

### 3ピリオド制の運用方法について

- ① 3ピリオド目はコイントスし、勝った方が攻めるゴールを決める。  
また、試合時間の約半分が経過したところで、サイドをチェンジする。  
サイドチェンジするタイミングは主審に委ねる。
- ② 登録選手は第1と第2ピリオドは総入れ替えをする。  
3ピリオド目は組み直しとする。
- ③ 交代は、3ピリオド目が「自由な交代」で行える。  
第1と第2ピリオドの交代は、チームの判断により、負傷した選手が試合を続けられないと判断した場合にのみ行える。  
なお、交代や退場時の補充、負傷治療中の一時的な補充では、同一選手の出場は3ピリオドのうち2回までとする。