



**Stockholms  
Fotbollförbund**

**S:t ERIKS CUPEN**



**SPELREGLER**

**FÖR**

**5- OCH 7-MANNAFOTBOLL**

**inom Stockholms fotbollsdistrikt**

**2018**

# Förord

Hej!

Detta är en förenklad version av de officiella reglerna, som vi har bearbetat speciellt för dig som nybörjardomare. Tanken är att du på ett enkelt sätt skall kunna lära dig grunderna i att döma fotboll och dessutom bli intresserad av att vidareutbilda dig. Spelreglerna för 5- och 7-mannafotboll är framtagna speciellt för Stockholms distrikt och ska tillämpas i S:t Eriks-Cupen och kan även användas i ungdomstävlingar arrangerade inom Stockholms Fotbollförbund. Dessa regler är ett verktyg för domaren och måste läsas flera gånger så att du känner dig säker när du är på plan för att tjänstgöra som domare. Dessutom ger dessa regler dig förkunskaper inför vidareutbildning i 9- och 11-mannafotboll.

Ha glädje av denna regelbok och lycka till.

Stockholm januari 2018

Domarkommittén



## Innehållsförteckning:

Förord.....	2
REGEL 1 – SPELPLANEN.....	4
REGEL 2 – BOLLEN .....	7
REGEL 3 – SPELARNÄ .....	8
REGEL 4 – SPELARNAS UTRUSTNING.....	10
REGEL 5 – DOMAREN .....	12
REGEL 6 – ÖVRIGA MATCHFUNKTIONÄRER (Ej aktuellt för 5- och 7-mannafotboll)	
REGEL 7 – SPELTIDEN .....	16
REGEL 8 – SPELETS START OCH ÅTERUPPTAGANDE .....	17
REGEL 9 – BOLLEN I SPEL OCH UR SPEL .....	19
REGEL 10 – FASTSTÄLLANDE AV MATCHENS RESULTAT .....	20
REGEL 11 – OFFSIDE (Ej aktuellt för 5- och 7-mannafotboll)	
REGEL 12 – OTILLÅTET SPEL OCH OLÄMPLIGT UPPTÄDANDE .....	21
REGEL 13 – FRISPARK.....	27
REGEL 14 – STRAFFSPARK.....	29
REGEL 15 – INKAST.....	31
REGEL 16 – INSPARK.....	32
REGEL 17 – HÖRNSPARK .....	33
Domarens tecken .....	34

**Komplett regelbok (Spelregler för fotboll 2018) finns att ladda ner från Svenska Fotbollförbundets hemsida:**

**[www.svenskfotboll.se/domare/regelsupporten/](http://www.svenskfotboll.se/domare/regelsupporten/)**

# REGEL 1 – SPELPLANEN

Spelplanen måste vara rektangulär. Sidlinjen måste vara längre än mållinjen.

## Mått 5-manna

Längd: lägst 30 m, högst 40 m

Bredd: lägst 15 m, högst 20 m

## Mått 7-manna

Längd: 65 m rekommenderas

Bredd: 45 m rekommenderas

## Markeringar på spelplanen

Spelplanen är markerad med linjer. Dessa linjer tillhör de områden de avgränsar.

De två långa gränslinjerna kallas sidlinjer. De två korta linjerna kallas mållinjer.

Ingen linje får vara bredare än 12 cm.

Spelplanen delas i två halvor av en mittlinje.

Mittpunkten markeras på mittlinjens mitt. En cirkel med radien 5 m markeras runt den.

En spelare får inte göra egna markeringar på spelplanen.

## Målområdet

### 5-Manna

Målområdet sammanfaller med straffområdet.

### 7-Manna

Målområde 16 x 5,5 m, behöver inte markeras.

## Straffområdet

### 5-Manna

Straffområde 15 x 8 m.

I varje straffområde markeras en straffpunkt 4,5 m (=1,5 gånger målets bredd) från en punkt mitt mellan målstolparna och på samma avstånd från dem.

### 7-Manna

Straffområde 29 x 12 m.

I varje straffområde markeras en straffpunkt 7,5 m (=1,5 gånger målets bredd) från en punkt mitt mellan målstolparna och på samma avstånd från dem.

## **Målen**

Målen måste placeras på varje mållinjes mitt.

Målet består av två vertikala stolpar på samma avstånd från hörnflaggstängerna och sammanbinds i toppen av en horisontell ribba.

Målstolparna och ribban måste vara av godkänt material. De ska vara kvadratiska, rektangulära, runda eller elliptiska och de får inte vara farliga.

Målstolparna och ribban måste vara vita och ha samma bredd och djup, som inte får överstiga 12 cm.

Om ribban rubbas ur sitt läge eller går sönder, stoppas spelet till dess den blivit lagad eller satts tillbaka i rätt läge. Om den inte kan repareras ska matchen avbrytas. Det inte tillåtet att ersätta ribban med ett rep eller annat flexibelt eller farligt material. Spelet återupptas med ett nedsläpp.

Nät får sättas fast i målet och marken bakom målet; de måste vara ordentligt upphängda och får inte hindra målvakten.

## **Säkerhet**

Mål (inklusive flyttbara) måste vara säkert förankrade i marken.

## **5-Manna**

Avståndet mellan stolparna är 3 m och avståndet från ribbans underkant till marken är 2 m.

## **7-Manna**

Avståndet mellan stolparna är 5 m och avståndet från ribbans underkant till marken är 2 m.

## **Hörnområdet**

Hörnområdet utgörs av en kvartscirkel med radien 1 m från varje hörnflaggstång dragen inne på spelplanen. Om hörnflaggstång saknas kan koner sättas upp men är absolut inte nödvändigt.

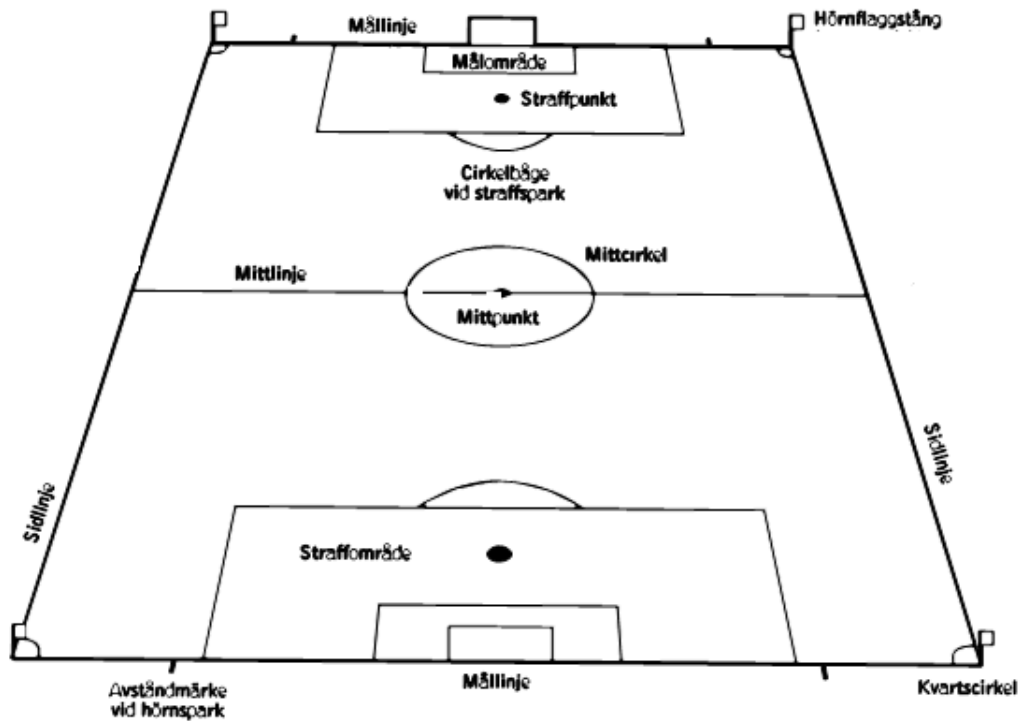
## **Kompletterande bestämmelser**

Bänkar för lagledning och avbytare ska vara placerade vid samma sidlinje, i närheten av mittlinjen och minst 3 m utanför sidlinjen.

Domaren ska inspektera spelplanen i god tid före matchen och se till att allt är i sin ordning. Om större delen av planen eller väsentliga delar av den står under vatten så att fotboll inte kan spelas under normala former, finns det skäl att ställa in eller avbryta en match. En match ska dock inte förhindras i onödan.

Om planen inte är tillfredsställande markerad eller på annat sätt inte är i ordning, ska domaren uppmana arrangören (hemmalaget) att åtgärda bristerna före matchstart.

## Skiss av spelplanen



**Stolt** sponsor av  
S:t Eriks-Cupen  
och Grönt kort  
– för **fair play**

Länsförsäkringar  
Stockholm 

# REGEL 2 – BOLLEN

## 1. Egenskaper och mått

Alla bollar måste:

- vara sfäriska
- vara gjorda lämpligt material

### **Bollstorlekar:**

Bollstorleken 3 skall användas i åldersklasserna F/P 8-9

Bollstorleken 4 skall användas i åldersklasserna F/P 10-12

**Bollstorlek 5 får ej användas.**

Extrabollar får placeras kring spelplanen för att användas i matchen om de motsvarar bestämmelserna i Regel 2 och deras användning är under domarens kontroll.

## 2. Byte av en trasig boll

Om det blir något fel på bollen:

- stoppas matchen och
- återupptas med ett nedsläpp med den nya bollen där felet på originalbollen uppstod

Om bollen det blir något fel på bollen vid avspark, inspark, hörnspark, frispark, straffspark eller inkast ska återupptagandet tas om.

Om det blir något fel på bollen vid straffspark eller straffsparkstävling när den rör sig framåt och innan den vidrört spelare, målribba, eller målstolparna ska straffsparken tas om.

Bollen får inte bytas under matchen utan domarens tillstånd.



# REGEL 3 – SPELARNA

## 1. Antal spelare

### 5-manna

En match spelas mellan två lag, som vart och ett inte får innehålla mer än 5 spelare, av vilka en är målvakten. Matchen skall brytas om något lag är färre än 4 spelare. En match kan inte börja om något av lagen är färre än 5 spelare.

### 7-manna

En match spelas mellan två lag, som vart och ett inte får innehålla mer än 7 spelare, av vilka en är målvakten. Matchen skall brytas om något lag är färre än 5 spelare. En match kan inte börja om något av lagen är färre än 6 spelare.

## 2. Bytesprocedur

I 5- och 7-mannafotbollen får fritt antal avbytare användas.

Flygande byten används i alla av Stockholms FF arrangerade tävlingar.

- Domaren behöver inte meddelas om bytet
- Avbytare som ska inträda i spelet får göra detta även under spelets gång
- Utbytt spelare får delta i spelet på nytt, d.v.s. "bytas in" igen
- Avbytare får inte inträda på spelplanen förrän den spelare som ska bytas ut har lämnat planen
- Spelaren som byts in ska inträda på planen vid mittlinjen
- En avbytare är underställd domarens myndighet vare sig avbytare spelar eller inte
- Bytet är fullbordat när avbytare beträder spelplanen. Från detta ögonblick är avbytare spelare och den som blivit utbytt upphör att vara spelare.

## 3. Byte av målvakt

Vilken som helst av de andra spelarna får byta plats med målvakten, om:

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

## 4. Regelbrott och bestraffningar

Om en spelare byter plats med målvakten utan domarens tillstånd:

- domaren låter spelet fortsätta
- domaren varnar båda spelarna nästa gång bollen är ur spel

Om bytet sker i halvtid och domaren inte informeras skall spelarna dock inte varnas

Vid andra brott mot denna regel:

- de inblandade spelarna varnas
- spelet återupptas med en indirekt frispark från den plats där bollen befann sig när spelet stoppades

## 5. Extra personer på spelplanen

Om en lagfunktionär, avbytare, utvisad spelare eller utomstående inträder på spelplanen måste domaren:

- stoppa spelet endast om spelet påverkas
- se till att personen avlägsnas när spelet stoppats
- vidta lämplig disciplinär åtgärd

Om spelet stoppas och påverkan har skett från

- en lagfunktionär, avbytare eller utvisad spelare återupptas spelet med en direkt frispark eller straffspark
- en utomstående återupptas spelet med ett nedsläpp



Om bollen är på väg i mål och påverkan inte hindrar en försvarande spelare att spela bollen godkänns målet om bollen går i mål (även om det blev kontakt med bollen), såvida inte bollen går in i motståndarlagets mål.

## 6. Spelare utanför spelplanen

Om en spelare, som måste ha domarens tillstånd för att återinträda på spelplanen, återinträder utan domarens tillstånd ska domaren:

- stoppa spelet (men inte omedelbart om spelaren varken påverkar spelet eller domaren eller om fördelsregeln kan användas)
- varna spelaren för ha inträtt på spelplanen utan tillstånd

Om domaren stoppar spelet ska det återupptas:

- med en direkt frispark från den plats där påverkan inträffade
- med en indirekt frispark från den plats där bollen befann sig när spelet stoppades om ingen påverkan inträffade.

En spelare som passerar en begränsningslinje som en del av en rörelse i spelet begår inget regelbrott.

## 7. Mål som görs med en extra person på spelplanen

Om, efter att ett mål gjorts och innan spelet återupptagits domaren inser att en extra person befunnit sig på spelplanen när målet gjordes:

- domaren ska underkänna målet om den extra personen var:
  - en spelare, avbytare, utvisad spelare eller lagfunktionär som hör till det lag som gjort målet; spelet återupptas med en direkt frispark från den plats där den extra personen befann sig.
  - en utomstående som påverkade spelet, såvida inte det blir mål enligt vad som anges ovan under "Extra personer på spelplanen"; spelet återupptas med ett nedsläpp.
- domaren ska godkänna målet om den extra personen var:
  - en spelare, avbytare, utvisad spelare eller lagfunktionär som hör till det lag som släppte in målet
  - en utomstående som inte påverkade spelet

I samtliga fall måste domaren se till att den extra personen avlägsnas från spelplanen.

Om, efter att ett mål gjorts och efter att spelet återupptagits, domaren inser att en extra person befunnit sig på spelplanen när målet gjordes kan målet inte underkännas. Om den extra personen fortfarande är på planen måste domaren:

- stoppa spelet
  - se till att den extra personen avlägsnas
  - återuppta spelet med ett nedsläpp, eller frispark beroende på vilket som lämpligt
- Domaren måste rapportera händelsen till vederbörande myndighet (StFF).

## 8. Lagkapten

Lagkaptenen saknar särskild status eller rättigheter, men har ett visst ansvar för lagets uppträdande.

## 9. Extra spelare vid stort underläge i S:t Eriks-Cupens 5-mannafotboll

- Vid fyra måls överläge till något av lagen får det lag som ligger under ta in ytterligare en utespelare. Vid sex måls skillnad ytterligare en spelare. Det är ledarnas ansvar att detta efterföljs.
- Om/när det laget som ligger under reduceras så att skillnaden blir mindre än fyra mål (eller sex) så plockar laget ut en övertalig spelare
- Max två extra spelare får sättas in

# REGEL 4 – SPELARNAS UTRUSTNING

## 1. Säkerhet

En spelare får inte använda utrustning eller bära något som är farligt. Alla typer av smycken (halsband, ringar, armband, öronringar, läderband, gummiband etc.) är förbjudna och måste tas bort. Att använda tejp för att täcka smycken är inte tillåtet.

Spelarna ska inspekteras innan matchens början.

Om en spelare bär otillåten/farlig utrustning eller smycken ska domaren beordra spelaren:

- att avlägsna föremålet
- att lämna spelplanen vid nästa spelavbrott om spelaren är oförmögen eller ovillig att lyda

En spelare som vägrar att lyda eller bär föremålet på nytt måste varnas.

## 2. Obligatorisk utrustning

En spelares grundutrustning är:

- tröja med ärmar
- kortbyxor
- strumpor
- benskydd - dessa måste vara av lämpligt material för att ge tillräckligt skydd och måste täckas av strumporna
- skor

En spelare som tappar skor eller benskydd oavsiktligt måste återställa dessa så snart som möjligt och senast när bollen därefter går ut spel. Om innan detta gjorts, spelaren spelar bollen och/eller gör mål, fortsätter spelet/godkänns målet.

## 3. Färger

- De två lagen måste bära färger som skiljer dem från varandra och matchfunktionärerna.
- Varje målvakt måste bära färger som skiljer sig från de övriga spelarna och matchfunktionärerna
- Om de två målvakternas tröjor har samma färg och ingen av dem har någon annan tröja ska domaren tillåta att matchen spelas

## 4. Annan utrustning

Modern skyddsutrustning såsom huvudbonader, ansiktsmasker, samt knä- och armskydd tillverkade av mjukt, stoppat och lättviktsmaterial är tillåtna, likväl som sportglasögon, målvaktens kepsar och handskar

När huvuddukar(slöjor) bärs måste dessa uppfylla följande krav:

- vara svarta eller ha samma färg som tröjans huvudfärg (förutsatt att spelarna i laget bär samma färger
- överensstämma med det professionella utseendet hos spelarens utrustning
- inte vara fästa i tröjan
- inte utgöra någon fara för spelaren som bär den eller för någon annan spelare (t.ex. öppnings/stängningsanordning runt om halsen)
- inte ha någon del som sträcker sig utanför dukens yta (utstickande delar)

## 5. Regelbrott och bestraffningar

För brott mot denna regel behöver inte spelet stoppas men spelaren ska:

- instrueras av domaren att lämna spelplanen för att rätta till sin utrustning
- lämna spelplanen när spelet stoppats eller bollen gått ur spel, om inte utrustningen redan har rättats till

En spelare som lämnar spelplanen för att rätta till eller ändra utrustning måste:

- få utrustningen kontrollerad av domaren innan tillstånd ges för återinträde
- endast återinträda med domarens tillstånd (som kan ges under spelet)

En spelare som inträder utan domarens tillstånd måste varnas och om spelet stoppas för att utdela varningen ska en indirekt frispark dömas från den plats där bollen befann sig när spelet stoppades.

### **Kompletterande bestämmelser**

Spelarnas tröjor ska vara tydligt numrerade.

En lagkapten ska utses i varje lag. För lagkaptenen gäller att:

- lagkaptenen ska bära en armbindel placerad på vänster överarm
- lagkaptenens armbindel ska vara minst sex cm bred och ha en färg som avviker från tröjans
- lagkaptenen inte har några särskilda rättigheter



# REGEL 5 – DOMAREN

## 1. Domarens myndighet

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

Domaren får ej bära smycken.

Domaren kan inte ställas till ansvar för konsekvenser av sina beslut.

## 2. Domarens beslut

Beslut ska fattas efter domarens bästa förmåga enligt Spelreglerna och ”spelets anda” och ska baseras på domarens uppfattning där domaren har handlingsfrihet att vidta lämplig åtgärd inom Spelreglernas ram.

Domarens beslut i fakta som rör spelet, inkluderande om ett mål har gjorts eller ej, samt matchens resultat, är slutgiltiga. Beslut tagna av domaren måste alltid respekteras.

Domaren kan inte ändra ett beslut efter att ha insett att det är felaktigt, om spelet återupptagits eller om domaren har signalerat för första eller andra halvleks slut (inklusive förlängning) och lämnat planen eller avslutat matchen.

## 3. 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 innehåller information om disciplinära åtgärder och andra händelser som inträffat före, under eller efter matchen
- övervakar och/eller anger spelets återupptagande

## Fördel

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

## Disciplinära åtgärder

- 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 skyldig till regelbrott som är varnings- och utvisningsberättigade
- har befogenhet att vidta disciplinära åtgärder från inträdet på spelplanen i samband med planinspektionen före matchen fram till lämnandet av planen efter matchens slut (inklusive straffsparkstävling). Om, före inträdet på spelplanen, en spelare begår ett regelbrott som medför utvisning har domaren befogenhet att förhindra spelaren från att delta i matchen, domaren ska anmäla allt olämpligt uppträdande
- har befogenhet att visa gula och röda kort från inträdet på spelplanen vid matchens början fram till matchens slut, inklusive under halvtidspausen, förlängning och straffsparkstävling.
- vidtar åtgärder mot lagfunktionärer som inte uppträder på ett ansvarsfullt sätt och kan avvisa dem från spelplanen och dess omedelbara närhet.

## Skador

- låter spelet fortsätta till dess bollen är ur spel om en spelare endast är lindrigt skadad
- stoppar spelet om en spelare är allvarligt skadad och ser till att spelaren flyttas från spelplanen. En skadad spelare får inte behandlas på spelplanen och får endast återinträda efter att spelet återupptagits; om bollen är i spel måste återinträdet göras från sidlinjen, men om bollen är ur spel får det göras från alla begränsningslinjer. Undantag från kravet att lämna spelplanen ska bara göras när:
  - en målvakt är skadad
  - en målvakt och en utespelare har kolliderat och behöver tillsyn
  - spelare från samma lag har kolliderat och behöver tillsyn
  - en allvarlig skada har inträffat
  - en spelare är skadad som följd av ett fysiskt regelbrott för vilket motspelaren är varnad eller utvisad (t.ex. vårdslöst eller allvarligt otillåtet angrepp), om bedömningen/behandlingen slutförs snabbt.
  - ser till att en spelare som blöder lämnar spelplanen. Spelaren får endast återinträda efter att ha fått signal från domaren som måste vara övertygad om att blödningen har stoppats och att det inte finns något blod på utrustningen
  - om domaren har beslutat att dela ut ett kort till en spelare som är skadad och måste lämna spelplanen för behandling ska kortet visas innan spelaren lämnat planen
  - om spelet inte har stoppats av någon annan anledning, eller om den skada som spelaren fått inte beror på ett regelbrott, ska domaren återuppta spelet med ett nedsläpp

## Yttre störning

- stoppar, uppskjuter eller avbryter matchen för brott mot Spelreglerna eller på grund av yttre störning, t.ex. om:

- strålkastarbelysningen är otillräcklig
- ett föremål som kastats av en åskådare träffar domaren, spelare eller lagfunktionär, kan domaren låta matchen fortsätta, eller stoppa, uppskjuta eller avbryta den beroende på händelsens allvar
- en åskådare blåser i en visselpipa som stör spelet ska spelet stoppas och återupptas med ett nedsläpp
- en extraboll, annat föremål eller djur kommer in på spelplanen under matchen ska domaren: stoppa spelet (och återuppta det med ett nedsläpp) endast om den/det påverkar spelet, såvida inte bollen går i mål och påverkan inte hindrar en försvarande spelare att spela bollen, målet ska godkännas om bollen går i mål (även om det blev kontakt med bollen) om inte bollen går in i motståndarlagets mål
- tillåta spelet att fortsätta om den/det inte påverkar spelet och se till att den/det avlägsnas så snart som möjligt
- tillåter inga obehöriga personer på spelplanen

## Domarens ansvar

En domare är inte ansvarig för:

- någon form av skada som drabbar spelare, funktionär eller åskådare
- någon skada på något slags egendom
- någon annan förlust som drabbar någon individ, klubb, företag, sammanslutning eller annan organisation, som är eller kan bli föremål för något beslut domaren fattar inom ramen för Spelreglerna eller som avser de åtgärder som krävs för att anordna, spela och leda en match.

Sådana beslut kan innehålla ett beslut:

- att spelplanen eller dess omgivning eller om väderförhållandena är sådana att match kan tillåtas eller inte tillåtas spelas
- att avbryta matchen av någon anledning
- om lämpligheten hos spelplanens utrustning och boll som används under matchen
- att stoppa eller inte stoppa en match på grund av åskådarnas ingripande eller något problem vid åskådarplatserna
- att stoppa eller inte stoppa spelet för att låta en skadad spelare att flyttas från spelplanen för behandling

- att beordra att en skadad spelare flyttas från spelplanen för behandling
- att tillåta eller inte tillåta en spelare att bära viss klädsel eller utrustning
- där domaren har befogenhet, att tillåta eller inte tillåta några personer (inklusive lag- eller stadionfunktionärer, säkerhetspersonal, fotografer eller andra media representanter) att finnas i närheten av spelplanen
- varje annat beslut domaren fattar i enlighet med Spelreglerna eller i överensstämmelse med deras uppgifter enligt bestämmelserna inom FIFA, konfederationen, nationellt fotbollförbund eller tävlingsbestämmelser under vilka matchen spelas

### **Kompletterande bestämmelser**

- Domaren ska vara på idrottsplatsen minst en halv timme före matchen för att bl. a inspektera spelplanen.

OBS: Om domaren inte anmält sin närvaro hos hemmalagets lagledare senast en halvtimme före utsatt matchtid, har lagledaren rätt att kalla annan domare. Den sist kallade domaren dömer matchen oavsett om den ordinarie domaren senare infinner sig.

- Om en spelare gör sig skyldig till olämpligt uppträdande mot domaren innan denna anlänt till idrottsplatsen kan domaren inte hindra spelaren från att delta i matchen. Förseelsen måste dock anmälas till bestraffningsmyndigheten.

- När domaren anlänt till idrottsplatsen kan domaren hindra en spelare att delta i matchen om denne gör sig skyldig till grov förseelse. Förseelsen måste anmälas till bestraffningsmyndigheten.

- Vid utvisning före matchens början (före första korrekta avsparken) gäller:
  - Spelaren får ersättas av en avbytare.
  - Avsparken får inte försenas av att en avbytare ska ersätta den utvisade spelaren

- Domaren ska till vederbörande förbund anmäla grova förseelser som inträffar före, under eller efter avslutad match eller på väg från idrottsplatsen.

Om en spelare skadas så att spelaren inte själv kan ta sig från spelplanen för att få behandling gäller att:

- lagledare, tränare, sjukvårdare etc., får inte inträda på spelplanen utan domarens tillstånd
- domaren ska ge ett tydligt tecken till spelarens lagledning
- de personer som inträder på planen vid ett sådant tillfälle ska endast hjälpa den skadade spelaren
- de får under inga omständigheter utnyttja sin närvaro på planen för att kommentera domslut eller ge taktiska råd
- en skadad spelare ska få vård utanför spelplanen, inte på planen eller dess begränsningslinjer. Om spelaren skadats som en följd av varnings- eller utvisningsberättigad förseelse, kan dock spelaren behandlas på spelplanen om domaren bedömer att detta inte tar alltför lång tid (ca 30-40 sek)

- Domare som inte anmäler fall av olämpligt uppträdande kan avstängas av respektive förbund.

- Följande riktlinjer gäller för dryck under matchen:

- drycker måste förvaras i plastflaskor och ges vid sidlinjerna
- det är förbjudet att kasta flaskor eller andra behållare in på spelplanen
- målvakten får ha en plastflaska i hörnet av sitt mål
- plastflaskor får placeras runt spelplanen ungefär 1 m från sidlinjerna och mållinjerna.

# Domarens signaler

## Användning av visselpipan

Visselpipan behövs för att:

- starta spelet (1:a, 2:a halvlek), efter att mål gjorts
- stoppa spelet:
  - för frispark eller straffspark
  - allvarlig skada
  - om matchen uppskjuts eller avbryts
  - vid varje halvleks slut
- återuppta spelet vid:
  - frispark när korrekt avstånd krävs
  - straffspark
- återuppta spelet efter att det har blivit stoppat för:
  - varning eller utvisning
  - skada

Visselpipan behövs inte för att:

- stoppa spelet för inkast, inspark eller hörnspark, när dessa är tydliga
- återuppta spelet vid de flesta frisparkar, samt vid inkast, inspark, hörnspark.

Visselpipan ska inte användas för att återuppta spelet vid nedsläpp

En visselsignal som används för ofta eller i onödan har sämre effekt när den behövs.

Om domaren vill att spelare ska vänta på signal innan spelet återupptas (t.ex. när domaren ska säkerställa att försvarsspelarna är minst 5 m från en frispark) ska domaren tydligt informera anfallsspelare om att vänta på signal.

Om domaren av misstag blåser av och spelet stoppats, startas det med ett nedsläpp där bollen befann sig

## Kroppsspråk

Kroppsspråk är ett hjälpmedel som domaren använder för att:

- underlätta matchens ledning
- visa auktoritet och självkontroll

Kroppsspråk är inte en förklaring av domslut

# REGEL 7 – SPELTIDEN

## 1. Halvlekar

Matchen pågår i två lika halvlekar.  
5-manna F/P 8-9 2 X 20 minuter  
7-manna F/P 10-11 2 X 20 minuter  
7-manna F/P 12 2 X 25 minuter

## 2. Halvtidspaus

Spelarna har rätt till halvtidspaus.  
Halvtidspausen får inte överstiga 5 minuter.  
Halvtidspausens längd får bara ändras med domarens tillåtelse.

## 3. Tidstillägg

Tillägg görs av domaren i varje halvlek för all tid som gått förlorad i den halvleken genom:

- bedömning och/eller avtransport av skadade spelare
- fördröjande av spelet
- disciplinära bestraffningar
- annan orsak, inklusive betydande fördröjning av spelets återupptagande (t.ex. målfirande)

Domaren får inte kompensera för fel i tidtagningen under första halvleken genom att ändra längden på andra halvlek

.

## 4. Straffspark

Om en straffspark ska läggas eller tas om ska halvleken förlängas fram till dess straffsparken är fullbordad.

### Kompletterande bestämmelser

Om ett godkänt mål görs omedelbart före en halvleks slut ska avspark göras, även om tiden är slut då avsparken ska läggas.

Om en domare av misstag låtit en halvlek pågå för länge, kan domaren inte underkänna något mål som tidigare godkänts eller ändra något domslut som domaren avgivit under den överskjutande speltiden. Om första halvleken blåses av för tidigt kan den bara återupptas före halvtidspausen.

Om en match slutar oavgjord och förlängning är föreskriven i tävlingsbestämmelserna sker följande:

- före pausen ska domaren singla slant med lagkaptenerna om rätten att välja sida
- därefter ska matchen fortsätta i två perioder
- domaren ska bevilja lagen 5 minuters paus på spelplanen mellan den ordinarie speltiden och förlängningen. En kort vätskepaus är tillåten i uppehållet mellan perioderna i förlängningen.



## REGEL 8 – SPELETS START OCH ÅTERUPPTAGANDE

En avspark startar båda halvlekarna i en match, båda perioderna i en förlängning och återupptar spelet när ett mål har gjorts. Frisparkar (direkta och indirekta), straffsparkar, inkast, inspark och hörnspark är andra spelåterupptaganden (se regel 13 till 17). Ett nedsläpp är ett spelåterupptagande när domaren stoppat spelet och Spelreglerna inte kräver något av de ovanstående spelåterupptagandena.

Om ett regelbrott inträffar när bollen inte är i spel ändrar det inte hur spelet återupptas.

### 1. Avspark

#### Tillvägagångssätt

- det lag som vinner slantsinglingen bestämmer vilket mål det ska spela mot i matchens första halvlek
- motståndarlaget lägger avsparken
- det lag som vinner slantsinglingen lägger avsparken som startar andra halvlek
- inför andra halvlek byter lagen sidor och spelar mot det motsatta målet
- efter att ett lag gjort mål görs avsparken av motståndarlaget

Vid avspark:

- alla spelare, utom den som lägger avsparken, måste vara på sin egen planhalva
- motspelarna till det lag som lägger avsparken ska vara minst 5 meter från bollen tills den är i spel
- bollen ska ligga stilla på mittpunkten
- domaren ska ge signal
- bollen är i spel när den blivit sparkad och tydligt rör sig
- ett mål kan göras direkt på motståndarlaget från avsparken; om bollen går direkt i avsparksläggarens mål döms hörnspark till motståndarlaget.

#### Regelbrott/bestraffningar

Om den som lägger avsparken vidrör bollen en andra gång innan den vidrört en annan spelare tilldöms motståndarlaget en indirekt frispark, eller för hands en direkt frispark.

Vid andra brott mot tillvägagångssättet vid avspark tas avsparken om.



## 2. Nedsläpp

### Tillvägagångssätt

Domaren släpper bollen på den plats där den befann sig när spelet stoppades, om inte spelet stoppades inom målområdet, då gör domaren nedsläppet på målområdeslinjen som är parallell med mållinjen på den punkt som är närmast där bollen befann sig när spelet stoppades. Spelet återupptas när bollen vidrör marken.

Vilket antal spelare som helst får försöka vinna bollen vid nedsläpp (inklusive målvakterna); domaren kan varken bestämma vem som får försöka vinna bollen eller nedsläpps resultat.

### Regelbrott/bestraffningar

Nedsläppet görs på nytt om bollen:

- vidrör en spelare innan den vidrör marken
- hamnar utanför spelplanen efter att den vidrört marken, utan att bollen vidrört någon spelare

Om endast en spelare vidrör bollen innan den går i mål blir det

- inspark om bollen går in i motståndarlagets mål
- en hörnspark om bollen går in i det egna lagets mål



## REGEL 9 – BOLLEN I SPEL OCH UR SPEL

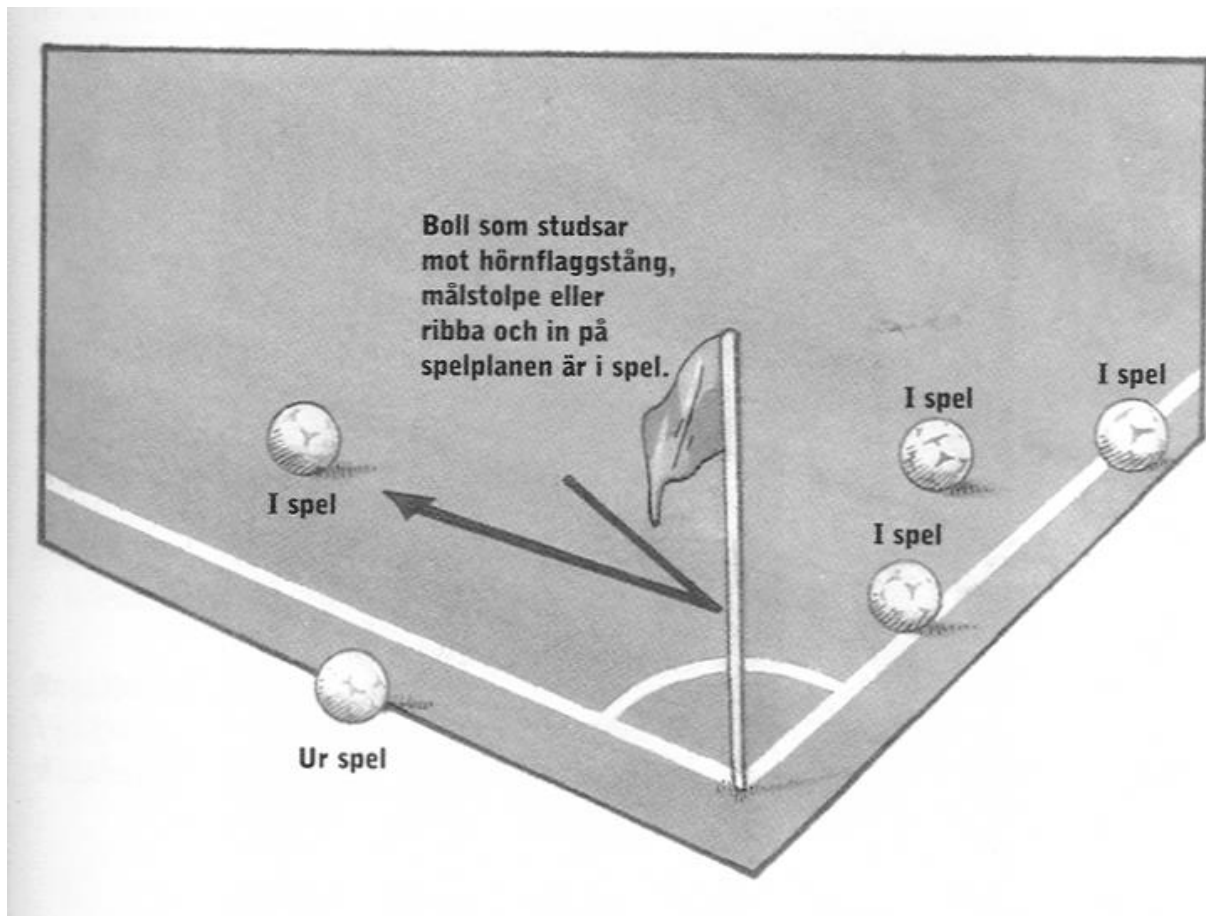
### 1. Boll ur spel

Bollen är ur spel när:

- den helt passerar över mållinjen eller sidlinjen på marken eller i luften
- domaren stoppat spelet

### 2. Boll i spel

Bollen är i spel vid alla andra tillfällen, även när den studsar från domaren, målstolpe, ribba eller hörnflaggstång och blir kvar på spelplanen.



# REGEL 10 – FASTSTÄLLANDE AV MATCHENS RESULTAT

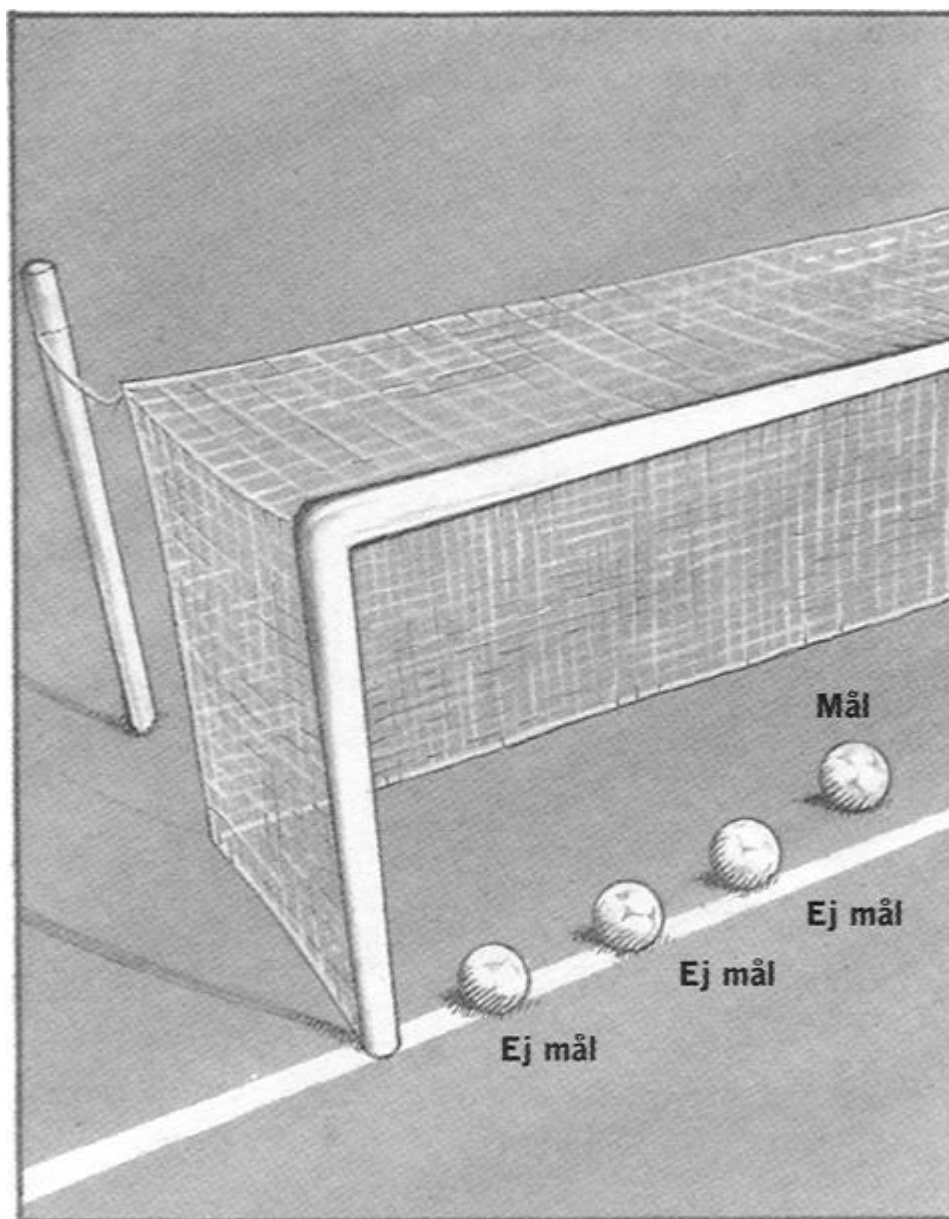
## 1. Mål

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

Om domaren ger signal för mål innan bollen har passerat helt över mållinjen ska spelet återupptas med ett nedsläpp.

## 2. Vinnande lag

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



# REGEL 12 – OTILLÅTET SPEL OCH OLÄMPLIGT UPPTRÄDANDE

Direkta och indirekta frisparkar och straffspark kan endast dömas för regelbrott begångna när bollen är i spel.

## 1. Direkt frispark

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

- angriper med överkroppen
- hoppar mot
- sparkar eller försöker sparka
- knuffar
- slår eller försöker slå (inklusive skallar)
- tacklar med foten eller angriper med annan del av kroppen
- faller eller försöker fälla

Om ett regelbrott innehåller kontakt bestraffas det med en direkt frispark eller straffspark

- Oaktsamt är när spelaren visar en brist på uppmärksamhet eller hänsyn då spelaren försöker erövra bollen, eller att spelaren handlar utan försiktighet. Ingen disciplinär bestraffning behövs.
- Vårdslöst är när spelaren handlar med likgiltighet inför faran eller följderna för en motspelare och måste varnas
- Utfört med överdriven kraft är när spelaren överskrider den kraft som behövs och riskerar motspelarens säkerhet och måste utvisas

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

- avsiktligt berör bollen med handen (med undantag av målvakten innanför eget straffområde)
- håller fast en motspelare
- hindrar en motspelare med kontakt
- spottar på en motspelare

Se även regelbrott i Regel 3

## Beröra bollen med handen: hands

Hands innebär att en spelare avsiktligt tar kontakt med bollen med sin hand eller arm.

Följande ska övervägas:

- handens rörelse mot bollen (inte bollen mot handen)
- avståndet mellan motspelaren och bollen (oväntad boll)
- handens position innebär inte nödvändigtvis att det är ett regelbrott
- att vidröra bollen med ett föremål som hålls i handen (kläder, benskydd, etc.) räknas som ett regelbrott
- att träffa bollen med ett föremål som kastats (sko, benskydd, etc.) räknas som ett regelbrott

Utanför straffområdet har målvakten samma begränsningar vad gäller att beröra bollen med handen som de andra spelarna. Inom eget straffområde kan målvakten inte göra sig skyldig till regelbrott med handen som innebär en direkt frispark eller någon tillhörande bestraffning men kan dock göra sig skyldig till regelbrott med handen som medför indirekt frispark.

## 2. Indirekt frispark

En indirekt frispark döms om en spelare:

- spelar på ett farligt sätt
- hindrar en motspelares förflyttning utan att någon kontakt gjorts
- gör sig skyldig till avvikande mening, använder använda stötande, förolämpande eller smädligt språk och/eller gester 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
- begår något annat regelbrott, som inte nämnts i Spelreglerna, för vilket spelet stoppats för att varna eller visa ut spelaren

En indirekt frispark döms om målvakten, innanför sitt straffområde, vidrör bollen med händerna efter att (obs nedanstående 3 regelbrott ska ej målvakt bestraffas för i 5-manna)

- målvakten släppt den och före den vidrört någon annan spelare
- den blivit avsiktligt sparkad till målvakten av en medspelare
- målvakten tagit emot den direkt från ett inkast utfört av en medspelare

En målvakt anses ha bollen under kontroll när:

- bollen är mellan händerna eller mellan handen och någon annan yta (t.ex. marken, egen kropp) eller genom att vidröra den med någon del av händer eller armar, utom när bollen oavsiktligt studsar från målvakten, eller om målvakten gjort en räddning
- målvakten håller bollen i sin utsträckta öppna hand
- när målvakten studsar den i marken eller kastar upp den i luften

När målvakten har bollen under kontroll med sina händer kan målvakten inte angripas av en motspelare.

### Spela på ett farligt sätt

Att spela på ett farligt sätt är alla sätt som, när en spelare försöker spela bollen, riskerar att skada någon (inklusive spelaren själv) och innefattar att hindra en motspelare i närheten från att spela bollen av rädsla för skada. En sax- eller cykelspark är tillåten under förutsättning att den inte är farlig för en motspelare.

### Hindra en motspelares förflyttning utan kontakt

Att hindra en motspelares förflyttning innebär att flytta sig in i motspelarens väg för att hindra, blockera, sakta ner eller framtvunga en ändring av rörelseriktningen hos motspelaren när bollen inte är inom spelhåll för någon av spelarna.

Alla spelare har rätt till sin position på spelplanen; att vara i vägen för en motspelare är inte detsamma som att flytta sig in i motspelarens väg. En spelare får täcka bollen genom att placera sig mellan motspelaren och bollen om bollen är inom spelhåll och motspelaren inte hålls undan med armar eller sin kropp. Om bollen är inom spelhåll får spelaren angripas korrekt av sin motspelare (med skuldran och överarmen som hålls tätt intill kroppen)

## 3. Disciplinära åtgärder

Domaren har befogenhet att vidta disciplinära åtgärder från inträdet på spelplanen för planinspektionen före matchen fram till utträdet från spelplanen efter matchen slut (inklusive straffsparkstävling).

Om, före inträdet på spelplanen vid matchens början, en spelare begår ett regelbrott som medför utvisning har domaren befogenhet att hindra spelaren från att delta i matchen; domaren ska anmäla även övrigt lämpligt uppträdande.

En spelare som begår ett regelbrott som medför varning eller utvisning, på eller utanför spelplanen, mot en motspelare, medspelare, domare, eller någon annan person ska bestraffas enligt regelbrottets art.

Det gula kortet innebär en varning och det röda kortet innebär en utvisning.

Endast en spelare eller avbytare kan visas det röda eller gula kortet.

### **Uppskjuta spelets återupptagande för att visa ett kort**

När domaren har beslutat att varna eller visa ut en spelare, ska spelet inte återupptas förrän bestraffningen har verkställts

### **Fördel**

Om domaren ger fördel för ett regelbrott där en varning/utvisning skulle ha utdelats om spelet blivit stoppat, måste denna varning/utvisning utdelas när bollen är ur spel nästa gång. Om domaren glömmer detta, kan inte varningen/utvisningen verkställas.

Fördel ska inte användas i situationer med allvarligt otillåtet spel, våldsamt eller obehärskat uppträdande, eller vid ett andra varnings berättigat regelbrott, om det inte är en klar målchans. Domaren ska utvisa spelaren när bollen är ur spel nästa gång, men om spelaren spelar bollen eller försöker erövra bollen eller påverkar en motspelare ska domaren stoppa spelet, visa ut spelaren och återuppta spelet med en indirekt frispark, såvida inte spelaren begått ett allvarligare regelbrott.

Om en försvarsspelare börjar hålla fast en anfallsspelare utanför straffområdet och fortsätter fasthållningen inom straffområdet ska domaren döma straffspark.

### **Varningsberättigade regelbrott**

En spelare varnas om spelaren är skyldig till:

- fördröjande av spelets återupptagande
- avvikande mening med ord eller handling
- inträde, återinträde eller att avsiktligt lämnar spelplanen utan domarens tillstånd
- underlåtenhet att inta korrekt avstånd när spelet återupptas med hörnspark, frispark eller inkast
- upprepade regelbrott (inget särskilt antal eller mönster utgör ”upprepade”)
- olämpligt uppträdande

En avbytare ska varnas om avbytare är skyldig till:

- fördröjande av spelets återupptagande
- avvikande mening med ord eller handling
- inträde eller återinträde utan domarens tillstånd
- olämpligt uppträdande

### **Varning för olämpligt uppträdande**

Det finns olika tillfällen där en spelare ska varnas för olämpligt uppträdande omfattande om spelaren:

- försöker vilseleda domaren t.ex. genom att simulera skada eller låtsas bli utsatt för otillåtet spel (simulering, ”filmning”)
- byter plats med målvakten under spelet utan domarens tillstånd
- på ett vårdslöst sätt begår ett regelbrott som medför direkt frispark
- gör sig skyldig till otillåtet spel eller berör bollen med handen för att störa eller hindra ett lovande anfall
- berör bollen med handen i ett försök att göra mål (oavsett om försöket lyckas eller ej) eller i ett misslyckat försök att förhindra ett mål
- gör otillåtna markeringar på spelplanen
- spelar bollen när spelaren går från spelplanen efter att ha fått tillstånd att lämna spelplanen
- visar bristande respekt för spelet
- använder avsiktliga knep för att passa bollen (inklusive från frispark) till målvakten med huvud, bröst, knä, etc. för att kringgå regeln oavsett om målvakten sedan vidrör bollen med händerna
- verbalt distraherar en motspelare under spelet eller dess återupptagande

## **Målfirande**

Spelare kan fira när ett mål gjorts, men firandet får inte vara överdrivet; koreograferade firanden uppmuntras inte och får inte orsaka överdrivet slöseri med tiden.

Att lämna spelplanen för att fira ett mål är inte ett varningsberättigat regelbrott, men spelarna bör återvända till spelplanen så fort som möjligt.

Varning ska utdelas när spelaren:

- klättrar på avspärningarna och/eller närmar sig publiken på ett sätt som orsakar säkerhetsproblem
- gör gester eller agerar på ett provokativt, förlöjligande eller uppviglande sätt
- täcker huvudet eller ansiktet med en mask eller liknande föremål
- tar av sig tröjan eller täcker huvudet med tröjan

## **Fördröjande av spelets återupptagande**

Domare ska varna spelare som fördröjer spelets återupptagande genom att:

- se ut att göra inkast men plötsligt lämnar över det till en medspelare att kasta
- dröja med att lämna planen då spelaren ska ersättas
- överdrivet dröja med att återuppta spelet
- sparka eller bära bort bollen eller framkalla en konfrontation genom att avsiktligt röra bollen efter att domaren stoppat spelet
- lägga en frispark från fel plats för att tvinga fram att den tas om

## **Utvisningsberättigade regelbrott**

En spelare eller avbytare som begår något av de följande regelbrotten utvisas:

- allvarligt otillåtet spel
- spotta på en motspelare eller någon annan person
- våldsamt eller obehärskat uppträdande
- använda stötande, förolämpande eller smädligt språk och/eller gester.
- få en andra varning i samma match

En spelare eller avbytare som blivit utvisad måste lämna spelplanens närhet och det tekniska området. (där lagets ledare och avbytare uppehåller sig)

## **Förhindra ett mål eller en uppenbar målchans**

**Så kallad målchansutvisning tillämpas EJ i 5- eller 7-mannafotbollen, ersätts med varning i förekommande fall.**

### **Allvarligt otillåtet spel**

En tackling eller försök att erövra bollen som riskerar motspelarens säkerhet eller använder överdriven kraft eller brutalitet ska straffas som allvarligt otillåtet spel.

En spelare som rusar mot en motspelare när spelaren försöker erövra bollen, framifrån, från sidan eller bakifrån och använder det ena eller båda benen, med överdriven kraft och riskerar motspelarens säkerhet gör sig skyldig till allvarligt otillåtet spel.

### **Våldsamt eller obehärskat uppträdande**

Våldsamt eller obehärskat uppträdande är när en spelare använder eller försöker använda överdriven kraft eller brutalitet mot en motspelare när spelaren inte försöker erövra bollen, eller mot en medspelare, lagfunktionär, domare, åskådare, eller någon annan person, oavsett om kontakt sker.

Dessutom, en spelare som inte försöker erövra bollen och som avsiktligt slår en motspelare eller någon annan person i huvudet eller ansiktet med handen eller armen är skyldig till våldsamt och obehärskat uppträdande, såvida inte kraften var försumbar.

### **Regelbrott där ett föremål (eller bollen) kastas**

I samtliga fall vidtar domaren lämplig disciplinär åtgärd:



- vårdslöst - varna den felande för olämpligt uppträdande
- utfört med överdriven kraft – visa ut den felande för våldsamt eller obehärskat uppträdande

#### **4. Spelets återupptagande efter otillåtet spel och olämpligt uppträdande**

- Om bollen är ur spel återupptas spelet i enlighet med det föregående beslutet
- Om bollen är i spel och en spelare begår ett regelbrott på spelplanen mot:
  - en motspelare- indirekt eller direkt frispark eller straffspark
  - en medspelare, avbytare, lagfunktionär eller domare – en direkt frispark eller straffspark
  - någon annan person – ett nedsläpp
- Om, när bollen är i spel:
  - en spelare begår ett regelbrott mot domare eller en motspelare, avbytare, utvisad spelare, eller lagfunktionär utanför spelplanen, eller
  - en avbytare, utvisad spelare, eller lagfunktionär begår ett regelbrott mot, eller påverkar en motspelare eller domare utanför spelplanen, återupptas spelet med en frispark på begränsningslinjen närmast den plats där regelbrottet inträffade, en straffspark döms om det sker innanför den felande personens straffområde och är ett regelbrott som bestraffas med direkt frispark
- Om en spelare som står på eller utanför spelplanen kastar ett föremål (inklusive bollen) mot en motspelare, avbytare, utvisad spelare eller lagfunktionär, domare eller bollen, återupptas spelet med en direkt frispark från den plats föremålet träffade eller skulle ha träffat personen eller bollen. Om denna plats är utanför spelplanen läggs frisparken från den närmaste punkten på begränsningslinjen; en straffspark döms om detta är inom den felande spelarens straffområde.
- Om en avbytare, utvisad spelare, spelare som tillfälligt befinner sig utanför spelplanen eller lagfunktionär kastar eller sparkar ett föremål in på spelplanen och den påverkar spelet, en motspelare eller domaren startas spelet med en direkt frispark (eller straffspark) där föremålet träffar eller skulle ha träffat motspelaren, domaren eller bollen.

#### **Tillägg från IFAB (okt 2017)**

##### **Regelbrott mot en medspelare (eller en avbytare/lagfunktionär från det egna laget)**

Om en spelare begår ett regelbrott mot en spelare, avbytare eller lagfunktionär från hans/hennes eget lag när bollen är i spel:

- regelbrott på spelplanen – direkt frispark eller straffspark
- regelbrott utanför spelplanen – indirekt frispark på begränsningslinjen närmast regelbrottet om domaren stoppar spelet för att utdela varning eller utvisning.

##### **Två regelbrott som är samtidiga eller sker i snabb följd**

När två separata varningsberättigade regelbrott begås (även i snabb följd) ska de resultera i två varningar, t.ex. om en spelare:

- inträder på spelplanen utan nödvändigt tillstånd och begår en vårdslös tackling/stoppar ett lovande anfall med otillåtet spel/hands, etc.

##### **Kasta ett föremål**

Kasta ett föremål är ett regelbrott som medför direkt frispark (ej ett handsregelbrott), så en målvakt som kastar ett föremål och träffar bollen/motspelare i målvaktens eget straffområde bestraffas med en straffspark och varning eller utvisning.

##### **Spark**

Bollen är sparkad när en spelare gör kontakt med foten och/eller fotleden.

- Då en spelare utvisas efter att ha fått två varningar benämns detta i Sverige som ”utvisning för lindrig förseelse”
- Då en spelare utvisas efter att ha begått en förseelse som medför direkt utvisning benämns detta i Sverige som ”utvisning för grov förseelse”. Spelaren ska anmälas till bestraffningsmyndigheten

När domaren varnar en spelare ska domaren:

- stoppa spelet
- kalla till sig spelaren om domaren bedömer det nödvändigt
- meddela spelaren att spelaren varnats för otillåtet spel eller olämpligt uppträdande
- anteckna spelarens nummer
- utdela varningen så att övriga spelare, lagfunktionärer och publik ser vem som varnas
- bekräfta varningen med ett gult kort
- efter utdelande av varning sätta igång spelet med signal

När domaren visar ut en spelare ska domaren:

- meddela spelaren om utvisningens art; lindrig eller grov förseelse
- bekräfta utvisningen med ett rött kort
- om spelaren utvisas p.g.a. att spelaren får en andra varning, visa gult kort innan det röda kortet visas
- uppmana den utvisade spelaren att lämna planen
- om det behövs, även uppmana spelarens lagkapten att se till att den utvisade lämnar spelplanen

En ledare som gör sig skyldig till olämpligt uppträdande ska avvisas för lindrig eller grov förseelse beroende på förseelsens art. Avvisning innebär automatiskt avstängning i nästa match. Ledare som avvisas för grov förseelse måste anmälas till bestraffningsmyndigheten.



# REGEL 13 – FRISPARK

## 1. Frisparkar

Direkt och indirekt frispark tilldöms en spelares motståndarlag när spelaren gör sig skyldig till ett regelbrott.

### Tecken för indirekt frispark

Domaren ska markera en indirekt frispark genom att höja armen ovanför huvudet; detta tecken ska hållas kvar till dess frisparken lagts och bollen vidrört en annan spelare eller gått ur spel.

En indirekt frispark ska tas om, om domaren glömmer att visa att frisparken är indirekt och bollen sparkas direkt i mål.

### Boll som går i mål

- Om en direkt frispark sparkas direkt in i motståndarlagets mål ska mål dömas
- Om en indirekt frispark sparkas direkt in i motståndarlagets mål ska inspark dömas
- Om en direkt eller indirekt frispark sparkas direkt in i det egna lagets mål ska hörnspark dömas

## 2. Tillvägagångssätt

### Frispark i straffområdet

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

- indirekt frispark till anfallande laget för ett regelbrott innanför motståndarlagets målområde läggs från närmaste punkt på målområdeslinjen som är parallell med mållinjen
- frisparkar till det försvarande laget i eget målområde får läggas var som helst inom målområdet
- frisparkar för regelbrott där en spelare inträder, återinträder eller lämnar spelplanen utan tillstånd läggs från den plats där bollen befann sig när spelet stoppades. Däremot, om en spelare lämnar spelplanen som en del i spelet och begår ett regelbrott mot en annan spelare ska spelet återupptas med en frispark som läggs på begränsningslinjen närmast den plats där regelbrottet inträffade; för regelbrott som bestraffas med direkt frispark döms straffspark om detta är inom den felande spelarens straffområde
- Spelreglerna anger en annan plats (se Regel 3 och 12)

### Bollen

- ska ligga stilla och den som lägger frisparken får inte vidröra bollen igen förrän den vidrört en annan spelare
- är i spel när den blivit sparkad och tydligt rör sig, utom vid frispark till försvarande lag i eget straffområde där bollen är i spel när den sparkats direkt ut ur straffområdet

Fram till dess bollen är i spel ska alla motspelare vara:

- minst 5 m från bollen, om de inte är på egen mållinje mellan målstolparna
- utanför straffområdet vid frisparkar inom motståndarlagets straffområde

Frispark kan läggas genom att lyfta bollen med en fot eller bägge fötterna samtidigt.

Att finta att lägga en frispark för att förvillan motståndarlaget är tillåtet som en del av fotboll.

Om en spelare lägger en frispark på ett korrekt sätt och avsiktligt sparkar bollen på en motspelare för att spela bollen på nytt, men inte gör det på ett vare sig oaksamt eller vårdslöst sätt eller använder överdriven kraft, ska domaren låta spelet fortsätta.

### **3. Regelbrott och bestraffningar**

Om en motspelare, när en frispark läggs, är närmare bollen än det föreskrivna avståndet ska frisparken tas om såvida inte fördelsregeln kan tillämpas; men om en spelare lägger en snabb frispark och en motspelare som är mindre än 5 meter från bollen fångar upp den ska domaren låta spelet fortsätta. Trots detta, en motspelare som avsiktligt hindrar en frispark att läggas ska varnas för att ha fördröjt spelets igångsättande.

Om, när en frispark som läggs av det försvarande laget inom det egna straffområdet, någon motspelare är inom straffområdet därför att motspelarna inte hunnit lämna straffområdet ska domaren låta spelet fortsätta. Om en motspelare som antingen är i straffområdet när frisparken läggs, eller inträder i straffområdet innan bollen är i spel, vidrör eller försöker erövra bollen innan den har vidrört en annan spelare ska frisparken tas om.

Om, när en frispark läggs av det försvarande laget inom eget straffområde, bollen inte sparkas direkt ut ur straffområdet ska frisparken tas om.

Om den som lägger frisparken, efter att bollen är i spel, vidrör bollen en andra gång innan den vidrört en annan spelare ska en indirekt frispark dömas: om den som lägger frisparken avsiktligt berör bollen med handen

- döms en direkt frispark
- döms en straffspark om regelbrottet inträffade innanför frisparkläggarens straffområde, om inte frisparksläggaren var målvakten, i vilket fall en indirekt frispark

#### **Kompletterande bestämmelser**

Om en spelare försöker sabotera en frispark ska spelaren varnas för olämpligt uppträdande. Upprepar spelaren förseelsen ska spelaren utvisas. Exempel på sabotage:

- kasta eller sparka bort bollen från frisparksplatsen
- bära eller hålla bollen
- röra bollen
- störa eller irritera frisparksläggaren
- inte omedelbart inta 5 m avstånd från bollen
- söka sig mot bollen och därmed komma närmare än 5 m

När domaren tagit ut avstånd till spelarmuren, ska ny signal ges för att lägga frisparken.

Om en spelare vid frispark (direkt eller indirekt) inom eget straffområde spelar bollen direkt i eget mål, utan att bollen varit i spel (utanför straffområdet), ska frisparken göras om.

## **REGEL 14 – STRAFFSPARK**

Straffspark döms om en spelare begår ett regelbrott som bestraffas med direkt frispark inom eget straffområde eller utanför spelplanen som en del i spelet enligt i Regel12 och 13.

Mål får göras direkt på straffspark.

### **1. Tillvägagångssätt**

Bollen måste ligga stilla på straffpunkten.

Spelaren som lägger straffsparken ska vara tydligt identifierad.

Målvakten ska bli kvar på mållinjen, vänd mot straffsparksläggaren, mellan målstolparna till dess bollen sparkats.

Övriga spelare utom den som lägger straffsparken och målvakten ska befinna sig:

- minst 5 m från straffpunkten
- bakom straffpunkten
- på spelplanen
- utanför straffområdet

Efter att spelarna intagit positioner i enlighet med denna regel ger domaren signal till att straffsparken får läggas.

Spelaren som lägger straffsparken måste sparka bollen framåt, att klacka bollen är tillåtet om bollen rör sig framåt.

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

Spelaren får inte spela bollen igen innan den vidrört en annan spelare.

Straffsparken är fullbordad när bollen upphör att röra sig, går ur spel eller när domaren stoppar spelet för något regelbrott

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

### **2. Regelbrott och bestraffningar**

När domaren har gett signal till att straffsparken får läggas, så måste den läggas. Om, innan bollen är i spel, en av följande inträffar:

**A.** Spelaren som lägger straffsparken eller en medspelare bryter mot Spelreglerna:

- om bollen går i mål tas straffsparken om
- om bollen inte går i mål stoppar domaren spelet och återupptar det med en indirekt frispark

utom för följande då spelet stoppas och återupptas med en indirekt frispark oavsett om ett mål gjorts eller ej:

- en straffspark sparkas bakåt
- en medspelare till den identifierade straffsparksläggaren lägger straffsparken, domaren varnar spelaren som lade straffsparken
- finta att sparka bollen när straffsparksläggaren har fullbordat ansatsen (fintning under ansatsen är tillåten), domaren varnar straffsparksläggaren

## B. Målvakten eller en medspelare bryter mot Spelreglerna:

- om bollen går i mål döms mål
- om bollen går inte i mål tas straffsparken om, målvakten varnas om målvakten är ansvarig för regelbrottet

C. En spelare från varje lag bryter mot Spelreglerna tas straffsparken om, såvida inte en spelare begår ett allvarigare regelbrott (t.ex. otillåten fintning); om både målvakten och straffsparksläggaren bryter mot reglerna samtidigt:

- om straffsparken missas eller räddas tas straffsparken om och båda spelarna varnas
- om straffsparken går i mål ska målet underkännas, straffsparksläggaren varnas och spelet återupptas med en indirekt frispark till det försvarande laget

## Om, efter att straffsparken har lagts:

den som lägger straffsparken vidrör bollen igen innan den vidrört en annan spelare:

- en indirekt frispark (eller direkt frispark för hands) döms

bollen vidrörs av någon eller något utomstående när den rör sig framåt:

- straffsparken tas om

bollen studsar in på spelplanen från målvakten, ribban eller målstolparna och vidrörs därefter av utomstående:

- domaren stoppar spelet
- spelet återupptas med ett nedsläpp på den plats där bollen vidrörde utomstående

## 3. Sammanfattande tabell

	Resultat av straffsparken	
	Mål	Ej mål
<b>Inträde av anfallsspelare</b>	Straffsparken tas om	Indirekt frispark
<b>Inträde av försvarsspelare</b>	Mål	Straffsparken tas om
<b>Regelbrott av målvakten</b>	Mål	Straffsparken tas om, varning på målvakten
<b>Bollen spelas bakåt</b>	Indirekt frispark	Indirekt frispark
<b>Otillåten fintning</b>	Indirekt frispark, varning på straffsparksläggaren	Indirekt frispark, varning på straffsparksläggaren
<b>Fel straffsparksläggare</b>	Indirekt frispark, varning på fel straffläggare	Indirekt frispark, varning på fel straffläggare
<b>Målvakt och straffsparksläggare samtidigt</b>	Indirekt frispark och varning på straffsparksläggaren	Straffsparken tas om och varning på straffsparksläggaren och målvakten

## REGEL 15 – INKAST

Inkast tilldöms motspelarna till den spelare som sist vidrörde bollen när hela bollen passerat över sidlinjen på marken eller i luften.

Mål kan inte göras direkt från inkast.

- om bollen går i motståndarlagets mål – inspark döms.
- om bollen går i eget mål – hörnspark döms.

### 1. Tillvägagångsätt

I det ögonblick bollen kastas ska kastaren:

- vara vänd mot planen
- ha en del av båda fötterna på sidlinjen eller på marken utanför sidlinjen
- kasta bollen med båda händerna bakom och över huvudet från den plats där bollen lämnade spelplanen

Alla motspelare måste stå minst 2 m från inkastplatsen.

Bollen är i spel när den kommer in på spelplanen. Om bollen rör marken innan den går in på spelplanen ska inkastet tas om av samma lag från samma plats.

Om inkastet inte utförts korrekt ska det göra om av motståndarlaget. **Se undantag nedan.**

Om en spelare gör ett inkast på ett korrekt sätt och avsiktligt kastar bollen på en motspelare för att spela bollen på nytt, men inte gör det på vare sig oaktsamt eller vårdslöst sätt eller använder överdriven kraft, ska domaren låta spelet fortsätta.

Kastaren får inte vidröra bollen igen förrän den har vidrört en annan spelare.

### 2. Regelbrott och bestraffningar

Om den som kastar inkastet, efter att bollen är i spel, vidrör bollen igen innan den vidrört en annan spelare ska en indirekt frispark tilldömas motståndarlaget; om kastaren avsiktligt berör bollen med handen:

- en direkt frispark döms
- en straffspark döms om regelbrottet inträffade inom kastarens straffområde, såvida inte bollen berördes med handen av det försvarande lagets målvakt, i vilket fall en indirekt frispark döms

En motspelare som otillåtet stör eller hindrar den som kastar (inklusive flyttar sig närmare än 2m från inkastplatsen) varnas för olämpligt uppträdande och om inkastet har gjorts döms en indirekt frispark.

Vid alla andra brott mot denna regel ska en motspelare utföra inkastet.

### I S:t Eriks-Cupens 5- och 7-mannafotboll gäller följande:

**Om en spelare utför ett felaktigt inkast skall spelaren få göra om inkastet, efter det att domaren visat hur inkastet skall utföras. Laget får byta kastare.**

## **REGEL 16 – INSPARK**

Inspark döms när hela bollen passerar över mållinjen, på marken eller i luften efter att sist ha vidrört en spelare i det anfallande laget och mål inte gjorts.

Mål kan göras direkt från inspark, men bara på motståndarlaget, om bollen går direkt i insparksläggarens mål döms hörnspark till motståndarlaget om bollen vart utanför straffområdet.

### **1. Tillvägagångsätt**

- Bollen måste ligga stilla och sparkas från någon plats inom målområdet av en spelare från det försvarande laget
- Bollen är i spel när den lämnar straffområdet
- Motspelarna måste stanna utanför straffområdet tills bollen är i spel

### **2. Regelbrott och bestraffningar**

Om bollen inte lämnar straffområdet eller vidrörs av en spelare innan den lämnar straffområdet tas insparken om.

Om den som lägger insparken, efter att bollen är i spel, vidrör bollen igen innan den vidrört en annan spelare ska en indirekt frispark dömas; om insparksläggaren avsiktligt berör bollen med handen:

- en direkt frispark döms
- en straffspark döms om regelbrottet inträffade inom insparksläggarens straffområde, såvida inte insparksläggaren var målvakten, i vilket fall en indirekt frispark döms

Om en motspelare som är i straffområdet när insparken läggs, eller inträder i straffområdet innan bollen är i spel, vidrör eller försöker erövra bollen innan den vidrört en annan spelare ska insparken tas om.

Om en spelare inträder i straffområdet innan bollen är i spel och blir otillåtet angripen av en motspelare ska insparken tas om och den felande spelaren ska varnas eller visas ut beroende på regelbrottets art.

Vid alla andra brott mot denna regel ska insparken göras om.

### **I S:t Eriks-Cupens 5- och 7-mannafotboll gäller följande:**

#### **5-manna F/P 8-9**

Inspark får utföras var som helst inom straffområdet med spark på liggande boll eller med ett utkast från målvaktens händer. Bollen ska lämna straffområdet innan den är spelbar för någon spelare. Motståndarna skall backa hem till egen planhalva. Det är domarens ansvar att se till så att ”första fri” fungerar på ett bra sätt. Om domaren bedömer att motståndarna inte backar tillbaka tillräckligt, skall domaren tydligt instruera dessa och därefter låta insparken ske.

Väljer spelaren som utför insparken en snabb igångsättning innan motståndarna har hunnit tillbaka mot mittlinjen skall domaren låta spelet fortgå.

När bollen är i spel får målvakten endast sätta igång spelet med hjälp av en spark på liggande boll eller med hjälp av ett utkast.  
(Bollen är spelbar för motståndarna om målvakten väljer att lägga ner bollen på marken).

Målvakten får inte göra en så kallad ”utspark”. Skulle detta göras får målvakten sätta igång spelet på nytt och på ett riktigt sätt.



## **FÖRSTA FRI**

När ett lag ska utföra en inspark, måste motståndarna backa hem till egen planhalva. Detta för att främja passningsspelet för laget som tilldömts insparken. Så fort insparken lagts får motståndarlaget lämna sin egen planhalva och försöka vinna bollen. **Detta gäller i samtliga 5-mannamatcher som spelas i S:t Eriks-Cupen.**

### **7-manna F/P10-12**

Inspark får utföras var som helst inom straffområdet med spark på liggande boll. Motståndarna skall minst vara **5 meter** från bollen och utanför straffområdet. Bollen ska lämna straffområdet innan den är spelbar för någon spelare. (Om målvakten fångar bollen med händerna under spelets gång får målvakten kasta eller sparka ut bollen på valfritt sätt.)

Om en motspelare till det lag som lägger insparken inträder för tidigt i straffområdet kan domaren låta spelet fortsätta om motspelaren inte inverkat på spelet.



## **REGEL 17 – HÖRNSPARK**

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

Mål kan göras direkt från hörnspark, men bara på motståndarlaget; om bollen går direkt i hörnsparckläggarens mål döms hörnspark till motståndarlaget.

### **1. Tillvägagångssätt**

- Bollen ska placeras innanför hörnområdet
- 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; den behöver inte lämna hörnområdet
- Hörnflaggstången får inte flyttas
- Motspelarna måste uppehålla sig minst 5 m från hörncirkelbågen tills bollen är i spel

### **I S:t Eriks-Cupens 5-mannafotboll gäller följande:**

**Bollen får placeras där straffområdeslinjen skär mållinjen.**

### **2. Regelbrott och bestraffningar**

Om den som lägger hörnsparken, efter att bollen är i spel, vidrör bollen igen innan den vidrört en annan spelare ska en indirekt frispark dömas; om hörnsparckläggaren avsiktligt berör bollen med handen:

- en direkt frispark döms
- en straffspark döms om regelbrottet inträffade inom hörnsparckläggarens straffområde, såvida inte hörnsparckläggaren var målvakten, i vilket fall en indirekt frispark döms

Om en spelare lägger en hörnspark på ett korrekt sätt och avsiktligt sparkar bollen på en motspelare för att spela bollen på nytt, men inte gör det på vare sig oaktsamt eller vårdslöst sätt eller använder överdriven kraft, ska domaren låta spelet fortsätta.

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



## Domarens tecken



**FÖRDEL**



**INDIREKT FRISPARK**



**DIREKT FRISPARK**



**VARNING**



**UTVISNING**

