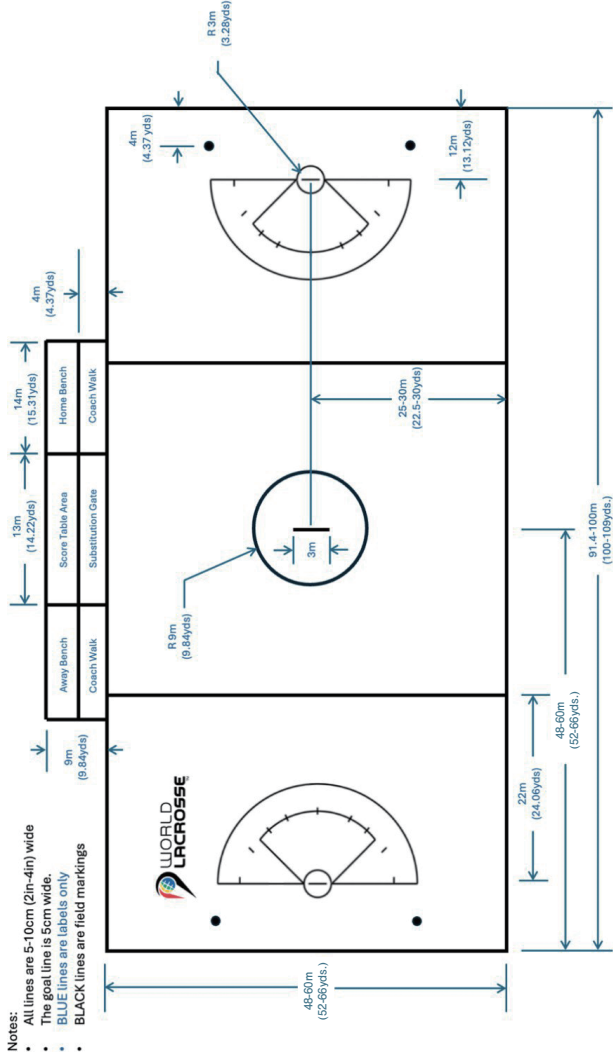


図2 AFA のマーキング方法

注：図は実際の縮尺通りに作成されていない。すべてのハッシュ間隔は4m。

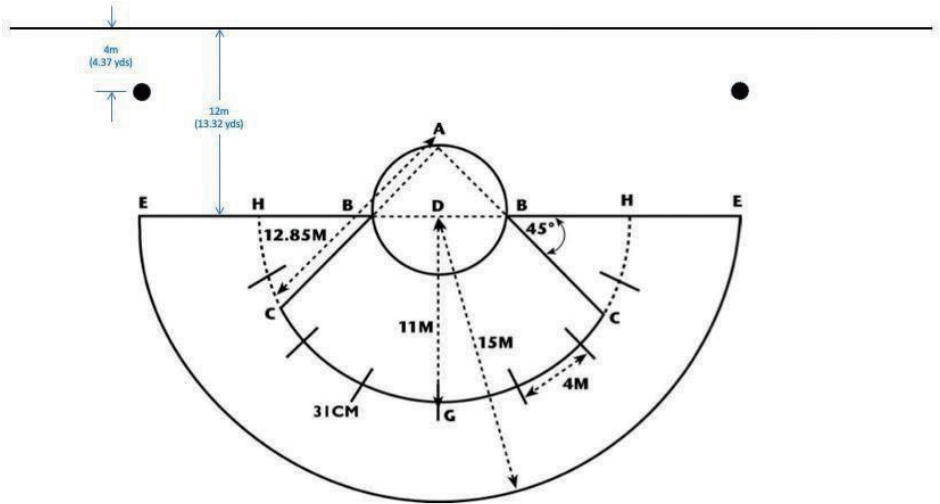
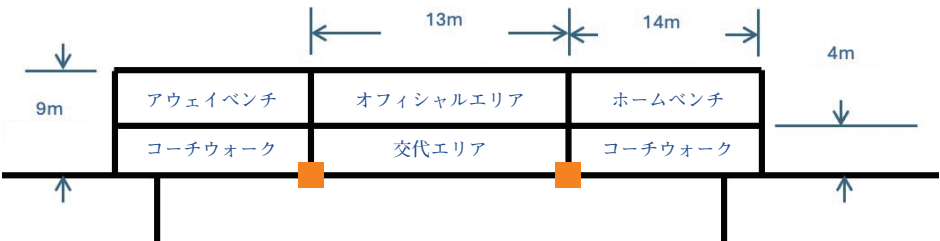


図3 交代エリア、オフィシャルエリア、チームベンチエリア

注：図は実際の縮尺通りに作成されていない。

交代ゲートは、交代エリアのサイドライン部分で、13m 間隔で設置された2つのコーン / マーカーで定義される。



- 1.A.12 交代エリアは、フィールドの長さの中心点から13m (中心点の左右6.5m)、サイドラインと平行に4mを計測する。
- 1.A.13 コーチウォークは、サイドラインと平行に縦4mとし、交代エリアからリストレイニングライン方向へ14mの距離で引く。

- 1.A.14 プレー中、コーチウォークに入ることができるコーチは最大4名までとし、フィールド審判員がコーチウォーク内を走る場合は、フィールド審判員を優先し、進路を譲らなくてはならない。
- 1.A.15 チームベンチエリアは、コーチウォークに平行に5mの距離を測り、コーチウォークの幅と同じだけ確保される。選手およびその他のチーム/ベンチスタッフは、チームベンチエリア内に留まり、プレー中にコーチウォークに入ることはいけない。選手のベンチ/椅子は、サイドラインから少なくとも7m以上、かつ交代エリアから4m以上離れていなければならない。

図4 ゴールケージ仕様

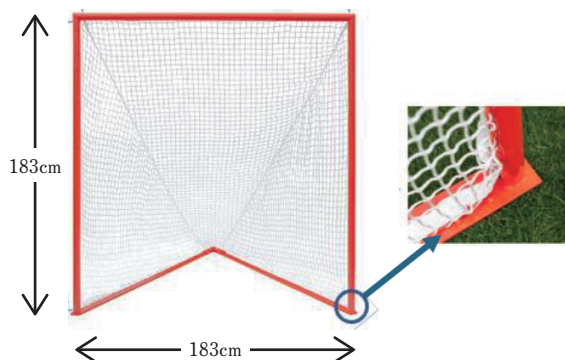


図5 欠番

図6 シューティングスペース

注：図は実際の縮尺通りに作成されていない。すべてのハッシュ間隔は4m。

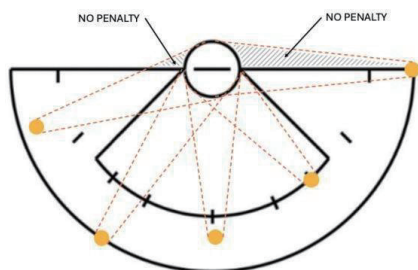
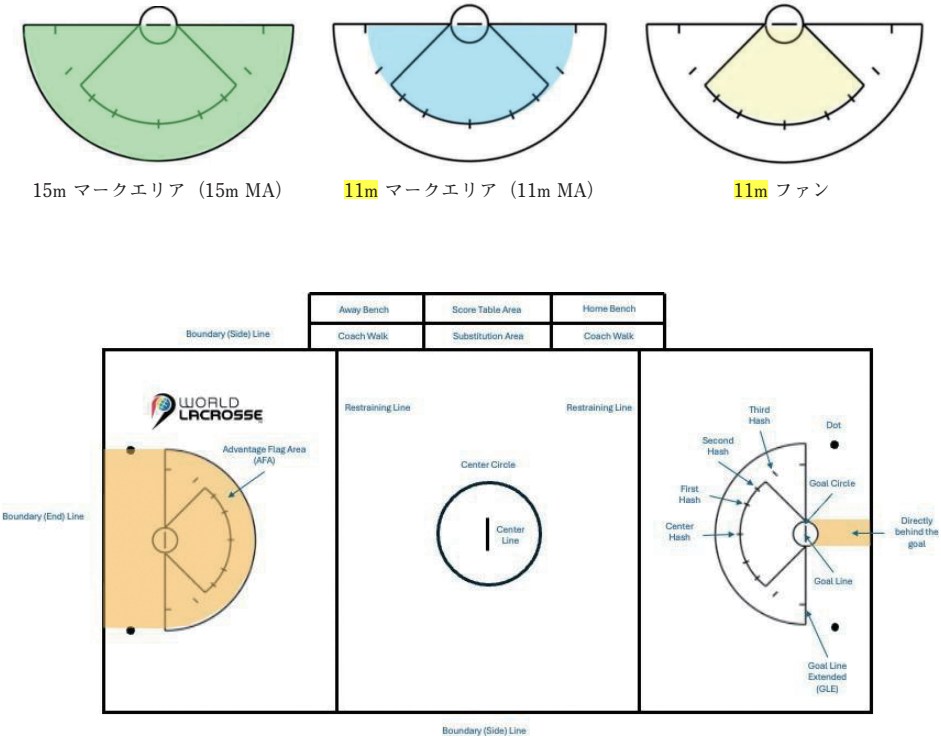


図7 フィールドの領域（用語）

注：図は実際の縮尺通りに作成されていない。すべてのハッシュ間隔は4m。



15m マークエリア (15m MA)

11m マークエリア (11m MA)

11m ファン

図8 リストレイニングラインとエリア名

注：図は実際の縮尺通りに作成されていない。すべてのハッシュ間隔は4m。

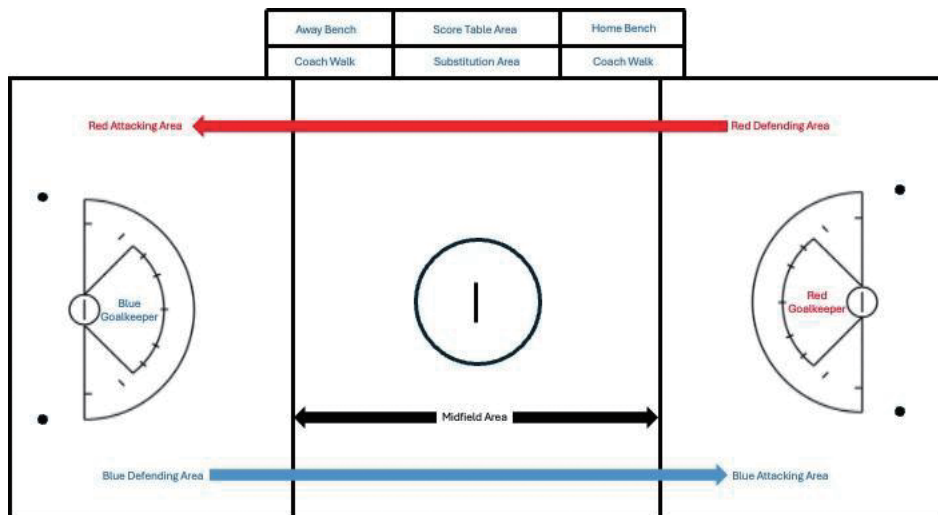


図 9 オフセット仕様

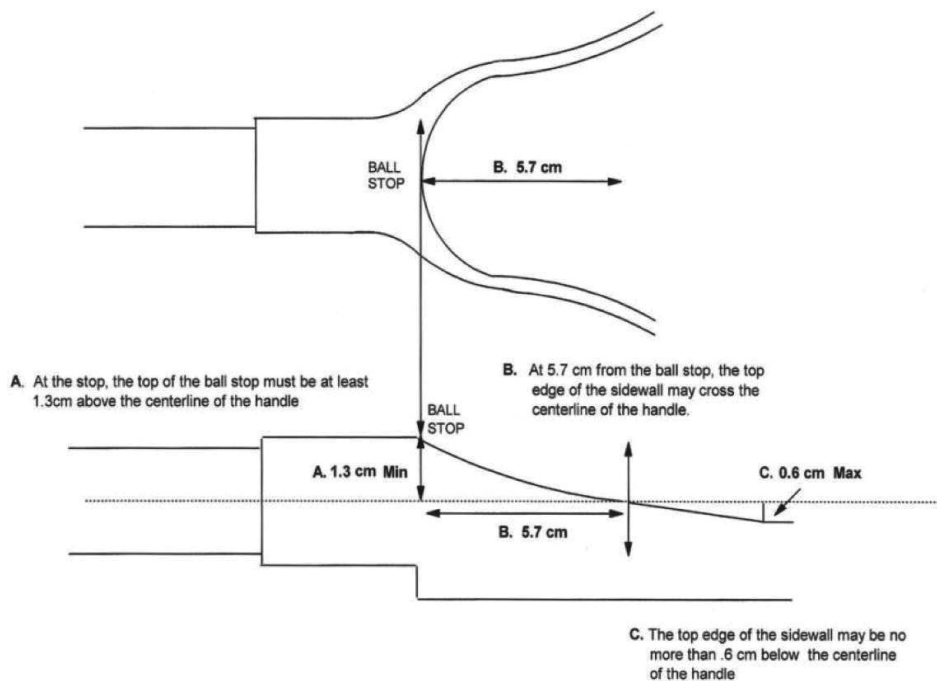


図 10 フィールドクロス

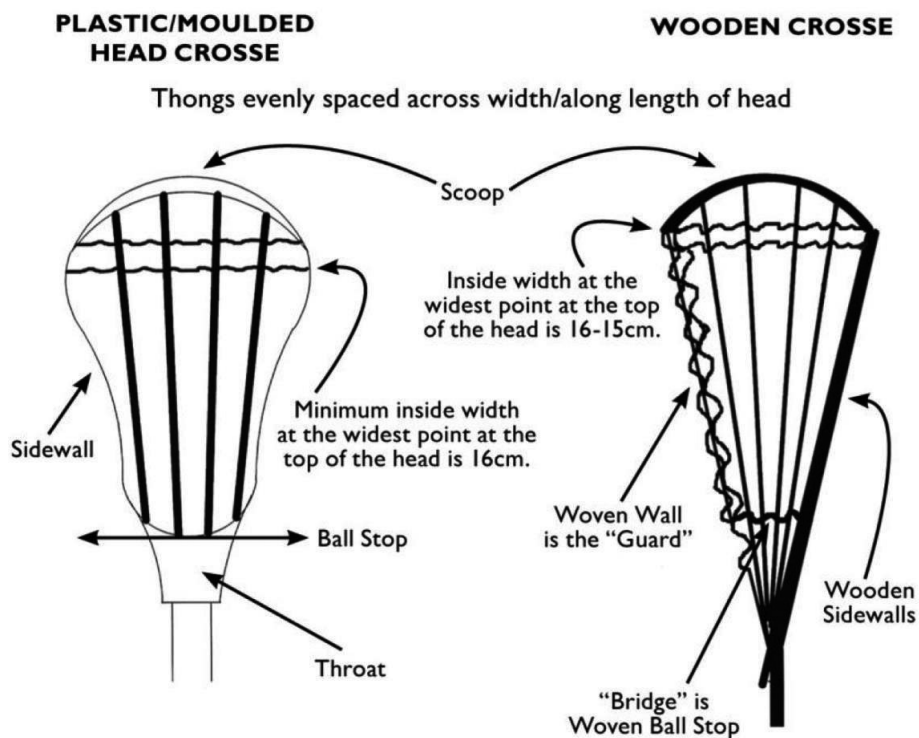


図 11 ヘッドのコンセプト

- ・ ボールストップの上端は、シャフトの中心から少なくとも 1.3cm 以上、上に位置しなければならない。(図 9)

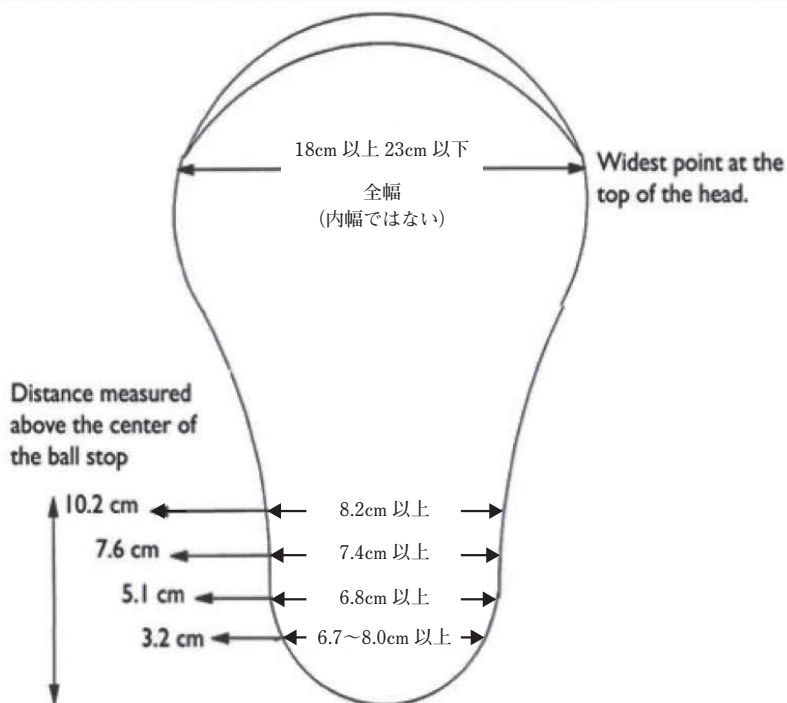


図 12 プラスチックヘッド仕様

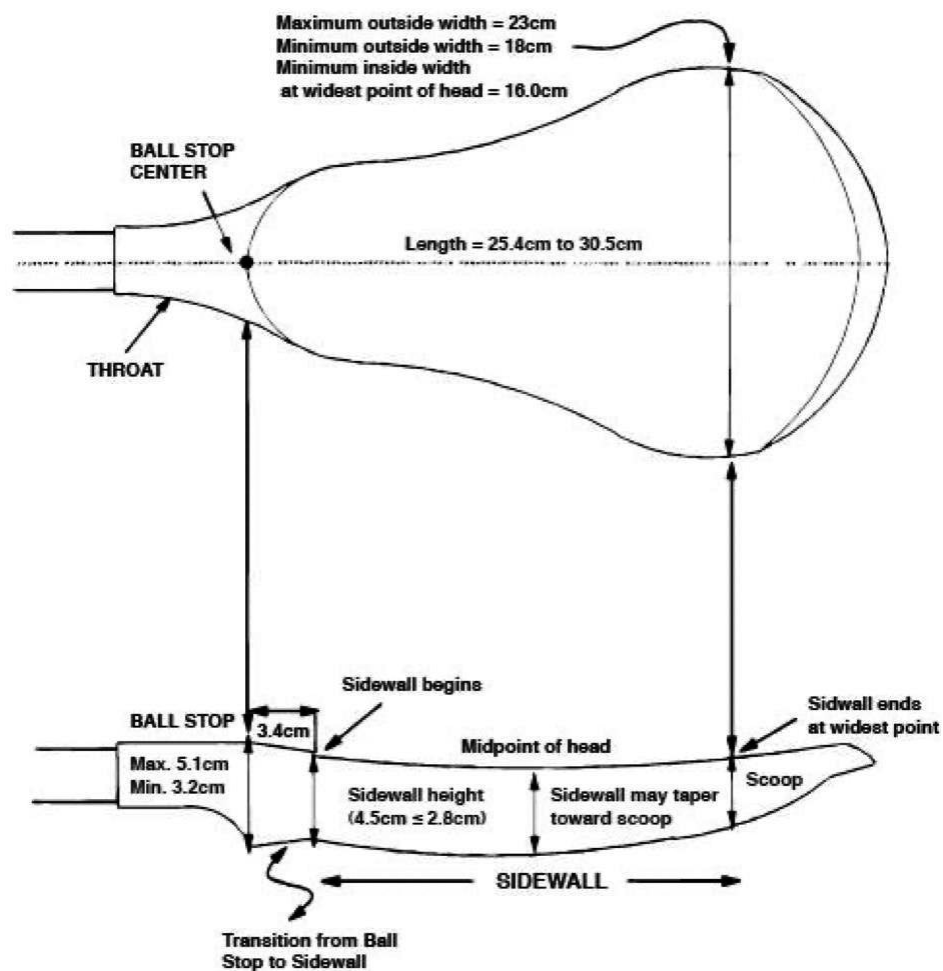
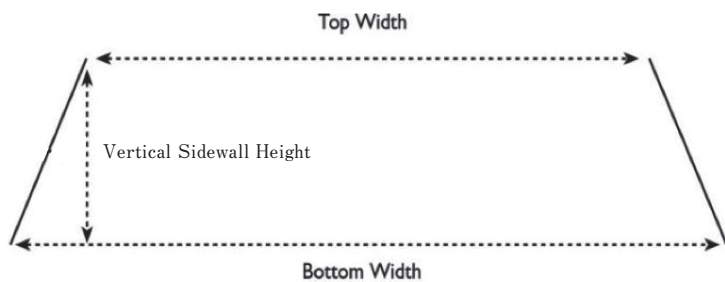
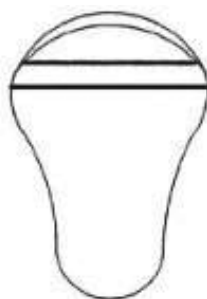


図 13 ポケットの紐がない状態のヘッ드의断面



$$\frac{\text{Bottom Width} - \text{Top Width}}{\text{Vertical Sidewall Height}} < 0.65\text{cm}$$

図 14 シューティングストリング

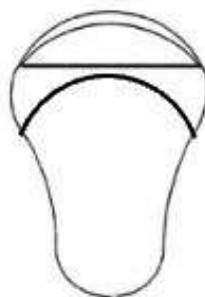


Two separate horizontal throw strings; both attached in upper third of the head

Two separate curved throw strings; both attached in upper third of the head; may not be thick/rolled at point where they cross.



Two separate throw strings; One horizontal across upper third of the head; one inverted "U" in upper one-half of head.



日本ラクロス協会公認女子競技用ルールブック

2026年度版(第1版)

発 行：公益社団法人 日本ラクロス協会
監 修：公益社団法人 日本ラクロス協会 ルール委員会
編 集：公益社団法人 日本ラクロス協会 広報部 / ルール委員会
〒103-0006 東京都中央区日本橋大伝馬町 2-5 石倉ビル 1F
電話 03-3666-2862

©2026, JAPAN LACROSSE ASSOCIATION

無断転載禁止