

Lliga Esportiva  
d'Estiu 2026

# Bàsquet 5x5

Regles  
de joc



Ajuntament de Ripollet

Ripollet  
batega!



Consells Esportius  
de Catalunya

# Bàsquet 5x5

## 1. Equips i inscripció

Cada equip podrà inscriure un mínim de 7 i un màxim de 12 jugadors/es.

Per poder disputar un partit, els jugadors/es hauran d'estar degudament inscrits i validats per l'organització.

No es permetrà la participació de cap jugador/a no inscrit/a prèviament.

## 2. Jugadors/es

### Jugadors/es inscrits a l'acta

- Mínim: 5 jugadors/es
- Màxim: 12 jugadors/es

### Jugadors/es en pista

Els partits es disputaran amb 5 jugadors/es per equip.

Si un equip es queda amb 3 jugadors/es o menys, el partit es donarà per finalitzat.

## 3. Desenvolupament del partit

### Durada del partit

- 4 períodes de 10 minuts

### Descansos

- 2 minuts (1r-2n)
- 5 minuts (2n-3r)
- 2 minuts (3r-4t)

### Inici del partit

Salt entre dos al primer període.

Alternança de possessió en els següents períodes.

### Canvi de camp

Entre el 2n i el 3r període.

## 4. Temps de joc

El rellotge només s'aturarà en:

- Temps morts
- Final de períodes
- Indicació arbitral
- Lesions o incidències greus

## 5. Substitucions

Les substitucions seran lliures i es podran realitzar en qualsevol moment del partit amb el joc aturat.

## 6. Temps morts

Cada equip disposarà de:

- 1 temps mort per part (no acumulables)

## 7. Regles bàsiques de joc

S'aplicaran les regles bàsiques del bàsquet amb les següents adaptacions:

### Regla dels 24 segons

Cada equip disposarà de 24 segons per llançar a cistella.

### Regla dels 8 segons

El baló haurà de passar a camp ofensiu en menys de 8 segons.

### Regla dels 3 segons

Cap jugador podrà romandre més de 3 segons a la zona rival.

### Lluites

S'aplicarà la norma d'alternança de possessió.

## 8. Faltes

- Les faltes personals se sancionaran segons normativa general
- A partir de la 5a falta d'equip en un període: tirs lliures

### Faltes personals

- 5 faltes personals: eliminació del jugador/a

## 9. Sistema de puntuació del partit

- Cistella dins de línia de 3: 2 punts
- Cistella fora de línia de 3: 3 punts
- Tir lliure: 1 punt

## 10. Puntualitat i inici dels partits

Els equips hauran d'estar preparats a l'hora establerta.

Temps de cortesia: 10 minuts

En cas contrari: partit perdut

## 11. Incompareixences

- Resultat: 20-0
- Reiteració: possible expulsió

## 12. Equipament

- Samarretes del mateix color i numerades
- Pilota oficial (núm. 6 o 7, segons categoria)

## 13. Sistema de competició

- Victòria: 3 punts
- Empat: 1 punt
- Derrota: 0 punts

## 14. Criteris de desempat

1. Resultat directe
2. Diferència de punts
3. Punts a favor
4. Punts en contra
5. Decisió de l'organització

## 15. Fase final

En cas d'eliminatòries:

- Període extra de 5 minuts
- Si persisteix l'empat: pròrrogues fins desempatar

## 16. Conducta esportiva

Totes les persones participants hauran de mantenir actitud de respecte.

Conductes greus: sanció o expulsió

## 17. Decisions arbitrals

Les decisions arbitrals seran inapel·lables.

## 18. Situacions no previstes

Serán resoltes per l'organització.