**Cupreglement**

1. Hvert lag består av maksimalt 12 spillere. Max 5 får delta i spillet samtidig, dvs. 1 keeper og 4 utespillere. Det spilles på håndballbane (20 x 40 m.) med håndballmål. Dekket er av type Pulastic sportsgulv. Det spilles med 4-er futsalball i alle klasser.
2. Alle lag er garantert minimum 3 kamper i innledende runder med mindre lag trekker seg kort tid før start og dermed medfører w.o.
3. Spilletiden er 1x15 minutter i innledende runder, 1x18 minutter i sluttspillkamper og 2x12 minutter i finalene. Evt. stans av klokke kan kun skje etter tegn fra dommer.
4. Fottøy skal være fotballsko/joggesko uten knotter, såkalt jevn såle. NB! Det er kun tillatt med lyse såler.
5. Hvert lag skal senest 30 minutter før første kamp levere inn navneliste til hovedsekretariatet. Dette skjer på særskilt skjema. Det er ikke anledning til å fjerne spillere på dette skjema, men nye spillere kan føres på gjennom hele turneringen inntil skjemaet inneholder 12 - tolv - spillere. En spiller må være oppført på skjemaet for å være spilleberettiget.
6. Dersom en klubb har med flere lag i samme klasse og ett eller flere lag blir slått ut i innledende runder, kan maks 2 spillere overflyttes til hvert av de gjenværende lag. Overføringen må skje **etter** begge lags innledende kamper og **før** sluttspillet starter. **Når sluttspillet er i gang (for det laget spilleren skal til eller fra) kan det ikke foretas overføringer**. Endringer må meddeles sekretariatet og navn føres på lagskjema med klokkeslett for endring.
7. **Keeper**: En keeper kan benyttes på **flere lag, også i samme klasse.** Han/hun må være oppført på alle lagoppstillingene og sekretariatet skal meddeles. **En spiller kan spille ute på et lag og være keeper på et annet**. Keepere skal være merket med keeper på laglisten. (*presisering: keeper som benyttes på flere lag kan ikke under noen omstendighet være utespiller på flere enn ett lag i samme klasse*).
8. En spiller kan delta på **to lag i forskjellige klasser** forutsatt at han/hun holder alder for yngste klasse. Spilleren må være oppført på begge lagoppstillingene og sekretariatet skal meddeles. For evt. overføring av spiller/e ref. pkt. 6) gjelder samme regel som for spillere i samme klasse.
9. Det er kun spillere som er registrert som spillere/medlemmer i klubben som har anledning til å delta i turneringen (dvs. spilleberettiget i hht. NFFs reglement, eller [meldt overgang til klubben etter 10. september](https://www.fotball.no/kretser/oslo/praktisk-info/handbok-fotball/#74022)). **Dispensasjon kan gis for inntil 1 spiller pr. lag** ved fremvisning av skriftlig tillatelse fra den klubb spilleren er spilleberettiget for. Bruk av ikke spilleberettiget spiller medfører diskvalifikasjon av laget. Begrensningen om max 1 disp-spiller pr. lag gjelder også i sluttspill – dvs. hvis spillere flyttes over fra lag som er utslått så kan ikke disp-spiller flyttes hvis det allerede er en disp-spiller på laget det skal flyttes til.
10. Dersom lag møter til kamp senere enn 5 minutter etter oppsatt tid i programmet, dømmes walkover til motstanderen.
11. Protester må leveres hovedsekretariatet skriftlig senest 1 time etter kampens slutt. Kr. 500.- i protestgebyr, som tilbakebetales dersom protesten blir tatt til følge, må innbetales samtidig. Juryens kjennelse er endelig og kan ikke ankes. Fører protesten til ny kamp, startes denne fra «sudden death» dersom protestgrunnlaget oppsto i et «sudden death-spill».
12. Klasseinndeling etter NFFs bestemmelser for påfølgende sesong. Det kan benyttes 1 overårig spiller som er max ett år for gammel (dersom spilleren inneværende år ikke har spilt for lag på sin egen årgang – NFFs regler). Disp. utover dette kan etter søknad gis i **helt spesielle** tilfeller. Legitimasjon må kunne fremlegges på forespørsel ved eventuelle protester. Ved protest på alder må lagledelsen hos de som protesterer peke ut hvilke spiller (e) hos motstander de protesterer på.

**Kampreglement**

1. Avspark foretas av ”hjemmelaget” (som står først i kampprogrammet), som alltid stiller på banehalvdelen nærmest tribunen i Alliansehallen (bane 1 og 2) og nærmest lystavla i Skihallen (bane 3). Ved draktlikhet skifter ”bortelaget” drakter, evt. benytter vester. Vester kan lånes i sekretariatet.
2. Spillerbytte kan skje når som helst under spillets gang. Bytte skal skje ved lagets tekniske område. Spiller som skal byttes ut må forlate banen før ny spiller kan komme inn på banen. Bytte av målvakt kan gjøres fra mållinjen ved siden av målet.
3. Innkast erstattes med innspark. Det kan ikke gjøres mål direkte fra innspark. Mål scoret direkte fra innspark annulleres og det dømmes **utkast fra keeper**. Motspiller må være minst 5 meter fra ballen **ved innspark. Står motspiller nærmere og dommer betrakter det som sabotasje, så gis gult kort og innsparket tas på nytt.** Ballen må settes i spill innen 5 sekunder (etter kontroll på ballen). Ligger ballen klar og på rett sted for innspark så regnes tiden fra ballen er klar for innspill, selv om ingen spiller er klar for innspillet.
4. Corner tas som ordinær corner. Motspiller må være minst 5 meter fra ballen
5. Straffesparkfeltet/målfeltet er innenfor den stiplede 9 meters markeringen på håndballbanen. Målvakten får ikke berøre ballen med hånd eller arm utenfor dette feltet.
6. Straffespark tas fra 7 meters streken, midt foran mål (handballstraffemerket)
7. Målkast erstatter målspark. Det kan kun utføres av målvakten som:
8. Må stå innenfor eget straffesparkfelt
9. Ballen må kastes ut av eget straffefelt
10. Ikke kan kaste ballen over midtlinjen uten at den berører gulv eller spiller
11. **Når ballen har vært død (bak dødlinjen) settes spillet i gang ved at keeper kaster ballen til spiller utenfor straffefeltet. Keeper kan ikke legge ballen ned til seg selv når ballen har vært død. Keeper kan få tilbakespill umiddelbart etter at ballen er satt i spill.**
12. Må sette ballen i spill innen 5 sekunder (etter kontroll på ballen).
13. For sene målkast straffes med indirekte frispark fra linjen som avgrenser straffesparkfeltet (9 meters linjen).
14. Ved målkast er ballen først i spill etter at den har passert linjen som avgrenser straffesparkfeltet. Utespillere kan ikke gå inn i straffesparkfeltet før ballen er i spill. Spiller som gjør dette skal tilsnakkes og ved gjentagelse utvises i ett minutt. Berører ballen med eller motspiller før den er i spill, skal kastet tas på nytt.
15. For lange målkast straffes med indirekte frispark ved midtstreken.
16. Målvakten kan **ikke** ta ballen med hendene ved tilbakespill. Det dømmes indirekte frispark (trekkes ut på 9 m.).
17. Når målvakten har ballen i fast grep kan han ikke sette i gang spillet direkte over midtstreken, gjøres dette tildeles motstanderen et indirekte frispark fra midten. Målvakt kan slippe ballen ned og spille den som en utespiller også innenfor straffefeltet (ballen kan da spilles over midtlinjen).
18. Skuldertaklinger og sklitaklinger er ikke tillatt. Det dømmes direkte frispark. Gjelder også målvakt.
19. Motstander får ikke stå nærmere enn 5 meter ved frispark. **Står motspiller nærmere og dommer betrakter det som sabotasje, så gis gult kort og frisparket tas på nytt.**
20. Offside dømmes ikke.
21. Går ballen i taket dømmes det indirekte frispark (til det lag som ikke spilte ballen sist, før den gikk i taket) rett ned fra der ballen treffer taket.
22. Utvisning av spiller (e), bedømmelsesgrunner:

* Feilaktig innbytte: - utvisning 1 minutt (ny spiller kan **ikke** settes inn)
* Forseelser som ellers gir gult kort: - utvisning 1 minutt (ny spiller kan **ikke** settes inn)
* Grove forseelser, rødt kort: - utvisning 3 minutter for laget (dvs: ny spiller kan settes inn etter 3 min.)

Den utviste spiller (rødt kort) er utvist for resten av kampen og må forlate området ved sidelinjen. Vedkommende får karantene minimum 1 kamp, og juryen avgjør etter rapport eventuelle ytterligere forføyninger. Skjer forseelsen i siste kamp for laget i turneringen, vil spilleren bli rapportert til den krets spillerens lag tilhører. Ved alle typer utvisninger er det dommerens skjønn som er avgjørende.

Dersom samme spiller får 2 x utvisninger i samme kamp må spilleren (fra 2. gangs utvisning) stå over resten av kampen.

**Ved utvisning av spiller (e) gjelder for øvrig:**

Målvakten må bare forlate banen ved grove forseelser, rødt kort. Utespiller soner straffen ved andre utvisningsgrunner. Skulle det p.g.a. utvisninger bli færre enn 2 utespillere igjen på banen på ett av lagene, skal soningen av den siste utvisningen utsettes til ny spiller kan settes inn, men den utviste må forlate banen. Denne erstattes av ny spiller til soningen kan begynne. I sudden death må utvisning sones umiddelbart uavhengig av antall spillere på banen.

Ved utvisning under sudden death der det KUN er 1 utspiller og målvakt på hvert lag erstattes utvist spiller av en ny spiller. Motstanderlaget setter da inn en 3dje spiller i 1 eller 3 min. i forhold til utvisningstiden. Når utvisningstiden er over tar motstanderlaget av sin 3dje spiller.

1. Mål kan gjøres fra hvor som helst på banen, **men ikke direkte på avspark** (eventuelle mål annulleres og målvakt setter i gang ballen ved målkast). Frispark og straffer idømt i det tiden går ut skal tas før kampen avsluttes. Det må da skytes direkte. Indirekte frispark tas ikke.
2. Om to eller flere lag kommer på samme poengsum etter avsluttet puljespill, avgjøres plassering på følgende måte:
   1. Målforskjell
   2. Flest scorede mål
   3. Innbyrdes oppgjør
   4. Ved myntkast (utføres av sekretariatet), lagleder og kaptein fra begge lag + to fra sekretariatet deltar. ingen andre tilstede
3. Poengberegning vil være 3 for seier, 1 for uavgjort og 0 for tap. Målscore ved walkover er 3-0. Dersom et lag gir walkover i puljespillet og innbyrdes plassering i puljen skal avgjøres ved målforskjell, skal alle lagets kamper (altså: laget som har gitt WO) ha forholdet 3-0. Laget som gir WO plasseres til slutt i puljen. Alle lag er garantert minst 3 kamper i innledende og de 2 beste fra hver pulje går til sluttspill (noe endring i hvilke lag som går videre hvis flere/færre enn 4 lag i puljer). Hvis puljen er ferdigspilt, og et lag som er kvalifisert for sluttspillet trekker seg vil de andre lagene i puljen rykke opp en plass. Eksempelvis at laget som ble nr. 3 i sin pulje rykker opp en plass, og inn i sluttspillet.
4. Er resultatet uavgjort etter ordinær tid i sluttspillet, spilles det «sudden death» (første mål vinner).
   1. «sudden death» Lagene har 2 spillere (hvorav 1 er målvakt) på banen, og det spilles til et av lagene har scoret.

* En spiller på hvert lag skal være målvakt og ha drakt med avvikende farge.
* Skadet spiller erstattes med en av spillerne som var på banen når dommer blåste av kampen.
* Det er kun spillere som deltok på banen ved ordinær sluttid som kan spille under sudden death
* Spilletiden startes med dropp på midtpunktet (hver annet (2) minutt)
* Dommer blåser av hvert andre (2) minutt, spiller kan da byttes med en av de som avsluttet kampen om ønskelig. Det er bare spillere som var på banen ved kampens avslutning som kan byttes inn.

1. For øvrig gjelder NFFs lover og regler.