

Regler – 7 mot 7, utan domare

1. Avbytare

Obegränsat antal avbytare får användas.

Den inbytte spelaren får inte gå in på planen förrän den utbytte hunnit ut. Byten ska ske vid lagets "avbytarbänk".

2. Lagledare

En lagledare ska utses i varje lag. Hen är ansvarig för sitt lags uppträdande.

3. Extra spelare

Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 8 spelare tills ställningen är lika.

4. Utrustning

Har lagen samma tröjfärg ska bortalaget bära västar som finns att låna från arrangören. Målvaktens tröjfärg ska vara avvikande från både medspelare och motståndare och om det behövs kan målvakten låna en väst från arrangören.

Godkända benskydd samt strumpor som täcker benskydden är en stark rekommendation.

Det är ej tillåtet att spela med fotbollsskor med skruvdoob.

Man får ej spela med smycken såsom halsband, örhängen eller ringar.

Arrangörer står för matchboll i storlek 5. Ej för uppvärmningsbollar.

5. Avspark

Innan avspark ska lagledarna hälsa på varandra. Hemmalaget har alltid avspark. I andra halvlek gör bortalaget avspark. Avsparken får spelas i valfri riktning.

6. Sidbyte

Lagen byter sida i halvtid, om de inte själva kommer överens om att stå kvar.

7. Målvakt

När målvakten fångat bollen får hen inte ta bollen med händerna en andra gång efter att ha släppt den. Gör hen det blir det indirekt frispark från straffområdeslinjen.

Målvakten får inte göra mål genom att kasta bollen direkt i motståndarnas mål, sker detta blir det inspark för motståndarna.

När bollen passerat kortlinjen måste målvakten kasta ut den.

Vid avsiktligt/medvetet tillbakaspel med fötterna får målvakten ej ta bollen med händerna. Gör hen det blir det indirekt frispark från straffområdeslinjen.

Målvaktsbyte får ske när som helst under matchen under förutsättning att bollen är ur spel, dock måste motståndarna alltid informeras innan bytet sker.

8. Inkast

Inkast från sidolinjen tillämpas. Inkastet får ej gå direkt i mål.

9. Frispark

Frispark ges motståndarlaget när en spelare gör sig skyldig till ett regelbrott.

Avstånd på frisparkar/insparkar ska vara 7 meter. En spelare får inte stå närmare i avsikt att hindra bollens framfart. Sabotage mot frispark/inspark är inte okej.

När tre eller fler spelare i det försvarande laget bildar en mur måste motspelarna befinna sig en meter från muren tills bollen är i spel.

10. Straffspark

Straffspark döms om en bestraffningsbar förseelse begås av en spelare inne i sitt eget straffområde, oavsett bollens position, om den är i spel.

Straffpunkten ska vara 7,5 meter från målet.

11. Hands

Mål kan ej göras direkt från spelares hand, även om det sker oavsiktligt.

Alla hands är inte bestraffningsbara, följande hands ska bestraffas med frispark alt. straff:

- Avsiktlig hands (när spelaren avsiktligt stoppar bollens framfart).
- Skyddshands (när spelaren instinktivt drar upp händerna för att skydda sig).
- När en spelare som har armen i en för situationen onaturlig vinkel får bollen på handen/armen.

Det blir alltså inte frispark när en spelare som har armen intill kroppen eller i en naturlig vinkel får bollen på handen/armen.

12. Offside

Ingen offside i denna tävlingsform.

13. Retreat line

Ingen Retreat line i denna tävlingsform.

14. Sten, sax, påse

Om lagen inte kommer överens inom 30 sekunder vilken fast situation som ska dömas ska det avgöras med sten, sax och påse. Det vinnande lagets målvakt får starta med bollen.