

Das Ziel ist es, den Ball unter die Leinen hindurch ins gegnerische Tor zu bringen. Dem entgegen wird das Team auf der anderen Seite versuchen, dies zu verhindern und nach erfolgreichem Abwehren des Balles sofort in den Gegenangriff überzugehen.

Die Spielzeit liegt bei 2 mal 5 Minuten. Im Falle einer KO-Runde (z.B. bei Halbfinalspielen oder Finalspielen) wird bei Gleichstand nach regulärer Spielzeit eine Verlängerung mit 2 mal 2 Minuten folgen plus Penaltyschiessen.