

## **TURNERINGSREGLER FOR ELLINGSRUDGRENDA CUP 2024**

1. Turneringen gjennomføres i henhold til Norges Fotballforbunds retningslinjer for kamper og turneringer for spill på små baner for utøvere under 13 år. Alle deltagere blir premiært likt.
2. Dere trenger ikke å registrere lagets ankomst i klubbhuset, men gå direkte til banen og vær klare min. 15 minutter før første kamp.
3. Dersom noen av spillerne er innvilget dispensasjon fra aldersbestemmelsene fra egen fotballkrets, må dispensasjon legges fram for turneringssekretariatet ved registrering av laget.
4. Det tas forbehold om endringer i programmet ved svært ugunstige værforhold eller andre spesielle omstendigheter.

### **SPILLEREGLER**

#### **Fellesinfo/regler for 3er og 5er:**

1. 3er-lag består av 3 utespillere, ingen målvakt (6 år). 5er-lag består av 4 utespillere pluss målvakt (7-9 år).
2. Spilletiden pr. kamp er satt til 1 x 15 min. for 3er (fire kamper) og 1 x 25 min. for 5er (tre kamper)
3. Det laget som står først i spilleoppsettet har avspark. Dette laget beholder også "sine" drakter ved draktlikhet. Bortelaget er ansvarlig for å skaffe og benytte annen draktfarge/overtrekksvester. Det er påbudt med leggskin i alle årsklasser.
4. Laget møter ved angjeldende bane senest 5 minutter før kampstart.
5. **Fair Play-hilsen** gjennomføres i alle kamper. Lagene stiller opp på to rekker mot hverandre og foretar håndhilsen før kampstart. Dette gjøres midt på banen med dommer i midten. Det samme gjøres etter kampen hvor alle takker for kampen. **PS: trolig ikke tid for 3er-kampene.**
6. Spillerne kan fortløpende bytte ut/inn ved sin lagledelse uten å varsle dommer (flygende innbytte). Ny spiller skal ikke gå inn på banen før spiller som skal byttes ut er ute av banen.

#### **Spilleregler for 5er**

1. Ved utspill fra mål kan målvakt sette spillet i gang ved å sparke eller kaste ballen fra enhver plassering innenfor sitt målområde. Det er ikke lov å kaste eller sparke ballen over midten ved målspark, eller når målvakt skal frigjøre ballen etter redning. Hvis dette skjer skal det dømmes et indirekte frispark til motparten fra der ballen passerer midtstreken.

#### **2. Pressfri sone**

- Ved igangsetting fra målvakt (etter tildelt målsark), skal forsvarende lag trekke seg bak presslinjen.
- Det forsvarende laget kan først bevege seg over presslinjen når en motspiller har mottatt ballen fra målvakten.
- Brudd på regelen fører til ny igangsetting.
- Ballførende lag må ikke vente på at motstanderen skal trekke seg tilbake, men har muligheten til å starte spillet umiddelbart, dersom de ønsker dette. Men ballen er ikke i spill før den har forlatt straffesparkfeltet.

### 3. Ekstra spiller:

- Når differensen i en kamp blir fire mål, kan det laget som ligger under sette inn en ekstra utespiller. Dersom differansen reduseres til tre mål, går man tilbake til like mange spillere. Det kan ikke settes inn mer enn en ekstra spiller selv om differansen blir mer enn fire mål.

For mer info, se: [Spilleregler som for vanlige seriekamper, 5er](#)

### **Spilleregler for 3er**

1. Spilles ballen ut av banen igangsettes spillet av motstanderlaget ved innspark fra linjen hvor ballen gikk ut.
2. Det spilles ikke med hjørnespark. Uansett hvem som sparker ballen over baklinjen eller vantet, er det avspark fra mål.
3. Sklitaklinger og hardt spill er ikke lov og medfører frispark.
4. Avstanden til nærmeste motstander ved innspark og frispark er 3 meter.
5. Alle frispark er indirekte.
6. Det kan scores mål fra alle steder på banen.
7. Hands gir indirekte frispark.
8. Det spilles uten straffespark. Alle forseelser gir frispark.
9. Når det scores mål, skal spillet igangsettes fra midten og motstanderens spillere skal tilbake på egen banehalvdel minimum 3 meter fra ballen.
10. Det er flyvende innbytte uten stopp i spillet. Det skal skje fra midtbane, og den spiller som byttes ut skal forlate banen innen en ny spiller kommer inn på banen.
11. Det blåses frispark mot, om en spiller holder seg fast i vantene for å skjerme ballen.
12. Det er ikke tillatt å stå i mål.

For områder som ikke er omtalt i dette reglementet gjelder NFFs lover og regler.