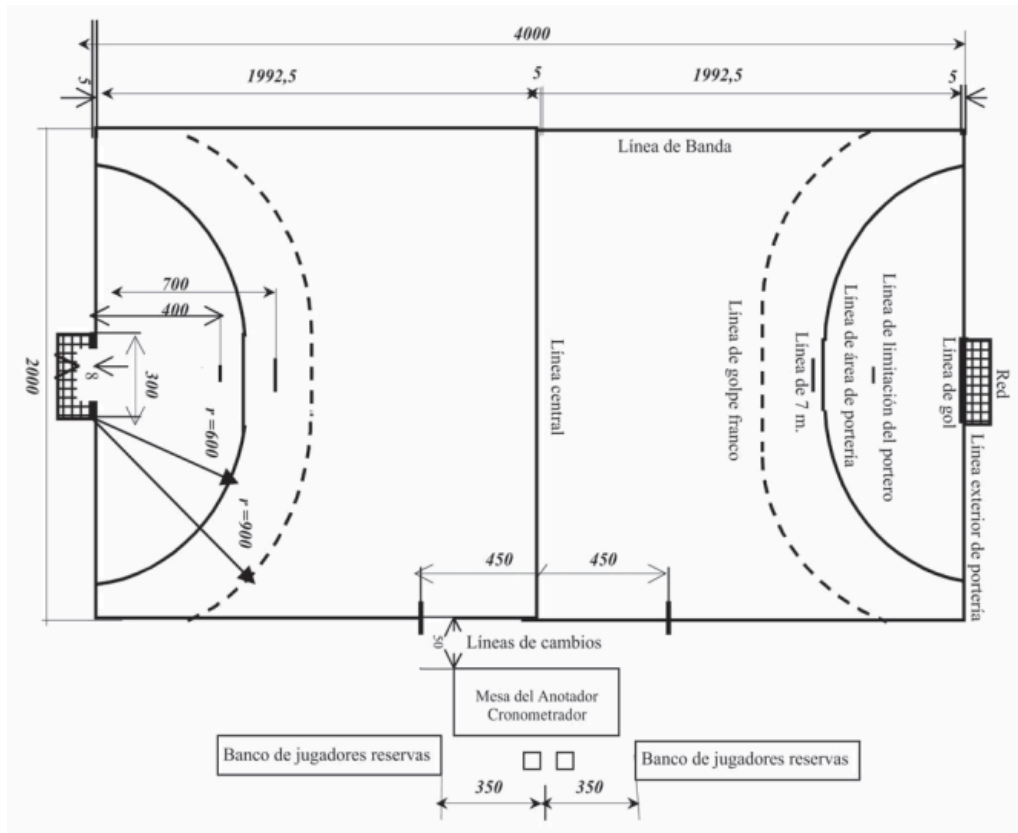


## Reglamento Balonmano (obtenido del reglamento oficial del año 2010 de la Real federación española de Balonmano)



### La duración del partido

La **duración** normal del **partido** para todos los equipos con jugadores de más de 16 años es de dos tiempos de 30 minutos, con 10 minutos de descanso.

La **prórroga** se juega después de 5 minutos de descanso, si el partido está empatado al final de la duración normal del encuentro y se tiene que determinar a un ganador. El período de prórroga consiste en dos tiempos de 5 minutos con un minuto de descanso entre ambos.

Si el partido continúa empatado después del primer período de prórroga, se juega un segundo período después de 5 minutos de descanso. Este período de prórroga también consta dos tiempos de 5 minutos con un minuto de descanso.

Si el partido sigue aún empatado, el ganador se determinará de acuerdo a las reglas particulares de la competición. En el caso en que la decisión sea utilizar lanzamientos de 7 metros como forma de desempate para determinar un ganador, se seguirá el procedimiento indicado más abajo.

### La señal final

El tiempo de juego comienza con el toque de silbato del árbitro para el saque de centro inicial. Termina con la señal de final automática del cronómetro mural público o del cronometrador. Si no sonara esta señal, el árbitro indicará con el toque de silbato que ya ha finalizado el tiempo de juego.

Las infracciones y la conducta antideportiva que tengan lugar antes o al mismo tiempo que la señal final (para el descanso o final del partido y también para las prórrogas) deben ser sancionadas, también lo serán si el golpe franco señalado o el lanzamiento de 7 metros no puede ser ejecutado hasta después de la señal.

Igualmente, el lanzamiento tendrá que repetirse si la señal de final (para el descanso, para el final del partido y también para las prórrogas) se hubiese producido precisamente cuando se estaba ejecutando un golpe franco o lanzamiento de 7 metros o mientras el balón ya estaba en el aire durante su ejecución.

Los jugadores y los oficiales de equipo siguen estando sujetos a **sanciones personales** por las infracciones o conducta antideportiva que tengan lugar durante la ejecución de un golpe franco o lanzamiento de 7 metros en las circunstancias descritas en las Reglas 2:4-5. No obstante, una infracción durante la ejecución de este lanzamiento no supone un golpe franco para el equipo

## **Time out**

Un time-out es obligatorio cuando:

- a. se sanciona con 2 minutos de exclusión, descalificación o expulsión;
- b. se concede time-out de equipo;
- c. suena la señal del cronometrador o del delegado técnico;
- d. Las consultas entre los árbitros son necesarias, de acuerdo con la Regla 17:7.

## **El equipo**

Un equipo se compone de hasta 14 **jugadores**.

Deberán estar presentes en el terreno de juego, simultáneamente, un máximo de 7 jugadores. El resto de los jugadores son reservas.

Durante el encuentro, el equipo tiene que tener designado siempre a uno de los jugadores como portero en el terreno de juego. Un jugador designado como portero puede convertirse en jugador de campo en cualquier momento. Igualmente, un jugador de campo puede convertirse en cualquier momento en portero

Un equipo tiene que tener en el terreno de juego por lo menos 5 jugadores al comienzo del partido.

## **Sustitución de jugadores**

Durante el partido, los reservas podrán entrar en cualquier momento y de manera repetida sin avisar al cronometrador-anotador, siempre que los jugadores a los que sustituyan hayan abandonado el terreno de juego.

Los jugadores implicados en el cambio deberán salir y entrar en el terreno de juego por la propia línea de cambio de su equipo. Esta regla también se aplicará al cambio de los porteros.

Estas reglas sobre la zona de cambio también son de aplicación durante el time-out (excepto durante un time-out de equipo).

Un *cambio antirreglamentario* debe ser sancionado con 2 minutos de exclusión para el jugador infractor. Si más de un jugador del mismo equipo realizan un cambio antirreglamentario en la misma situación, solamente será sancionado el primer jugador que cometió la infracción.

El encuentro se reanuda con un golpe franco para los contrarios

Si un **jugador adicional** penetra en el terreno de juego sin que se produzca un cambio, o si un jugador participa ilegalmente en el juego desde la zona de cambios, será sancionado con 2 minutos de exclusión. Por lo tanto, el equipo se reducirá en un jugador sobre el terreno de juego durante los 2 minutos siguientes (aparte de que el jugador adicional que penetra en el terreno de juego deberá abandonarlo).

Si un jugador penetra en el terreno de juego **mientras está cumpliendo una exclusión de 2 minutos**, se le sancionará con otros 2 minutos adicionales de exclusión. Esta exclusión deberá comenzar inmediatamente, de modo que el equipo se reduce de nuevo en el terreno de juego durante la coincidencia entre la primera y segunda exclusión.

En ambos casos, el encuentro se reanuda con un golpe franco a favor de los contrarios.

## Equipamiento

Todos los jugadores de campo de un mismo equipo deben vestir **uniformes** idénticos. La combinación de colores y diseños para los dos equipos deberá distinguirse claramente. Todos los jugadores que vayan a actuar como porteros en un equipo tienen que llevar el mismo color, que debe distinguirse del de los jugadores de campo de ambos equipos y del portero (s) del equipo contrario.

Si un jugador está sangrando o tiene sangre en el cuerpo o en el uniforme, deberá abandonar inmediata y voluntariamente el terreno de juego (como una sustitución normal), con el fin de parar la hemorragia, cubrir la herida y limpiar el cuerpo y el uniforme. El jugador no deberá volver al terreno de juego hasta que esto se haya realizado.

Si se produce una lesión, los árbitros pueden dar permiso para que dos personas que “están autorizadas a participar” entren en el terreno de juego durante un time-out, con el exclusivo fin de ayudar a un jugador lesionado de su equipo.

## El portero

Se **permite** al portero:

**Tocar** el balón con cualquier parte de su cuerpo, siempre que lo haga con intención defensiva sobre el área de portería.

**Desplazarse** con el balón dentro del área de portería sin estar sujeto a ninguna de las restricciones que se aplican a los jugadores de campo; no obstante, al portero no le está permitido retrasar la ejecución de un saque de portería.

**Abandonar** el área de portería **sin estar en posesión del balón** y tomar parte en el juego; si lo hiciera, estaría sujeto a las reglas que se aplican a los jugadores de campo.

Se considera que el portero se encuentra fuera del área de portería desde el momento en que cualquier parte de su cuerpo toca el suelo fuera de la línea del área de portería.

**Abandonar** el área de portería **con el balón** y jugarlo de nuevo en el área de juego, si no ha podido controlarlo.

Al portero **no le está permitido:**

**Poner en peligro** al contrario en una acción defensiva.

**Abandonar** el área de portería **con el balón controlado**. Esta acción se sanciona con un golpe franco, si los árbitros habían pitado para la ejecución del saque de portería; en caso contrario el saque de portería se repite simplemente.

**Tocar el balón** cuando está parado o rodando en el suelo fuera del área de portería, estando el portero dentro de ella.

**Introducir el balón** dentro del área de portería cuando está parado o rodando por el suelo fuera del área de portería.

**Volver a entrar** en el área de portería desde el área de juego **con el balón**.

Tocar el balón con el **pie** o la pierna por debajo de la rodilla, cuando está parado o en el suelo en el área de portería o se dirige hacia el área de juego.

Franquear la **línea restringida del portero** (línea de 4 metros) o su prolongación a ambos lados, antes de que el balón haya abandonado la mano del contrario que está ejecutando un lanzamiento de 7 m.

Solo se permite al **portero** penetrar en el área de portería (*no obstante, ver 6:3*). El área de portería incluye la línea del área de portería, y se considera que se ha penetrado en ella cuando un jugador la toca con cualquier parte de su cuerpo.

Cuando un **jugador de campo** penetra en el área de portería, se tomarán las siguientes decisiones:

- a. saque de portería, cuando un jugador del equipo en posesión del balón penetra en el área de portería en posesión del balón o penetra sin el balón, pero obtiene una ventaja al hacerlo;
- b. golpe franco, cuando un jugador de campo del equipo defensor penetra en el área de portería y obtiene una ventaja, pero sin impedir una ocasión de gol;
- c. lanzamiento de 7 m, cuando un jugador de campo del equipo defensor penetra en el área de portería y evita una clara ocasión de gol.

Penetrar en el área de portería **no se sancionará**, cuando:

- a. un jugador penetra en el área de portería después de jugar el balón, siempre que ello no suponga una desventaja para los contrarios;
- b. un jugador de alguno de los equipos penetra en el área de portería sin balón y no obtiene ninguna ventaja.

Se considera que el balón “no está en juego” cuando el portero controla el balón con sus manos dentro del área de portería. El balón tiene que ponerse de nuevo en juego mediante un saque de portería.

Si un jugador *juega el balón hacia su propia área de portería*, se tomarán las siguientes decisiones:

- a. gol, si el balón penetra en la portería;
- b. golpe franco, si el balón queda en el área de portería o si el portero toca el balón y no entra en la portería;
- c. saque de banda, si el balón franquea la línea exterior de portería;
- d. el juego continúa si el balón vuelve al campo de juego rechazado desde el área de portería, sin haberlo tocado el portero.

Un balón que vuelve del área de portería al campo de juego continúa en juego.

## Cómo puede jugarse el balón

Está **permitido**:

Lanzar, coger, parar, empujar y golpear el balón utilizando las manos (abiertas o cerradas), **brazos, cabeza, tronco, muslos y rodillas**.

**Retener** el balón durante un máximo de **3 segundos**, tanto en las manos como si se encuentra en el suelo.

Dar **3 pasos** como máximo con el balón; se considera que se da un paso cuando:

- a. un jugador, con los dos pies en contacto con el suelo, levanta uno y lo vuelve a colocar en el suelo, o desplaza un pie de un lugar a otro;
- b. un jugador con un pie en contacto con el suelo coge el balón y a continuación toca el suelo con el otro pie;
- c. un jugador en suspensión toca el suelo con un solo pie y vuelve a saltar con el mismo pie, o toca el suelo con el otro pie;
- d. un jugador en suspensión toca el suelo con ambos pies simultáneamente y luego levanta un pie y lo vuelve a colocar en el suelo, o desplaza un pie de un lugar a otro.

Tanto parado como en carrera:

- a. botar el balón una vez y cogerlo de nuevo con una o ambas manos;
- b. botar el balón repetidamente con una mano (driblar) y luego recogerlo de nuevo con una o ambas manos;
- c. rodar el balón sobre el suelo de forma continuada con una mano y luego recogerlo con una o ambas manos.

Tan pronto como el balón se coge con una o ambas manos, tiene que jugarse dentro de los 3 segundos siguientes o después de tres pasos como máximo.

Se considera que se comienza a driblar o a botar el balón cuando el jugador lo toca con cualquier parte de su cuerpo y lo dirige directamente al suelo.

Después de que el balón ha tocado a otro jugador, o la portería, se permite al jugador tocar el balón o botarlo y cogerlo de nuevo.

**Pasar el balón** de una mano a otra sin perder el contacto con él.

**No está permitido**:

Después de que el balón haya sido controlado, **tocarlo más de una vez** sin que éste haya tocado mientras tanto el suelo, a otro jugador o la portería; no obstante, tocarlo más de una vez no se sanciona si el jugador ha tenido una “recepción defectuosa” (por ejemplo, el jugador no consigue controlar el balón cuando trata de cogerlo o pararlo).

Tocar el balón con un **pie** o pierna por debajo de la rodilla, excepto cuando el balón ha sido lanzado al jugador por un contrario.

El juego continúa si **el balón toca al árbitro** en el terreno de juego.

Si un jugador en posesión del balón sale del terreno de juego con uno o ambos pies (mientras el balón está todavía dentro del terreno), por ejemplo para evitar a un jugador defensor, se sancionará con un golpe franco para el equipo contrario.

### **Juego pasivo**

No está permitido conservar el balón en posesión del equipo sin hacer ningún intento reconocible de atacar o de lanzar a portería. De la misma forma, no está permitido retrasar repetidamente la ejecución de un saque de centro, saque de banda, golpe franco o saque de portería del propio equipo. Esta conducta se considera juego pasivo, y se sancionará con un golpe franco contra el equipo en posesión del balón, a menos que la tendencia a juego pasivo haya finalizado.

#### **Está permitido:**

- a. utilizar los brazos y las manos para bloquear el balón o para apoderarse de él;
- b. quitar el balón al contrario con la mano abierta y desde cualquier lado;
- c. utilizar el cuerpo para obstruir el camino al contrario, aun cuando el oponente no esté en posesión del balón;
- d. entrar en contacto corporal con un contrario de frente, con los brazos flexionados y, manteniendo este contacto, controlarle y acompañarle.

#### **No está permitido:**

- a. arrancar el balón al contrario, ni golpearlo cuando se encuentra entre sus manos;
- b. bloquear o empujar al contrario con los brazos, manos o piernas;
- c. retener al contrario, sujetarlo (por el cuerpo o el uniforme), empujarlo, o lanzarse contra él en carrera o en salto;
- d. poner en peligro al contrario (con o sin balón).

Las expresiones físicas y verbales que sean contrarias al espíritu deportivo se consideran constitutivas de *conducta antideportiva*. Esto se aplica tanto a los jugadores como a los oficiales de equipo, dentro o fuera del terreno de juego. La sanción progresiva también se aplica en el caso de conducta antideportiva.

Un jugador que ataca a un contrario y pone en peligro la integridad física del adversario debe ser descalificado, especialmente si:

- a. desde un costado o por detrás, golpea o tira hacia atrás el brazo del jugador que está efectuando un lanzamiento o pasando el balón;
- b. realiza cualquier acción en que el contrario sea golpeado en la cabeza o en el cuello;
- c. golpea deliberadamente el cuerpo del contrario con el pie o la rodilla o de cualquier otra forma; esto incluye la zancadilla;
- d. empuja al contrario que está en carrera o saltando, o le ataca de tal forma que éste pierda el control de su cuerpo; también se aplica esta regla cuando un portero abandona el área de portería para impedir un contraataque de los contrarios;
- e. cuando, en la ejecución de un golpe franco en un lanzamiento directo a portería, el balón golpea a un defensor en la cabeza, asumiendo que el defensor no estaba en movimiento; o

cuando golpea al portero en la cabeza en un lanzamiento de 7 m, asumiendo que el portero no estaba en movimiento.

**Las infracciones contra las reglas 8:2-7** se sancionan con un **lanzamiento de 7 metros** a favor de los contrarios, cuando, directamente por medio de dicha infracción, o indirectamente debido a la interrupción que ella causa, se hubiese evitado una clara ocasión de gol de los contrarios.

### **Decisión de golpe franco**

En principio, los árbitros interrumpen el juego y lo reanudan con un **golpe franco favorable a los jugadores contrarios** cuando:

- a. el equipo en posesión del balón comete una infracción a las reglas que lleva a la pérdida de la posesión;
- b. los jugadores contrarios cometen una infracción a las reglas que lleva al equipo en posesión del balón a la pérdida del mismo.

Los árbitros deberían permitir la continuidad del juego **evitando interrumpirlo prematuramente** con la decisión de un golpe franco.

Si se toma la decisión de golpe franco contra el equipo que está en posesión del balón cuando el árbitro hace sonar el silbato, el jugador que esté en posesión del balón en ese momento deberá **dejarlo inmediatamente** en el suelo o soltarlo en el lugar donde este.

### **Decisión de lanzamiento de 7 metros**

Se **ordena** un lanzamiento de 7 metros cuando:

- a. se frustra antirreglamentariamente una clara ocasión de gol en cualquier parte del terreno de juego por parte de un jugador u oficial de equipo del equipo contrario;
- b. hay un toque de silbato injustificado en el momento de una clara ocasión de gol;
- c. una clara ocasión de gol se frustra por la interferencia de alguien que no participa en el juego; por ejemplo, cuando un espectador penetra en el terreno de juego o detiene a los jugadores por medio de un toque de silbato. Por analogía, esta regla también se aplica en casos de “fuerza mayor” tales como un súbito corte de la energía eléctrica que detenga el juego precisamente durante una clara ocasión de gol.

### **Amonestación**

**Pueden** sancionarse con amonestación:

- a. las faltas e infracciones similares en el comportamiento con el contrario que no estén dentro de la categoría de sanción progresiva de la Regla 8:3;
- b. aquellas faltas que deban ser sancionadas progresivamente;
- c. la conducta antideportiva por parte de un jugador u oficial de equipo.

### **Exclusión**

La sanción de exclusión (2 minutos) **debe** ser impuesta en los siguientes casos:

- a. por un cambio incorrecto, si un jugador adicional penetra en el terreno de juego o si un jugador interfiere en el juego de forma antirreglamentaria desde la zona de cambios;

- b. por faltas repetidas del tipo de las que deben ser sancionadas progresivamente
- c. por conducta antideportiva repetida de un jugador en el terreno de juego o fuera de él;
- d. por conducta antideportiva por parte de cualquiera de los oficiales de un equipo, después de que uno de ellos haya sido amonestado previamente de acuerdo con las reglas 8:4 y 16:1c;
- e. por conducta antideportiva de las que implican una exclusión de 2 minutos en cada ocasión
- f. como consecuencia de una descalificación de un jugador u oficial de equipo;
- g. por conducta antideportiva por parte de un jugador, antes de que el juego se haya reanudado, después de que haya sido sancionado con una exclusión de 2 minutos.

## **Descalificación**

Una descalificación debe sancionarse en los casos siguientes:

- a. conducta antideportiva de cualquiera de los oficiales de un equipo, después de que se les haya sancionado previamente con una amonestación y una exclusión de 2 minutos, de acuerdo con la regla 8:4, 16:1c y 16:3d;
- b. faltas que pongan en peligro la integridad física del contrario (8:5);
- c. conducta antideportiva grave de un jugador o un oficial de equipo dentro o fuera del terreno de juego, y también para el caso especial de conducta antideportiva repetida o grave durante un desempate como en los lanzamientos de 7 metros;
- d. agresión por parte de un jugador antes del encuentro o durante un procedimiento de desempate;
- e. agresión por parte de un oficial de equipo;
- f. debido a una tercera exclusión al mismo jugador.

## **Expulsión**

**Debe** sancionarse con expulsión:

Después de anunciar un time-out, los árbitros deberán **indicar** claramente **la expulsión** al jugador infractor y al cronometrador-anotador con la gestoforma adecuada, es decir, cruzando los brazos por encima de la cabeza.

La expulsión es siempre durante **la duración del partido**, y el equipo tiene que continuar jugando **con un jugador menos** en el terreno de juego. Si el jugador que recibe la sanción de expulsión todavía estaba cumpliendo (o acababa de recibir) una exclusión de 2 minutos, o había causado una reducción del número de jugadores del equipo de 2 minutos, tal exclusión o reducción debería ser añadida a la expulsión. Esto significa que la única reducción aplicable es aquella causada por la expulsión.

El jugador expulsado no puede ser reemplazado y tiene que abandonar inmediatamente tanto el terreno de juego como la zona de cambio. Después de marcharse, al jugador no se le permite tener ningún tipo de contacto con el equipo.

Los árbitros deberán explicar la expulsión en el acta del partido a las autoridades correspondientes.