(一)基本規則(晴天)：

1. 比賽採四節制，每節十分鐘
2. 各節間休息2分鐘，中場休息3分鐘
3. 第四節最後兩分鐘停錶，延長賽最後一分鐘停錶
4. 四強賽一到三節停最後一擊 24 秒及第四節倒數 2 分鐘停錶。
5. 比賽第一節開始為跳球決定球權,之後爭球或每一節開始,則以輪流取得球權。如果最後幾秒發生爭球狀況,賦予球權之球隊如發界外球沒發出去算使用球權。
6. 四強前延長賽最多延長兩次，若比數仍一樣，即算平手，若為預賽勝場不增加，複賽則罰球加賽
7. 如果延長賽終了時雙方比數仍然相同,預賽最終結果採循環比分;複賽則進行「罰球加賽」,由兩隊各派登入球員其中 5 名球員輪流罰球一輪(5犯畢業球員即喪失比賽資格球員不得罰球),進球數多者勝,次平手則由隊長猜拳決定勝負。

(二)基本規則(雨天)：

1. 比賽採兩節制，每節10分鐘
2. 各節休息一分鐘（包含中場）
3. 下半場及延長賽最後一分鐘停錶
4. 比賽第一節開始為跳球決定球權,之後爭球或第二節開始,則以輪流取得球權。如果最後幾秒發生爭球狀況,賦予球權之球隊如發界外球沒發出去算使用球權。
5. 延長賽最多延長一次，即算平手，勝場不增加
6. 勝場平手狀況同上
7. 四強無雨備

(三) 暫停

1. 僅只有教練或球經才能請求暫停,球員席區的球員也可以請求暫停, 任何方式清楚告知都行。

2. 上半場每隊可暫停 2 次,下半場可暫停 2 次,暫停時間為 60 秒(暫停時不停錶,若為第四節倒數兩分鐘喊暫停則停錶)若延長賽,時間為 5 分鐘,倒數兩分鐘停錶,每隊可暫停 1 次。

(四)特殊狀況：

1. 循環比分 : 勝場多者晉級，而勝場平手依照順序由上而下優先晉級

* 得失分差（得失分差大者勝）
* 失分數（失分少者勝）
* 抽籤

1. 若小組賽晴天至雨天（一個小組有比賽是晴天制，有比賽雨天制）且遇小組平手狀況：會將 四節賽制分數除以二再進行循環比分

(五)其他規則：

1. 在延長賽會轉換球權,延續下半場進攻方向。
2. 延長賽之犯規次數接續第四節之情況。

(六) 以下情況判為奪權犯規:

1. 在裁判命令比賽開始後,拒絕出場或阻撓比賽。
2. 比賽開始 10 分鐘後,球隊若缺席或不足五人。
3. 比賽過程中、後(雙方在場),經對手檢舉當場發現有違反規定。
4. 比賽過程中爭執(肢體衝突、粗口),經裁判裁定之球隊。