

## **Rekommendation angående isvård i samband med ungdomsmatcher 24-25**

<b>Ålder</b>	<b>Speltid</b>	<b>Förslag till isvård</b>
16	3x20	Spolning i båda pauserna. Även efter uppvärmning om tid finns eftersom detta är en regional serie med Dalarna och Hälsingland. 5 min OT + straffar I fullbokade hallar är det godkänt med 10 minuter direkt innan matchstart
15	3x20	Spolning i båda pauserna 5 min OT + straffar
14	3x20	Spolning i båda pauserna 5 min OT + straffar
13	3x15	Spolning i andra pausen Ingen OT
9-12		Spel på tvären rullande tid flygande byten Tiden olika beroende på antal lag

Uppvärmning 10 minuter innan match (ingen spolning mellan uppvärmning och match) från U15 och yngre

Om tid finns kan andra alternativ förekomma. Avgörs på plats i samråd med vaktmästare

Sport och Ungdom 241004  
Gästriklands Ishockeyförbund