

## Regelverk Futsal, NFF Sogn og Fjordane.

### Antall spelarar:

Det er 5 ar fotball (4 utespelarar og ein keeper).

Maks 11 spelarar pr lag.

### Utstyr:

Det er lov å spele med korte trøyer/drakter. Må spele med korte bukser. Kun keeper kan spele med lange bukser.

Same farge på underkle som hovedtrøye/shorts. Sokketeip skal vere same farge som på sokken, evt blank.

Leggskinn er påbode!

Det er kun lov å bruke trenings –eller gymsko av tøy eller mjukt lær med gummisåle eller liknande materiale som ikkje er svarte, og som ikkje set merker.

Svart drakt er ikkje lov - kun for dommar!

### Måla:

Det skal benyttast handballmål, 3 x 2 meter.

(Eller tilsvarende mål med størrelse på 3 x 2 meter).

Måla skal vere sikkert festa i golvet under spelets gang.

### Kamptid:

- Kamptida vil variere ut frå tal lag og turnering.

### Ballen:

Skal vere rund, og ha ein omkrets på mellom 62 og 64 cm, og vege mellom 400 – 440 gram.

Ballen skal sprette mellom 50 – 65 cm, når den blir slept frå ei høgde på 2 meter.

Det skal ikkje benyttast filtball, men vanleg Futsalball i størrelse 5.

### Dommar:

Kampen blir leia av to dommarar, ein førstedommar og ein andredommar. Begge dommarane nyttar fløyte, og begge dommarane fungerer som tidtakarar.

Dommarane beveger seg på kvar sin side.

Begge dommarane handhever regelverket, og har myndigheit til å advare og vise ut spelarar.

Dersom dommarane er ueinige, er det førstedommar sin avgjersle som er gjeldane.

Begge dommarane fører oversikt over akkumulerte frispark (direkte frispark).

Forseelser som skal gi gult kort: (Gjeld frå og med 13 årsklassa).

Ein spelar skal advarast og tildelast gult kort om vedkommande begår nokon av følgande forseelser:

- Gjer seg skyldig i usportsleg opptreden.
- Ved ord eller handling viser seg ueinig i avgjersler.
- Gjenteke brot på spelereglane.
- Hindre igangsetting av spelet.
- Manglande respekt for avstand ved igangsetting av frispark, hjørnespark, innspark, målkast.
- Går inn på bana utan samtykkje frå dommar.
- Med forsett forlater spelebana utan dommars samtykkje.

Forseelser som skal gi raudt kort: (Gjeld frå og med 13 årsklassa).

Ein spelar skal visast raudt kort om vedkommande begår nokon av følgande forseelser:

- Alvorleg brot på spelereglane.
- Voldsom framferd.
- Spyttar på ein annan person.
- Fråtek motparten eit mål eller ein klart skåringssjansje ved å forsettlig bruk av handa. (Gjeld ikkje målvakt i eige straffefelt).
- Fråtek motspelar som beveger seg mot forsvarande spelar sitt mål ein klar skåringssjansje ved å begå ein forseelse som skal straffast med frispark eller straffespark.
- Brukar fornærmande, krenkande eller grovt språk og/eller gestikulering.
- Blir tildelt sin andre advarsel i same kamp.

Ein spelar som blir utvist får ikkje delta i pågåande kamp, og kan heller ikkje sitte på innbytebenken men skal forlate bana sin nærleik. Laget kan, etter godkjenning av dommar, sette inn innbytar etter to minuttar etter at ein medspelar er blitt utvist. Dersom laget med flest spelarar skårar mål i løpet av dei to minuttane motstandarlaget har utvist spelar/spelarar, får laget med færre antal spelarar sette inn ein spelar.

Ved utvising grunna alvorlege eller voldsomme handlingar, som kan gi fleire kampars karantene, vurderer juryen straffeutmåling på bakgrunn av dommarane sin forklaring.

#### Generelle reglar:

Det blir ikkje praktisert time-out.

Ved avspark kamp og etter at mål er gjort, skal motstandarlaget vere minimum 3 meter frå ballen.

For alle andre dødballar er det 5 meter som er minimumsavstanden frå ballen.

Dersom ein spelar er mindre enn 5 meter frå ballen ved indirekte frispark, direkte frispark eller innspark, og med det hindrar ballen, skal spelaren tildelast gult kort. Dødball tas på nytt. Ved målkast treng ikkje motstandar vere 5 meter frå ballen, men må vere utanfor straffefeltet.

#### Straffesparkmerkene – på 6 meter og på 10 meter.

Straffespark frå 6 meter - utførast ved akkumulert frispark (direkte frispark) innanfor straffefeltet (6-meterfeltet). Keeper skal stå på streken.

Straffespark frå 10 meter - utførast frå og med det fjerde (4) akkumulerte frisparket (direkte frisparket). Dersom forseelsen skjer nærare enn 10 meter, kan frisparket utførast frå der forseelsen skjedde. Forsvarande lag kan ikkje stille mur som forsvar.

Uansett skal ballen skytast direkte på mål med hensikt i å skåre, der spelaren som skal utføre skuddet skal vere tydeleg definert. Ikkje lov å spele ballen til medspelar.

Ved 10 meter straffespark kan keeper stå fritt innanfor straffefeltet, men minimum 5 meter frå ballen.

Ved bruk av fordel, der forseelsen er eit direkte frispark, skal dette telje med i høve antall akkumulerte frispark.

Dersom det blir spelt ekstraomgangar, tel alle akkumulerte frispark som er generert i kampen.

Eit frispark til det forsvarande lag innanfor eige straffesparkfelt, kan tas frå valgfritt stad innanfor straffesparkfeltet.

Eit indirekte frispark til det angripande lag innanfor motstandar sitt straffesparkfelt, må leggest på straffefeltlinja nærast der forseelsen skjedde.

Aktiv skulder er ikkje lov – bestraffast med direkte frispark.

Glidetakling bestraffast med eit indirekte frispark.

Innbytte – skal skje innanfor innbytterbenken, som er avgrensa til 5 meter. Dersom spelar på veg inn på spelebana går inn før spelar på veg ut har gått av spelebana, er det gult kort til spelar som kjem inn og indirekte frispark til motstandarlaget.

Dersom dommar må blåse av spelet for å advare spelaren, skal det indirekte frisparket tas frå der ballen var då spelet blei avblåst.

Innspark - ved ball ute over sidelinja, skal det praktiserast innspark frå den staden ballen gjekk ut over sidelinja. Ved innspark skal ballen ligge i ro. Innspark kan takast inntil 25 cm frå sidelinja.

Mål kan ikkje gjerast direkte frå innspark.

Dersom eit skudd er tatt før sluttsignalet går, skal ein vente på utfallet av skuddet. Det skal leggest til tid for å ta eit frispark (både direkte og indirekte), so lenge forseelsen skjedd før kampslutt. Omgangen slutter når ballen berører ein spelar frå same laget som er tildelt frisparket, med unnatak av indirekte frispark, samt om ballen hadde retning mot motstandar sitt mål og blir berørt av ein annan spelar frå same lag som utførte frisparket.

Dersom ball i tak - innspark frå sidelinja, nærast der ballen traff taket, til laget som ikkje var sist i ballen.

Ved inngangsetting av frispark, målkast, hjørnespark, avspark og innspark, har man maksimum 4 sekundar på å sette ballen i spel etter at spelaren har kontroll på ballen. Dersom eit lag drøyer meir enn 4 sekundar, skal eit indirekte frispark tildelast motstandarlaget.

Dersom ein spelar drøyer med å hente ballen/få kontroll på ballen, startar dommar å telje med ein gong dommar meiner spelaren drøyer tida.

Spelaren som utfører eit frispark, avspark, hjørnespark og innspark, kan ikkje berøre ballen igjen før den er berørt av ein annan spelar. Dersom dette skjer, skal det tildelast eit indirekte frispark til motsandarlaget.

Ved målkast, der ballen har vore ute over dødlinja, skal målvakta kaste ballen ut. Ikkje lov å sparke ballen ut. Dersom målvakta ikkje kastar ballen ut ved målkast, skal målkast tas på nytt. 4 sekundsregelen startas ikkje på nytt.

Ved målkast og ved frigjering av ballen etter kontrollert redning og/eller ballen i fast grep, kan

ikkje målvakta spele ballen igjen på eigen banehalvdel, før ein motspeelar har berørt ballen. Dersom det skjer skal eit indirekte frispark tildelast motstandarlaget frå den stad forseelsen skjedde. Dersom forseelsen skjedde innanfor straffefeltet skal det indirekte frisparket tas frå straffefeltlinja nærast der forseelsen skjedde.

Når målvakta reddar ballen utan å ha ballen kontrollert i armene eller i fast grep, for deretter å sparke ballen til ein medspelar, kan målvakta igjen motta ballen frå medspelar utan at det er ein forseelse.

Elles gjeld reglane for tilbakespel, som i utandørsfotball.

Keeper kan kaste ballen over midten, men kan ikkje skåre direkte frå målkast. Ved redning kan keeperen legge ballen ned innanfor 6 m, og sparke ballen ut, innan 4 sek. Målvakta kan ha ballen under kontroll i maksimum 4 sekundar på sin eigen banehalvdel. På motstandarlaget sin banehalvdel er det ingen begrensning på kor lenge målvakta kan vere nær ballen.

Dersom eit lag har færre enn tre (3) spelarar på bana, skal kampen avsluttast, eventuelt avlysast.

Dropp – dersom ballen har vore i bakken og deretter blir spelt eller berørt av ein spelar, skal det dømmast målkast (målsark) dersom ballen går i motstandars mål. Dersom ballen går i eige mål, skal det dømmast hjørnespark.

Dersom ballen blir berørt av spelar før den treffer golvet, eller går ut av spelebana utan å vere berørt, skal ny dropp utførast.