



### **Enstaka träningsmatcher Uppland födda 2005 och senare**

Det tillåts från och med vecka 5 att spela enstaka matcher inom Svensk Ishockey.

Se länk från Svenska Ishockeyförbundet nyhet: <https://www.swehockey.se/Covid-19/Covid-19/enstakamatcherforbarnfodda2005ochsenareinomishockey>

### **Detta gäller för Uppland**

Vi lägger in alla matcher i TSM för att underlätta med tidsättning, domare, OVR osv.

Det är ingen serie utan enskilda träningsmatcher i enlighet med de direktiv vi fått, där matcher mot närliggande lag är max 1 match per vecka och spelare gäller.

Vi vill tydliggöra att dessa matcher inte måste spelas utan att det är frivilligt. Om man inte vill spela match så behöver motståndare och serieadministratör underrättas. Inga andra matcher får spelas utöver de som sätts upp i Upplands Ishockeyförbunds regi.

Alla lag i Uppland som är anmälda i Upplandsserien kommer att delas in med max 1 match per vecka fram till den 27-28 mars, för att sedan se om det går att utöka veckorna. (Vi vet att alla kanske inte har is öppen i sina hallar och då ställer ni in er match eller byter hemma och bortaplan med motståndare.)

- Varje lag och enskild spelare genomför max en (1) match eller sammandrag= poolspel/vecka (måndag-söndag).
- Internmatcher inom föreningen är också att betrakta som enstaka match.
- Serie- och cupspel är i nuläget inte möjligt.
- Håll grupper och lag intakta så långt möjligt, undvik att spelare spelar i olika åldersindelningar.
- Vid spel med anpassade spelformer begränsas dessa sammandrag till max två föreningar och totalt max 40 spelare.
- Ingen publik finns på plats i samband med matcher.
- Ledare till lagen och andra funktioner som t.ex. speaker- och utvisningsbås begränsas till så få personer som möjligt.
- Kom ombytta och undvik att nyttja omklädningsrum
- Inga spelare ska spela sjuka och att man följer de nationella allmänna råd och direktiv.

**Här finns information om ishockeyns tolkningar till de allmänna råd och direktiv som kommit från FHM och regeringen ang Covid-19**

<https://www.swehockey.se/Covid-19/>

### Till er föreningar att svara på:

- Får ni beträda er ishall?
- Hur många får vistas i er ishall?
- Om ni har flera lag med i helplans åldrarna, kan ni fylla dessa lag?
- Inge dispenser för överåriga spelare födda 04 eller tidigare gäller.
- Då man bara får spela i ett lag per vecka, en match per spelare. Behöver ni ta bort ett eller flera lag?
- U9-U11, Flickor B: Titta över att ni kan bemanna era lag så ni får det jämnt fördelat från er klubb och samma här, ett poolspel per spelare och vecka, inget dubbelspel.
- Alla klubbar spelar med samma träningsgrupp samt att inget dubbelspel är tillåtet.
- Även Poolspelen kommer att läggas in i TSM och tidsättas av arrangören som vi tilldelar
- Meddela mig endast om ni ska ta bort lag då inga nya lag kan läggas till.

Detta ska meddelas till mig senast fredagen den 29/1 09.00 så att vi kan sätta igång med matchesättning och klubbarnas Istidsläggare får lite tid på sig att tidsätta matcherna. Mailas till [kansli@upplandshockey.se](mailto:kansli@upplandshockey.se)

### Matcher och Poolspel spelas enligt nedan:

#### U16

För spelare födda: 2005  
Speldagar: Lördag  
Speltid: 3\*20 Spolning ska ske mellan varje period

#### U15

För spelare födda: 2006  
Speldagar: Söndag  
Speltid: 3\*20 Spolning ska ske mellan varje period

#### U14

För spelare födda: 2007  
Speldagar: Lördag  
Speltid: 3\*15 Spolning endast mellan andra och tredje perioden

#### U13

För spelare födda: 2008  
Speldagar: Söndag  
Speltid: 2\*20

#### U12

Tacklingar är tillåtna endast från 12 år och äldre  
För spelare födda: 2009  
Speldagar: Lördag  
Speltid: 2\*20

### **Flickor A (Helplan)**

Ett stort ledar- och föreningsansvar råder, där mötande föreningar ska kontakta varandra innan matchdagen.

För spelare födda: 2006–2010

Speldagar: Söndag

Speltid: 2\*20

### **U9, U10, U11 födda 2012-2011-2010 & Flickor B födda 2011-yngre**

Speldagar: Lördag-Söndag

**Kommer att tilldelas matcher i geografiska grupper samt endast max två föreningar per arena (2 lag per förening). Dessa kommer spelas från vecka 6.**

- Matchspel ska ske på tvären i en zon (30 x 20 m).
- Isen indelas i en eller två zoner genom att 1,5 meter innanför den blå linjen ställa en minisarg.
- Minst två matcher per lag
- **Matchtid 2\*15 rullande tid, med tutbyten varje 90 sekund**
- **Tekning sker endast efter spelarbyten, vid övriga avblåsningar läggs pucken bakom mål av matchledare (speedhockey) och motståndare backar tillbaka.**
- **Om skadad spelare, stannas klocka på båda sidor.**

**Kommentar: Speedhockey innebär färre avbrott i spelet. Det innebär också en förenkling för matchledare.**

- Vid nedsläpp ska det ske i mitten, i respektive zon
- Pooler spelas med rekommenderat fyra lag
- Lagen spelar med fyra (4) utespelare och en (1) målvakt i varje byte. Målvakten får inte ersättas med utespelare.
- **OBS!!!! Tacklingsförbud**
- U9, U10 & Flickor B spelar med **blå puck**. U11 spelar med **svart puck**.
- Slagskott tillåtet i båda åldersgrupperna
- Målvakten får inte ersättas med utespelare.
- Inga matchprotokoll, men dispenser ska uppvisas för övriga lag innan poolspelet startar.

**2021-01-28**

**Upplands Ishockeyförbund**