

Spelregels Knotshockey:

- Er wordt gespeeld op een kwart veld in de breedte richting van het veld.
- Officieel bestaat een team uit minimaal 2 en maximaal 9 spelers.
- Ieder team heeft zijn eigen doel.
- Een doelpunt is geldig zodra de bal over de doellijn van de tegenpartij is gepasseerd.
- Er wordt gespeeld met 1 bal.
- De bal mag enkel worden aangeraakt met de knots en kan alleen via deze manier worden voortbewogen.
- De bal mag het lichaam aanraken, maar niet door het lichaam worden voortbewogen of tegengehouden.
 - Uitzondering is dat de doelverdediger, mits binnen een afstand van circa 3 meter vanaf zijn/haar doel de bal met het lichaam mag spelen en/of tegengehouden. (Gebeurt dit buiten de 3m, dan wordt een vrije slag toegekend aan de aanvallende partij)
- De spelers mogen elkaar niet raken. (Gebeurt dit wel, dan wordt een vrije slag toegekend aan de andere partij)
- De spelers mogen elkaar niet met de knots raken. (Gebeurt dit wel, dan wordt een vrije slag toegekend aan de andere partij)
- Een speler die stilstaat en de bal aanneemt of in zijn bezit heeft, mag niet worden aangevallen.
- De bal mag niet boven schouderhoogte worden gespeeld, wel mag deze worden tegengehouden.
- Als de bal via de zijlijn het speelveld verlaat, dan dient de bal op dezelfde plaats te worden ingeslagen door het team die de bal NIET als laatste heeft aangeraakt.
- Als de verdedigende partij er voor zorgt dat de bal over de achterlijn raakt, dan neemt het aanvallende team een hoekslag.
- Als het aanvallende team er voor zorgt dat de bal over de achterlijn raakt, dan wordt de bal naast het doel van de verdedigende partij vanaf de achterlijn ingeslagen.
- De speelduur wordt vooraf in overleg bepaald.
- Er is één scheidsrechter die het spel begeleidt.
- Het team dat de meeste doelpunten heeft gemaakt, heeft de wedstrijd gewonnen.
- Het is niet toegestaan iemand neer te knuppelen en aan de haren mee naar huis te slepen.