

- 1 競技方法 ① 全チームによるトーナメント方式
② 第4クォーター終了時同点の場合はGWSとする
- 2 試合時間 ① 試合時間は、ロス込10分×4クォーターとし、すべてランニングタイムとする。
インターバルは3分とする。ペナルティータイムは正味時間とする。
② 試合開始時間は、日程表に記載（練習開始時間ではないので注意すること）
③ 試合終了時のあいさつはブルーライン上のみとする。
④ 試合開始時間は日程表どおり行うものとし、不測の事態が生じ、時間どおり試合ができない場合は主催者と協議するものとする。
- 3 競技規則 ① インラインホッケー公式国際規則に準ずる。
（一部ローカルルールを適用する。）
② クリアリング後の選手交代は可とする。
③ 1試合3回以上ペナルティを課された選手は 次の試合に出場できない。
④ ヘルメットについて
ハーフバイザーの装着については、次の条件をすべて満たした場合に認めることとする。
・19歳以上であること。
⑤ ネックガードの着用について
女子及び18歳以下のプレイヤーネックガードの着用を義務付けることとする。
- 4 反則時間 マイナー・ペナルティ 正味1分30秒（計測はペナルティベンチで行う）
メジャー・ペナルティ 正味4分間（計測はペナルティベンチで行う）
- 5 試合出場人数 18名以下（試合開始時リンク上に5名（GK含む）に満たないときは不戦敗とする。）
各チームは2セット以上出すよう努力すること。
ベンチは、選手18名、監督、コーチ、ドアマン、マネージャー3名以内とする。
- 6 審判 レフェリーは2人制とし、当日オフィシャルのチームが責任をもって担当する。
- 7 オフィシャル 当日担当のチームが責任をもって行う。
記録係2名、放送係1名、掲示板操作係1名、ペナルティボックス2名、ゴールジャッジ2名
- 8 事故について 試合中に起きた事故については、応急処置は行いますがその後の責任を負わないので、各チームで必ず傷害保険に加入すること。
- 9 その他 ユニフォームはチーム統一が望ましいが準備できない場合は同系色を着用する。