

INTERCROSSE

<p>OBJETIVO</p>	<p>El INTERCROSSE* es la versión escolar del Lacrosse, se juega con un bastón (stick) o Crosse, se requiere una gran habilidad y movilidad. No requiere ningún elemento protector. Los principios del juego actual se basan en un juego principalmente aéreo. Siendo el objetivo conseguir gol en el campo de Balonmano.</p>	
<p>TERRENO DE JUEGO</p>	<p>Las medidas óptimas para equipos de 6 participantes son 40 X 20 metros, aunque se pueden modificar según la edad y el nivel de los practicantes. La portería es de 1,20 X 1,20 m. o la del balonmano (3 X 2 m.) rodeada por un semicírculo de 6 m. de radio; A 9 m. de la portería se marca la línea de penalty.</p>	
<p>MATERIAL</p> 	<p>-El bastón o Stick o Crosse.- Es la gran atracción del juego. Está constituido de plásticos flexibles, lo cual evita cualquier peligro para los participantes. El móvil es una bola de unos 7 cms. de diámetro, con la característica de ser más pesada y poco bote.</p>	
<p>NÚMERO DE PARTICIPANTES</p>	<p>En el terreno de juego de 40 X 20 m. pueden formar cada equipo en juego 6 jugadores y/o jugadoras. De los cuales un participante será portero o portera.</p>	
<p>DESARROLLO DEL JUEGO Y PRINCIPALES REGLAS</p>  	<ul style="list-style-type: none"> -No se puede tocar la bola con la mano. -El equipo que tiene la posesión de la bola tiene 30" para tirar a la portería contraria (realizar un ataque). -Un jugador o jugadora no puede retener la bola más de 5 segundos sin jugar. Se tienen 5 segundos para sacar de banda y para sacar la bola del territorio del porter@. -El porter@ no puede recibir un pase de un compañero o compañera si se encuentra en el interior de su zona. -Nunca está permitido caminar con la bola, debe desplazarse corriendo, o pararse para efectuar un pase. -Después de un tiro de castigo, si no hay gol, el jugador o jugadora que lo ha efectuado hará un saque de esquina. -Si la bola queda libre en el suelo, el jugador o jugadora que la cubra con la cesta de su bastón tomará posesión de ella. Los jugadores del otro equipo deben dejarle espacio de 2 metros, y a continuación podrá hacer un pase o correr con la bola. -No se puede hacer defensa en zona. -No está permitido ningún contacto físico. Tampoco se pueden realizar obstrucciones, ni empujones. -Los jugadores deberán sujetar siempre con 2 manos el bastón defensivamente, salvo para cubrir la bola libre en el suelo o interceptar un pase aéreo. -Para hacerlo más cooperativo, es recomendable exigir 3 pases antes de efectuar un tiro a gol. 	

Para más información consultar el libro:
* "Educación del Ocio y Tiempo Libre con Actividades Físicas Alternativas". Manuel Martínez Gámez. Editorial Esteban Sanz. Madrid, 1995

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ