**REGLEMENT – 7’er**

Det benyttes syv spillere på hvert lag samtidig, inkludert målvakt. Det anbefales max 5 innbyttere som kan byttes inn når som helst.

Det er påbudt med leggbeskyttere.

Spilletiden er 1 x 20 min. og vi ber alle lag om å være klare til sin kamp minst 3 minutter før kampstart.

Av tidshensyn gjennomfører vi ikke «hilsen» før kampen, men lagene takker hverandre for kampen umiddelbart etter kampslutt.

Laget som står oppført først (hjemmelaget) stiller opp nærmest garderobene.

Dersom lagene har samme farge på drakten, bytter førstnevnte lag i kampprogrammet drakt/tar på vester

* Gule/røde kort benyttes ikke, men dommeren bør gi tilsnakk ved gjentatte overtredelser.
* Ved feil innkast får man ett nytt forsøk etter veiledning fra dommer
* Tilbakespill der keeper tar ballen med hendene er ikke tillatt – får ingen konsekvenser første gang annet enn at det skal påpekes av dommeren, andre gang gis det indirekte frispark til motstanderlaget (tas ved midtlinjen)

(fra NFFs regelverk):

* Det er ikke lov å kaste eller spille ballen direkte over midten ved målspark/målkast.
* Hvis dette skjer: Dømmes frispark til motstanderlaget der ballen passerer midtbanestreken.
* NB!  Det er lov å kaste eller spille ballen over midtlinjen når målvakten skal frigjøre ballen etter redning.
* Press-sone: når keeper kaster ut ballen må motspillere trekke bak markert linje for pressone
* Dette gjelder kun når keeper setter i gang spillet etter at ballen har vært over dødlinjen
* Går ballen i taket fortsetter spillet på vanlig måte
* Dersom et lag leder med 4 mål eller mer kan motstanderlaget sette på en ekstra spiller