

Wyciąg z Oficjalnych Przepisów Gry w Koszykówkę 2017

Art. 25 Kroki

25.1 Definicja

- 25.1.1 **Kroki**, to nielegalne poruszanie stopy lub obu stóp w jakimkolwiek kierunku, w czasie posiadania żywej piłki na boisku, wykraczające poza limity określone w tym artykule.
- 25.1.2 **Obrót**, to legalny ruch zawodnika, który trzymając żywą piłkę na boisku, wykracza jedną ze stóp raz lub więcej razy w dowolnym kierunku, podczas gdy stopa drugiej nogi, zwanej nogą obrotu, pozostaje w stałym kontakcie z jednym punktem na podłodze.

25.2 Przepis

25.2.1 Ustanowienie nogi obrotu przez zawodnika, który chwytą żywą piłkę na boisku:

- Zawodnik, który chwytą piłkę stojąc obiema stopami na podłodze:
 - W momencie gdy stopa jednej z nóg traci kontakt z podłogą, druga noga staje się nogą obrotu.
 - Aby rozpocząć kozłowanie, nie może oderwać stopy nogi obrotu od podłogi przed wypuszczeniem piłki z ręki(rąk).
 - W celu podania lub rzutu do kosza z gry, może wybić się z nogi obrotu, ale żadna ze stóp nie może ponownie dotknąć podłogi przed wypuszczeniem piłki z ręki(rąk).
- Zawodnik, który chwytą piłkę będąc w ruchu lub kończąc kozłowanie, może wykonać dwa (2) kroki zatrzymując się, podając piłkę lub wykonując rzut do kosza z gry:
 - Aby, po otrzymaniu piłki, rozpocząć kozłowanie, musi wypuścić piłkę z ręki(rąk) zanim wykona drugi krok.
 - Pierwszy krok następuje, kiedy jedna lub obie stopy dotykają podłogi, po tym jak wszedł w posiadanie piłki.
 - Drugi krok następuje, kiedy – po pierwszym kroku – stopa drugiej nogi lub obie stopy jednocześnie dotykają podłogi.
 - Jeśli zawodnik zatrzymał się w pierwszym kroku i obie jego stopy dotykają podłogi lub zatrzymał się na obu stopach jednocześnie, może wybrać dowolną nogę jako nogę obrotu. Jeśli następnie wybija się z obydwu nóg, żadna stopa nie może ponownie dotknąć podłogi przed wypuszczeniem piłki z ręki(rąk).
 - Jeśli zawodnik opada na stopę jednej z nóg, to ta noga staje się nogą obrotu.
 - Jeśli zawodnik wybija się z jednej nogi w pierwszym kroku, może w drugim kroku opaść równocześnie na obie stopy. W takiej sytuacji żadna noga nie może stać się nogą obrotu. Jeśli następnie odrywa od podłogi jedną lub obie stopy, to żadna stopa nie może ponownie dotknąć podłogi przed wypuszczeniem piłki z ręki(rąk).
 - Jeśli żadna ze stóp nie dotyka podłogi i zawodnik opada jednocześnie na obie stopy, w momencie gdy stopa jednej z nóg traci kontakt z podłogą, to druga noga staje się nogą obrotu.
 - Zawodnik nie może kolejno dotknąć podłogi tą samą lub obiema stopami po tym jak zakończył kozłowanie lub wszedł w posiadanie piłki.

25.2.2 Zawodnik przewracający się, leżący lub siedzący na podłodze:

- Legalnym zagranem jest, jeśli zawodnik trzymając piłkę przewraca się i ślizga po podłodze, albo leżąc lub siedząc na podłodze wchodzi w posiadanie piłki.
- Błędem jest, jeśli następnie ten zawodnik – trzymając piłkę – turla się lub próbuje wstać.