

Regler 5-er fotball 2023

De vanlige spilleregler, offisielle beslutninger og nordiske retningslinjer, gjelder med følgende unntak:

1. SPILLEBANEN

- Straffesparkfeltet: Straffesparkfeltet er 7 meter fra mål.
- Målfeltet: Som målfeltet regnes straffesparkfeltet.
- Straffesparkmerket: Rett foran hvert mål på 7-meter-linjen.

2. BALLEN

5 skal benyttes

3. SPILLERNE

1. Antall: Maksimum 5 spillere fra hvert lag, medregnet målvakt, på banen samtidig.
2. Innbyttene: Hvert lag kan stille med fritt antall innbyttene.
3. Innbytte: Innbytte kan skje når som helst under spillets gang. Unntak for målvakten som kun kan skiftes ved stopp i spillet. Innbytte må foregå fra innbyttersonen. Ny spiller kan ikke komme inn før den som skal erstattes har passert sidelinja i innbyttersonen.
4. Øvrige særbestemmelser: Det må være 4 spillere på banen fra hvert lag, før kampen kan settes i gang. Kampen skal avbrytes hvis et av lagene p.g.a. utvisninger/skader ikke har minst en utespiller og en målvakt på banen. Telemark bedriftsidrettskrets avgjør da utfallet av kampen.

Unntak:

Skulle det p.g.a. rødt kort bli færre enn 2 spillere igjen på banen for ett av lagene, skal soningen av den siste utvisningen utsettes til ny spiller kan settes inn.

5. Straff: Kommer en spiller under ”flyvende bytte” inn på banen før den som skal erstattes er helt utenfor sidelinjen, kan dommeren gi gult kort. Bytter en eller begge spillerne utenfor sonen, kan dommeren gi gult kort til begge.

I begge tilfeller er det opp til dommeren å vurdere om kampen skal stoppes. Hvis dommeren stopper kampen, skal spillet gjenopptas med et indirekte frispark fra det sted ballen var da kampen ble stoppet.

Unntak:

Skjedde feil innbytte når ballen var i straffesparkfeltet, skal det indirekte frisparket tas fra det nærmeste punkt på 6-meter-linjen.

4. DOMMEREN

Som i de vanlige spillereglene.

5. SPILLERENS UTSTYR

1. Fottøy: Fotballsko anbefales. Det spilles på kunstgress både ute og inne.

2. Trøyer: Lagene stiller med lagdrakt som har nummer på rygg. Lagene stiller også med egne overtrekkvester tilfelle lagene har lik farge.
Leggskinner skal benyttes!

6. SPILLETS VARIGHET

Det spilles 2 kamper per kveld med 30 min pause mellom kampene. Kampen spilles 2x14 min og 1min pause mellom omgangen.

7. SPILLETS BEGYNNELSE

Motstanderne må være minst 3 meter fra ballen. Dømmes indirekte frispark fordi den spiller som tok avsparket berører ballen før en annen spiller, og berøringen skjer innenfor straffesparkfeltet, skal frispark tas fra nærmeste punkt på 6-meter-linjen.

8. BALLEN I OG UTE AV SPILL

Ballen er ute av spill når den treffer taket. Det gis da indirekte frispark. Ballen er også ute av spill dersom ball eller en del av kroppen berører duk som skiller baner.

9. NÅR MÅL GJØRES

Som i de vanlige spillereglene.

10. OFFSIDE

Offsideregelen anvendes ikke.

11. FEIL OG OVERTREDELSE

1. Direkte frispark:

I tillegg til de forseelser som i henhold til de vanlige spille-reglene skal straffes med direkte frispark (ev. straffespark), skal direkte frispark også dømmes dersom en spiller angriper en spiller med skulderen

2. Indirekte frispark: Indirekte frispark skal dømmes etter de vanlige reglene, unntatt punkt 1 a over.
Indirekte frispark gis til motstander dersom ballen treffer taket.
3. Advarsel: Advarsler kan gis av dommer.
4. Utvisning: Det gis kun gule kort, og ikke utvisning i 2 minutter som tidligere.
2 gule kort fører til rødt kort.
Ved rødt kort må laget spille med færre spillere i resten av pågående kamp, men utvist spiller kan spille neste kamp samme kveld eller runde.

12. FRISPARK

Indirekte frispark skal tas fra det nærmeste punkt på 6-meters-linjen dersom forseelsen finner sted innenfor straffesparkfeltet. Motspillerne må være minst 5 meter fra ballen ved frispark. Om dette ikke overholdes, skal spiller som står for nære gis 2 min. utvisning. Hvis et lag drøyer mer enn 4 sekunder med å ta et frispark, skal motstanderen tildeles frisparket.

13. STRAFFESPARK

Ingen endringer bortsett fra at alle spillerne unntatt den som tar sparket, må være minst 5 meter fra straffesparkmerket.

14. INNKAST

Innkast erstattes med innspark. Det kan ikke gjøres mål direkte fra innspark.

- a. Ballen skal ligge i ro i det innsparket tas.
- b. Motspillerne må være minst 5 meter fra ballen.
- c. Er ikke innsparket tatt innen 4 sekunder, overtar motstander innsparket.
- d. Berører den som tok innsparket ballen igjen før den blir berørt av en annen spiller, skal det dømmes indirekte frispark. Skjer forseelsen innenfor straffesparkfeltet, skal det indirekte frisparket tas fra nærmeste punkt på 6-meters-linjen.
- e. Det er ikke lov å berøre veggene under spilllets gang. Dette vil medføre indirekte frispark til motstander.

15. MÅLSPARK

Målspark erstattes med målkast. Dette kan kun utføres av målvakten som

- a. må stå innenfor eget straffesparkfelt
 - b. ikke kan kast lenger enn midten.
 - c. må sette ballen i spill innen 4 sekunder
- Målkastet er derimot korrekt dersom ballen – før den kommer inn på motstanders halvdel – treffer gulvet eller berører spiller utenfor straffesparkfeltet. Ballen er i spill når den har passert 6-meters-linjen. Motspillere kan ikke gå inn i straffesparkfeltet etter av de har spilt ballen over mållinjen og før den er i spill igjen.

Straff:

- a. Hvis ballen passerer midtlinjen uten å ha vært i berøring med en annen spiller eller gulvet, skal motparten tildeles et indirekte frispark fra et fritt valgt sted på midtlinjen.
- b. Blir ballen berørt av med- eller motspiller før den har kommet utenfor 6-meters-linja, skal målkastet tas om igjen.
- c. Bruker målvakten mer enn 4 sekunder for å sette ballen i spill, tildeles motstanderen et indirekte frispark fra det nærmeste punktet på 6-meters-linjen.
- d. Dersom målvakten etter å ha satt ballen i spill, får et tilbakespill fra en medspiller før ballen har vært over midtlinjen, kan han ikke ta den med hendene. Gjør han det, tildeles motstander indirekte frispark fra det nærmeste punktet på 6-meters linjen hvor målvakten tok i ballen.
- e. Motspiller som går inn i straffesparkfeltet etter at hans lag har spilt ballen over mållinjen og før ballen er satt i spill igjen, skal spilleren få gult kort.

17. HJØRNESPARK

Hjørnespark skal tas fra det stedet hvor vantet og kortlinjen møtes. Motspillerne skal være minst 5 meter fra ballen.

Straff:

- a. Blir ikke hjørnesparket korrekt utført, skal det tas om igjen.
- b. Om hjørnesparket ikke er utført innen 4 sekunder, tildeles motstanderen et indirekte frispark.

18. SKLITAKLING

Det er ikke tillatt med sklitakling på kampene som spilles innendørs i Skjærgårdshallen, men det er tillatt med sklitakling utendørs på Tollnes. Sklitakling skal utføres med forsiktighet og ved bruk av skjønn.

Årsak til ulikhet er at underlaget er hardere innendørs. Kunstgress er tykkere og på betong. Kunstgress utendørs er av annen kvalitet og på jord. Vi ser en høyere risiko for unødvendig skade ved sklitakling innendørs.

Straff:

- a. Sklitakling innendørs gir gult kort
- b. Sklitakling utendørs som dommer anser som uforsiktig og gir unødvendig fare for skade kan gis advarsel og/eller gult kort.

19. FAIR PLAY

Det stilles krav til at spillere utøver fair play over medspiller, motstander, dommer og arrangør. Vold, krenkelse og rasisme er ulovlig og gis ingen slingringsmonn. Bedriftsserien skal være ren og er underlagt antidoping Norge sine regler.

Straff:

- a. Direkte rødt kort. Utestengelse av spiller eller lag kan bli videre konsekvens.
- b. Ved hissig ordbruk som banning kan sees med slingringsmonn, og bedømmes av dommer med advarsel, gult kort eller direkte rødt kort om uttrykket er personlig til spiller eller dommer.