



Senast uppdaterad 2025-09-23

REGELVERK - GÅFOTBOLL

Skånecupen

Regler

GÅFOTBOLL är en version av fotboll där reglerna har ändrats för att främja hälsa och säkerhet.

Spelplan

Spelplanen 40x20 m, 7 mot 7-mål

Straffområdet

Ett straffområde definieras vid varje ände av spelplanen enligt följande:

En halvcirkel med en radie 6 m från mitten av målet dras från mitten av varje mållinje.

Inom varje straffområde markeras en straffpunkt 6 m från en punkt mitt mellan målstolparna.

Mål

I denna spelform används 7 mot 7-mål, maximal storlek 5 x 2 m

Bollen

Storlek 5

- Om det blir något fel på bollen stoppas spelet och återupptas med ett nedsläpp där den ursprungliga bollen blev felaktig
- Om det blir något fel på bollen vid avspark, inspark, hörnspark, frispark, straffspark eller sidlinjespark ska återupptagandet tas om.
- Om det blir något fel på bollen vid straffspark eller när den rör sig framåt och innan den vidrört spelare, ribba eller målstolparna, ska straffsparken tas om.
- Bollen får inte bytas under matchen utan domarens tillstånd.

Spelare

Antal spelare: 5 utespelare inklusive 1 målvakt

Varje lag får ha maximalt 7 avbytare.

Antal byten

Antalet byten under en match är obegränsat.

Bytesprocedur:

Byten kan ske när spelet är stoppat.

Spelarbyten får ske under pågående spel, genom så kallade flygande byten.

Bytesproceduren är som följer:



- Den spelare som byts ut ska lämna spelplanen. Både in- och utträde sker på långsidan vid mittlinjen, om inte domaren tillåter något annat av säkerhetsskäl, vid skada etc.
- Den spelare som ska bytas in får inte beträda spelplanen förrän den spelare som ska bytas ut har lämnat spelplanen.

Alla utbytta spelare och avbytare är underställda domarens myndighet, oavsett om de spelar eller ej.

Byte av målvakt

Vilken som helst av spelarna eller avbytare får byta plats med målvakten om

- domaren informeras innan bytet görs och
- bytet görs under ett spelavbrott.

Regelbrott och bestraffningar

Om, medan ett byte görs, en avbytare går in på spelplanen innan den utbytta spelaren helt har lämnat:

- stoppas spelet;
- den utbytta spelaren instrueras att lämna spelplanen;
- spelet återupptas med frispark till motståndarlaget från den plats där bollen befann sig när spelet stoppades.

Om bollen befann sig i straffområdet, läggs frisparken 3 m från straffområdeslinjen, på den plats som är närmast där bollen befann sig när spelet stoppades.

- stoppas spelet;
- återupptas spelet med frispark till motståndarlaget från den plats bollen befann sig då spelet stoppades; utom om bollen befann sig i straffområdet, i vilket fall frisparken läggs 3 m från straffområdeslinjen närmast bollen då spelet stoppades.

Spelarnas utrustning

En spelare får inte använda utrustning eller bära något som är farligt.

Alla typer av smycken (halsband, ringar, armband, örhängen, läderband, gummiband etc.) är förbjudna och måste tas bort. Det är dock tillåtet att använda tejp för att täcka smycken som inte kan tas bort.

Obligatorisk utrustning

En spelares obligatoriska utrustning är:

- Numrerad tröja med ärmar
- Shorts eller träningsbyxor
- Strumpor
- Benskydd – för att ge rimligt skydd och ska täckas av strumporna
- Skor – lämpliga för spelplanen

Färger

- De två lagen måste bära färger som skiljer dem från varandra och domaren.



- Varje målvakt måste bära färger som skiljer sig från de andra spelarna och domaren.

Annan utrustning

Ofarlig skyddsutrustning, till exempel benskydd, huvudskydd, keps, ansiktsskydd samt knäoch armskydd som är gjorda av mjukt, stoppat lättviktsmaterial, är tillåtet.

Det är även tillåtet att använda sedvanliga glasögon och hörapparater.

Regelbrott och bestraffningar

För brott mot denna regel behöver spelet inte stoppas och spelaren

- instrueras av domaren att lämna spelplanen för att rätta till sin utrustning eller skaffa den saknade utrustningen.
- får inte återinträda på spelplanen utan domarens tillstånd, efter att denne kontrollerat att spelarens utrustning är korrekt.
- får endast återinträda på spelplanen när bollen är ur spel.

Spelare kan dock återinträda till spel när bollen är i spel måste spelaren vänta tills spelet stoppas för att domaren ska kunna kontrollera den felaktiga utrustningen.

Domaren

Domarens myndighet

Varje match leds av en domare som har full rätt att fatta beslut och se till att Spelreglerna följs i anslutning till i matchen.

Domarens beslut

Beslut ska fattas efter domarens bästa förmåga enligt Spelreglerna och "spelets anda".

Domarens beslut i fakta som rör spelet är slutgiltiga. Beslut tagna av domaren och övriga matchfunktionärer måste alltid respekteras.

Befogenheter och uppgifter

Domaren:

- ser till att Spelreglerna följs
- leder matchen.
- fungerar som tidtagare och för anteckningar om matchen och förser vederbörande myndighet med en matchrapport som inkluderar information om eventuella disciplinära åtgärder som vidtagits mot spelare och/eller lagfunktionärer och andra händelser som inträffat före, under eller efter matchen;
- övervakar och/eller anger spelets återupptagande.

Fördel

Domaren:

- tillåter spelet att fortsätta när ett regelbrott begås och det icke-felände laget kommer att vinna på fördelen samt bestraffar regelbrottet om den förväntade fördelen inte uppstår vid det tillfället eller inom några få sekunder.



Disciplinära åtgärder

Domaren:

- bestraffar det mer allvarliga regelbrottet vad gäller bestraffning, hur spelet återupptas, fysisk hårdhet och taktisk påverkan när mer än ett regelbrott sker samtidigt
- vidtar disciplinära åtgärder mot spelare som gör sig skyldiga till regelbrott som är varnings- eller utvisningsberättigade
- vidtar åtgärder mot lagfunktionärer som inte uppträder på ett ansvarsfullt sätt och kan, efter eget omdöme, utfärda varning (gult kort) eller utvisning (rött kort) från spelplanen och dess omedelbara omgivning;
- använder tidsbegränsade utvisningar (gult kort) för att tillfälligt utvisa spelare som begår regelbrott;
- i frånvaro av ytterligare matchfunktionär, ska domaren informera de tillfälligt utvisade spelarna när deras utvisningstid är slut.

Skador

Domaren:

- låter spelet fortsätta till dess bollen är ur spel om en spelare är, enligt domarens bedömning, endast lindrigt skadad;
- stoppar spelet om en spelare är allvarligt skadad och ser till att spelaren flyttas från spelplanen;
- ser till att spelare som blöder lämnar spelplanen;
- tillåter den skadade spelaren att stanna på spelplanen för att behandlas snabbt, om straffspark har dömts och den skadade spelaren kommer att vara straffsparksläggare.

Yttre störning

Domaren:

- stoppar, uppskjuter eller avbryter matchen för brott mot Spelreglerna eller på grund av yttre störning;
- tillåter inga obehöriga personer på spelplanen.
- Rapportera alla överträdelser av någon av lagets spelare eller funktionärer i tekniska området, dvs bankområdena, till domaren.
- Utföra andra uppgifter som domaren begär.

Speltid

- Matchtid vid turneringar är 1 x 18 minuter.
- Speltid som gått förlorad vid stopp i spelet ska läggas till i varje halvlek.
- Om en straffspark ska läggas eller tas om ska halvleken förlängas fram till dess straffsparken är fullbordad.

Spelets start och återupptagande

En avspark startar i en match och återupptar spelet efter att ett mål har gjorts.

Frisparkar, straffsparkar, sidlinjespark, inspark och hörnsparck är andra sätt att återuppta spelet

Ett nedsläpp är ett spelåterupptagande när domaren stoppat spelet.



Avspark

Tillvägagångssätt

- Domaren singlar slant och det lag som vinner slantsinglingen bestämmer vilket mål det ska spela mot i matchen eller att lägga avsparken
- Beroende på ovanstående, lägger motståndarlaget avsparken eller bestämmer vilket mål det ska spela mot i matchen

Vid avspark:

- alla spelare, utom den som lägger avsparken, måste vara på sin egen planhalva;
- motspelarna till det lag som lägger avsparken måste vara minst 3 meter från bollen tills den är i spel;
- bollen ska ligga stilla på mittpunkten;
- domaren ger signal, bollen är i spel när den blivit sparkad och tydligt rör sig;
- ett mål kan inte göras direkt på motståndarlaget från avsparken; om bollen går direkt i motståndarlagets mål, döms inspark till motståndarlaget.
- om bollen går direkt i avsparksläggarens mål, döms hörnspark till motståndarlaget.

Regelbrott och bestraffningar

Om den som lägger avsparken vidrör bollen en andra gång innan den har vidrört en annan spelare, tilldöms en frispark. Vid andra brott mot tillvägagångssättet tas avsparken om.

Nedsläpp

Tillvägagångssätt:

Domaren gör nedsläpp till en spelare i det lag som sist vidrörde bollen, på den plats där den sist vidrörde en spelare eller en matchfunktionär.

Alla andra spelare i båda lagen måste vara minst 3 meter från bollen till dess den är i spel.

Om bollen var i straffområdet när spelet stoppades, görs nedsläppet till det försvarande lagets målvakt i straffområdet.

Bollen är i spel när den vidrör marken.

Regelbrott och bestraffningar

Nedsläppet görs på nytt om bollen:

- vidrör en spelare innan den vidrör marken;
- hamnar utanför spelplanen efter att den har vidrört marken, utan att den vidrört en spelare.

Om ett nedsläpp går i mål utan att vidröra minst två spelare, återupptas spelet med:

- inspark om bollen går in i motståndarnas mål;
- hörnspark om bollen går in i det egna lagets mål.

Bollen i och ur spel

Bollen är ur spel när:

- den helt har passerat över mållinjen eller sidlinjen, på marken eller i luften;



- domaren stoppat spelet;
 - den vidrör en matchfunktionär, blir kvar på spelplanen, och ett lag startar ett lovande anfall eller bollen går direkt i mål eller bollen i målet byter lag.
- I alla dessa fall återupptas spelet med nedsläpp.

Bollen i spel

Bollen är i spel vid alla andra tillfällen när den rör en matchfunktionär och när den studsar från en målstolpe, ribba, hörnflaggstång och blir kvar på spelplanen.

Mål

Fastställande av matchens resultat

Ett mål är gjort när hela bollen passerat mållinjen, mellan målstolparna och under ribban, förutsatt att inget regelbrott begåtts av det lag som gjort målet.

Målvakten får inte göra mål på motståndarlaget. Undantaget från detta är vid straffsparkstävling. Om målvakten spelar bollen direkt i motståndarlagets mål, återupptas spelet med inspark till motståndarlaget.

Vinnande lag

Det lag som gjort de flesta målen under en match är vinnare. Om inget av lagen gjort några mål eller om båda lagen gjort lika många mål, är matchen oavgjord i gruppspelen.

När tävlingsreglerna föreskriver att ett vinnande lag ska utses efter en oavgjord match eller som slutat lika, är den enda tillåtna metoden att avgöra vilket lag som vinner straffsparkstävling vid slutspel

Straffsparkstävling

Straffsparkar genomförs efter att matchen har slutat och, om inte annat anges, gäller de tillämpliga

Spelreglerna.

Tillvägagångssätt

- Om det inte finns andra skäl (t.ex. planförhållanden, säkerhet etc.) singlar domaren slant för att avgöra vid vilket mål straffsparkarna ska läggas, vilket endast får ändras av säkerhetsskäl eller om målet eller spelytan blir oanvändbara.
- Domaren singlar slant på nytt och det lag som vinner slantsinglingen avgör om det ska läggas den första eller andra straffsparken.
- Domaren noterar vilka straffsparkar som genomförs och resultatet av dessa.
- Fem straffsparkar ska läggas växelvis av varje lag.
- Endast spelare som är på spelplanen eller som tillfälligt är utanför spelplanen (skadade, justerar utrustning, tidsbegränsat utvisade etc.) vid matchens slut får lägga straffsparkar.



- Om vid matchens slut och före eller under straffsparkstävlingen ett lag har fler spelare än motståndarlaget, måste det reducera sitt antal så att det blir lika som motståndarlaget, samt informera domaren om namn och nummer på alla spelare som utesluts.
- Om, innan båda lagen lagt fem straffsparkar, ett lag gjort fler mål än vad det andra laget kan göra, även om det skulle lägga sina fem straffsparkar, ska inga fler straffsparkar läggas.
- Om båda lagen har tagit sina straffsparkar och gjort samma antal mål, fortsätter straffsparkarna i samma ordning tills ett lag har gjort ett mål mer än det andra laget efter samma antal straffsparkar.
- En berättigad spelare får byta plats med målvakten.
- Endast berättigade spelare och matchfunktionärer är tillåtna att vara på spelplanen.
- Alla berättigade spelare, utom den som lägger straffen och de två målvakterna, måste uppehålla sig på den motsatta planhalvan.
- En målvakt som inte kan fortsätta före eller under straffsparkarna får ersättas av en spelare som uteslutits för att utjämna antalet spelare. Den ersatta målvakten får inte längre delta och får inte lägga en straffspark.

Offside

Offside tillämpas inte i gåfotboll.

Otillåtet spel och Olämpligt uppträdande

Gåfotboll är en version av fotboll utan avsiktlig kroppskontakt.

Regel kring gång

I gåfotboll tillåts spelare endast att gå. Att gå definieras som att spelaren alltid har minst en fot i kontakt med marken. Målvakten får i sitt straffområde hoppa och/eller kasta sig. Målvakten behöver då inte ha någon fot i kontakt med marken.

Regelbrott och bestraffningar

Om en spelare springer tilldelas motståndarlaget frispark, såvida inte laget har bollen i besittning och en tydlig fördel. Då ges fördel och spelaren som bröt mot regeln får en tillsägelse vid nästa spelavbrott.

En spelare som bryter mot regeln om att springa ges en tillsägelse av domaren. En och samma spelare får maximalt två tillsägelser. Om spelaren springer en tredje gång utdelas gult kort och spelaren får en tillfällig utvisning på 3 minuter.

Höjdrestriktion

Maximal tillåten höjd för bollen är målribbens höjd.

Syftet med regeln är att minska risken för huvudskador.

Det är ett regelbrott när bollen passerat höjdrestriktionen.

Om en utespelare sparkar bollen på en motspelare och bollen sedan överstiger höjdgränsen döms frispark till det lag vars spelare sköt bollen.



Om målvakten orsakar ett brott mot höjdrestriktionen, får motståndarlaget frispark 3 m från straffområdeslinjen närmast där förseelsen skedde.

Undantag från denna regel är om en räddning eller blockering sker av målvakten och bollen stiger över tillåten höjd. I detta fall återupptar målvakten spelet med inspark. Om bollen går över ribban i samband med en räddning av målvakt döms hörnspark

Regel kring fysisk kontakt

Gåfotboll präglas av minimal kroppskontakt mellan spelarna. Alla former av tacklingar och avsiktlig fysisk kontakt är förbjuden. Det är även förbjudet att utan fysisk kontakt hindra en motspelares förflyttning.

Regelbrott och bestraffningar

Om en spelare avsiktligt bryter mot regeln om fysisk kontakt tilldelas motståndarlaget frispark, såvida inte laget har bollinnehavet och en tydlig fördel. Då ges fördel och spelaren som bröt mot regeln får en tillsägelse vid nästa spelavbrott.

Frispark vid regelbrott

Frispark döms om en spelare begår något av följande regelbrott mot en motspelare på ett sätt som av domaren anses vara oaktsamt, vårdslöst eller utfört med överdriven kraft:

- hoppar mot en spelare; sparkar eller försöker sparka en spelare; knuffar en spelare slår eller försöker slå en spelare (inklusive skallning);
- fäller eller försöker fälla en spelare;
- tacklar med foten;
- tar bollen från en motspelare bakifrån mellan benen;

En frispark döms också om en spelare begår något av följande regelbrott:

- springer;
- rör bollen mer än fem gånger utan att bollen spelas av en annan spelare
- en anfallsspelare går in i motståndarnas straffområde avsiktligt med inverkan på spelet
- nickar bollen medvetet eller omedvetet;
- håller fast en motspelare;
- biter eller spottar på någon;
- glider för att spela bollen när den spelas eller försöker spelas av en motspelare (glidtackling)
- spelar liggande; ;
- avsiktligt rör bollen med sin hand/arm, t.ex. rör handen eller armen mot bollen;
- rör bollen med sin hand/arm när handen/armen har gjort kroppen onaturligt större;
- gör mål i motståndarlagets mål direkt från sin hand/arm, även om det är oavsiktligt eller om bollen omedelbart dessförinnan rört spelarens hand/arm, även om det var oavsiktligt;
- slår eller sparkar ett föremål på bollen, en motspelare eller matchfunktionär eller tar kontakt med bollen med ett föremål som hålls i handen samt om ett lag har för många spelare på planen.

En frispark döms också om, enligt domarens bedömning, en spelare:

- spelar på ett farligt sätt;



- hindrar en motspelares förflyttning utan kontakt;
- gör sig skyldig till avvikande mening, använder stötande, förolämpande eller smädligt språk och/eller handlingar eller andra verbala regelbrott;
- förhindrar målvakten från att spela ut bollen från händerna eller sparkar eller försöker sparka bollen när målvakten är på väg att spela ut den;
- bryter mot höjdrestriktionen;
- begår något annat regelbrott, som inte nämnts i Spelreglerna, för vilket spelet stoppas för att tillfälligt eller permanent visa ut en spelare.

En frispark döms också om målvakten, innanför sitt straffområde, begår något av följande regelbrott:

- vidrör eller kontrollerar bollen med händerna/armen eller fötterna, i straffområdet, i mer än sex sekunder;
- får tillbaka bollen direkt från en medspelare som målvakten spelat bollen till utan att bollen vidrörts av minst två medspelare eller en motspelare
- låter bollen ligga stilla i mer än sex sekunder i straffområdet utan att röra den
- sätter bollen i spel med ett överhandskast.

För dessa regelbrott begångna av målvakten tilldelas motståndarlaget en frispark 3 meter från straffområdeslinjen på den punkt närmast där förseelsen skedde.

Disciplinära åtgärder

Användningen av tillfällig utvisning genom ett gult kort och permanent utvisning genom ett rött kort är rekommenderade disciplinära åtgärder i gåfotboll.

Domaren bör använda tillfälliga utvisningar (gult kort) för alla fall som traditionellt betraktas som varningsbara förseelser.

De alternativ som finns tillgängliga för domaren att använda som disciplinär åtgärd är följande:

- En spelare tilldelas ett gult kort och är tillfälligt utvisad i 5 minuter.
- En spelare tilldelas ett rött kort och är utvisad för resten av matchen.

En förseelse som leder till ett gult kort ska alltid åtföljas av en tillfällig utvisning från spelet.

Den tillfälliga utvisningens längd är normalt fem minuter.

Tillstånd att återinträda i spelet av spelare från en tillfällig utvisning sker på domarens eller annan matchfunktionärs tecken.

En tillfälligt utvisad spelare skall befinna sig på av domaren anvisad plats.

En permanent utvisad spelare får inte befinna sig i närheten av det tekniska området (spelarbänkarna), men får se matchen från den plats som domaren anvisar.



Varningsberättigade regelbrott

En spelare som blir tilldelad det gula kortet blir tillfälligt utvisad från spel och ska informeras att spelaren ska vara utvisad i (minst) fem minuter.

Spelaren som blir utvisad ska lämna spelplanen till en av domaren anvisad plats under utvisningstiden. Det lag som spelaren tillhör ska spela med en spelare färre under utvisningstiden. En utvisad spelare ska bli informerad av domaren när spelaren är tillåten att återinträda i spelet. Återinträde får endast ske när bollen är ur spel.

En spelare tilldelas ett gult kort och utvisas tillfälligt från spelet om spelaren begår någon av följande förseelser:

- olämpligt uppträdande
- visar avvikande mening med ord eller handling
- begår upprepade regelbrott
- försenar omstart av spelet genom att:
 - o verka vilja ta en sidlinjespark, men plötsligt lämnar det åt en lagkamrat
 - o onödigt fördröja spelets återupptagande
 - o sparka eller bära bort bollen eller avsiktligt röra bollen efter att domaren har stoppat spelet
 - o lägga en sidlinjespark från fel position för att tvinga fram en omtagning
 - o försena att lämna spelplanen vid byte (Not. Ej tillämpligt vid flygande byte)
- inte respekterar det föreskrivna avståndet när spelet återstartas med frispark, straffspark, sidlinjespark, inspark eller hörnsparck
- inträder, återinträder eller avsiktligt lämnar spelplanen utan domarens tillstånd
- otillåtet inträder med syfte att förhindra en målchans
- springer en tredje gång efter två föregående tillsägelser

Ett gult kort tilldelas även en spelare som inträder på spelplanen, om laget därmed får för många spelare.

Utvisningsberättigade regelbrott (rött kort)

En spelare tilldelas ett rött kort och är utvisad för resten av matchen, och laget ska spela med en spelare färre under återstående del av matchen, om spelaren begår någon av följande förseelser:

- allvarligt otillåtet spel, dvs använder överdriven kraft – när en spelare använder mer kraft än vad som behövs och på så vis kan skada en motspelare
- våldsamt eller obehärskat uppträdande
- biter eller spottar på någon
- förhindrar ett mål eller en uppenbar målchans för motståndarlaget genom hands (gäller inte för målvakt inom sitt eget straffområde)
- förhindrar ett mål eller en uppenbar målchans för en motspelare genom ett regelbrott
- använder stötande, förolämpande eller smädligt språk och/eller handlingar
- får ett andra gult kort i samma match



Om spelet stoppas för att en spelare ska lämna spelplanen utan att ha begått något ytterligare regelbrott, återupptas matchen med en frispark till motståndarlaget på den plats som förseelsen begicks. Om förseelsen skedde inom straffområdet, läggs frisparken 3 meter från straffområdeslinjen närmast den plats förseelsen skedde.

Frispark

Alla frisparkar är indirekta.

På en indirekt frispark kan mål endast göras om bollen först spelas av en annan spelare. Att bollen styrs på eller räddas av en spelare eller målvakt räknas inte som att bollen spelats av den spelaren.

Boll som går i mål

- Om en frispark sparkas direkt i motståndarlagets mål, döms inspark
- Om en frispark sparkas direkt i det egna lagets mål, döms hörnspark

Tillvägagångssätt

Alla frisparkar läggs från den plats där regelbrottet inträffade, utom:

- Frispark till anfallande lag som tilldelas mindre än 3 meter från straffområdet, läggs 3 meter från straffområdeslinjen på den punkt som är närmast där regelbrottet inträffade;
- Frispark för regelbrott som begåtts av målvakten inom eget straffområde läggs 3 meter från straffområdeslinjen på den punkt som är närmast där regelbrottet inträffade
- Vid en frispark till det försvarande laget inom eget straffområde ges bollen till målvakten som sätter igång spelet genom att rulla ut bollen.

Bollen:

- ska ligga stilla och den som lägger frisparken får inte vidröra bollen igen förrän den har vidrört en annan spelare.
- är i spel när den blivit sparkad och tydligt rör sig. Undantaget är vid en frispark i eget straffområde, då bollen är i spel när den lämnat straffområdet.

Fram till dess bollen är i spel ska alla motspelare vara minst 3 meter från bollen.

Regelbrott och bestraffningar

- Om en motspelare, när en frispark läggs, är närmare bollen än 3 meter, ska frisparken tas om såvida inte fördel kan tillämpas.
- Om den som lägger frisparken vidrör bollen en andra gång innan den har vidrört en annan spelare, tilldelas motståndarlaget en frispark.

Straffspark

En straffspark döms för följande regelbrott:

- En utspelare i det försvarande laget går avsiktligt in i sitt eget straffområde.
- En målvakt begår inom sitt straffområde något av de regelbrott som leder till utvisning
- En målvakt lämnar avsiktligt sitt eget straffområde.



En lag-straffspark döms också mot det lag som begår fem regelbrott i en och samma halvlek.

Alla regelbrott där domaren dömer frispark räknas, utom brott mot höjdrestriktionen.
Efter det femte regelbrottet börjar räkningen om.

Mål får göras direkt på straffspark.

Tidstilllägg skall göras för att en straffspark ska kunna läggas i slutet av varje förlängningsperiod.

Tillvägagångssätt

- Bollen måste ligga stilla på straffpunkten och målstolparna, ribban samt målnätet får inte röra sig.
- Spelaren som lägger straffsparken ska vara tydligt identifierad.
- Den försvarande målvakten ska bli kvar på mållinjen, vänd mot straffsparksläggaren, mellan målstolparna, utan att röra vid målstolparna, ribban eller nätet till dess bollen har sparkats.
- När bollen spelas måste den försvarande målvakten ha åtminstone en del av ena foten som vidrör eller är i linje med, eller bakom, mållinjen.
- Övriga spelare utom den som lägger straffsparken och målvakten, måste vara: minst 3 meter från bollen; bakom straffpunkten; inne på spelplanen; utanför straffområdet.
- Den spelare som lägger straffsparken: måste sparka bollen framåt; får inte spela bollen igen förrän den har vidrört en annan spelare; måste börja sin ansats med båda fötterna på marken högst 2 meter från bollen.
- Bollen är i spel när den blivit sparkad och tydligt rör sig. Straffsparken är fullbordad när bollen upphör att röra sig, går ur spel eller när domaren stoppar spelet för något regelbrott.

Regelbrott och bestraffningar

När domaren har givit signal att straffsparken får läggas, så måste straffsparken läggas.

Om, innan bollen är i spel, något av följande inträffar:

- En spelare från det försvarande laget begår ett regelbrott:
- Om bollen går i mål, döms mål;
- Om bollen inte går i mål, tas straffsparken om;
- En lagkamrat till spelaren som lägger straffsparken begår ett regelbrott
Om bollen går i mål, tas straffsparken om;
Om bollen inte går i mål, tilldelas försvarande lag får frispark i straffområdet
- Den spelare som lägger straffsparken begår ett regelbrott efter att bollen är i spel:
En frispark tilldelas försvarande lag i straffområdet
- Finta att sparka bollen när straffsparksläggaren fullbordat ansatsen är inte tillåtet (fintning under ansatsen är tillåtet)
- Domaren tilldelar straffsparksläggaren ett gult kort och en frispark tilldelas



försvarande lag på straffpunkten.

Sammanfattande tabell

Resultat av straffspark Mål Ej mål

Inträde av anfallsspelare Straffsparken tas om Frispark Inträde av försvarande spelare Mål Straffsparken tas om

Regelbrott av målvakt Mål Straffsparken tas om och varning till målvakten

Bollen spelas bakåt Frispark

Frispark

Otillåten fintning Frispark och varning till straffsparksläggaren

Frispark och varning till straffsparksläggaren

Fel straffsparksläggare Frispark och varning till fel straffsparksläggare

Frispark och varning till fel straffsparksläggare

Otillåten ansats till bollen Frispark

Sidlinjespark

En sidlinjespark är ett sätt att återuppta spelet.

Ett mål kan inte göras direkt från sidlinjespark.

En sidlinjespark döms:

- när hela bollen passerar över en sidlinje, antingen på marken eller i luften;
- från den plats där den passerade sidlinjen;
- till motspelarna till den spelare som sist rörde bollen;

Om spelplanen omgärdas av sarger, tillämpas ej sidlinjespark. När bollen lämnar spelplanen återstartas spelet med inspark av den målvakt, på vars planhalva bollen var då den lämnade spelplanen.

Tillvägagångssätt Bollen:

- måste ligga stilla på sidlinjen, eller 2 meter in på spelplanen om sarger används
- får sparkas i vilken riktning som helst.

Spelaren som lägger sidlinjesparken måste ha en del av båda fötterna på sidlinjen eller utanför spelplanen när sidlinjesparken sker.

Motståndarlagets spelare måste vara minst 3 meter från platsen där sidlinjesparken läggs.

Spelaren som lägger sidlinjesparken får inte spela bollen en andra gång innan den har vidrört en annan spelare.

Bollen är i spel när den blivit sparkad och tydligt rör sig.

Regelbrott och bestraffningar

Sidlinjesparken görs om av en spelare i motståndarlaget om:



- sidlinjesparken utförs felaktigt;
- sidlinjesparken läggs från en annan plats än där bollen passerade sidlinjen, eller där domaren visade om sargen används

En frispark tilldelas motståndarlaget om spelaren som lägger sidlinjesparken vidrör bollen en andra gång innan den vidrört en annan spelare.

Inspark/Målvaktsutkast

Inspark/Målvaktsutkast är ett sätt att återuppta spelet då bollen gått ur spel eller när målvakten fångat bollen under spel.

Mål kan inte göras direkt på inspark/målvaktsutkast.

Inspark/Målvaktsutkast döms när:

- hela bollen, efter att ha rört en spelare från det anfallande laget, passerat över mållinjen, antingen på marken eller i luften, och inget mål gjorts.
- en spelare går in i motståndarlagets straffområde.

Inspark/Målvaktsutkast ska även ske när målvakten fångat bollen under spel.

Tillvägagångssätt

- Motståndarlagets spelare måste befinna sig utanför straffområdet.
- Målvakten får inte spela bollen en andra gång innan den har vidrört en annan spelare.
- Bollen är i spel när den antingen rullats eller kastats med underhandskast eller legat still och sparkats från en punkt inom straffområdet av den försvarande målvakten.

Regelbrott och bestraffningar

Om bollen inte rullas, kastas eller sparkas ut ur straffområdet, tas insparken om.

Om målvakten rör bollen en andra gång innan den vidrört en annan spelare, tilldelas motståndarlaget en frispark 3 meter från straffområdeslinjen på den punkt närmast där förseelsen skedde.

Om bollen avsiktligt sparkas till målvakten från en medspelare under pågående spel, får målvakten både spela vidare bollen med fötterna och ta upp den med händerna.

Om målvakten, efter att ha spelat bollen, rör bollen igen innan den vidrört minst två medspelare eller en motspelare, tilldelas motståndarlaget en frispark 3 meter från straffområdeslinjen på den punkt närmast där förseelsen skedde.

Om målvakten fördröjer spelet genom att inte spela vidare bollen kan domaren först uppmana målvakten att snabbare spela bollen. Om målvakten inte följer domarens uppmaning ska en frispark tilldömas motståndarlaget tre meter från straffområdeslinjen

Hörnspark

En hörnspark är ett sätt att återuppta spelet.

Mål kan göras direkt från hörnspark, men endast på motståndarlaget.

En hörnspark döms när hela bollen passerar över mållinjen på marken eller i luften, efter att sist ha vidrörts av en spelare i det försvarande laget, och mål inte gjorts.



Tillvägagångssätt

- Bollen placeras vid planens markerade hörn närmast den punkt där bollen passerade mållinjen.
- Motståndarna måste uppehålla sig minst 3 meter från bollen tills den är i spel.
- Bollen ska ligga stilla och sparkas av en spelare från det anfallande laget.
- Bollen är i spel när den blivit sparkad och tydligt rör sig
- Hörnsparkläggaren får inte vidröra bollen igen innan vidrörts av en annan spelare.

Regelbrott och bestraffningar

En frispark tilldelas motståndarlaget om spelaren som lägger hörnsparken vidrör bollen igen innan den har vidrörts av en annan spelare.

Vid alla andra brott mot denna regel ska hörnsparken tas om.

Tävlingskommitté

Som avgör vid protestärenden, kontakta sekretariatet. 1000 kr protestavgift.