



SPILLEREGLER

1. I dameklassen, jenter 17-16, 15, 14 & 13 år spilles det med 5 spillere på banen inkl. målvakt. For klassen jenter 12, 11, 10, 9, og 8 år spilles det med 6 spillere inkl. målvakt. Spillebytte kan skje når som helst i kampen. Innbyttersonen er bak lagets mål. Feil innbytte straffes med 2. min. utvisning. Lagledelse skal foretas kun fra området bak lagets mål.
2. Spilletiden er 1x18min
3. "Hjemmelaget" tar avspark og spiller fra garderobesiden.
4. Ballen er ute av spill når den passerer kortlinjen. Dersom "hjemmelaget" (inkl. målvakten) er sist på ballen, dømmes corner.
5. Innspark (indirekte) tas kun ved sidelinje mot yttervegg på Bane A & C. I sluttspill benyttes 4sek. regel.
6. Det er ikke lov å støtte seg/holde i vantet – det dømmes da indirekte frispark. Dommeren avgjør.
7. Som straffeområde gjelder den heltrukne håndball-linjen. Målvakten kan ikke ta ballen med hendene utenfor denne.
8.
 - Ved utspill kastes ballen fra straffeområdet. Ballen får ikke under noen omstendighet kastes direkte over midtlinjen fra straffeområdet. I slike tilfeller dømmes indirekte frispark ved midtlinjen.
 - Har målvakten fanget ballen med hendene, kan ballen kastes - men ikke over midten.
 - Har målvakten fanget ballen med hendene og den slippes ned på gulvet for å spilles videre, må ballen berøres av en annen spiller før den passerer midtstreken. Hvis ikke dømmes indirekte frispark på midtlinjen.
9. Spillere får ikke stå nærmere enn 5 meter da motstander har frispark.
10. Straffespark foretas fra straffemerket på håndballbanen.
11. Offside forekommer ikke.
12. Sklitakling er ikke tillatt. Straffes med indirekte frispark.
13. Det benyttes innefotballer i følgende størrelser : Str. 3 (J8), Str. 4 (J9-J14), Str. 5 (J15 →).
14. Utvisning på 2 minutter dømmes i de tilfeller da dommeren normalt gir gult kort. Ved grove forseelser eller andre gangs utvisning i samme kamp utvises spiller for hele kampen. En spiller som er utvist for resten av kampen, må stå over neste kamp. Skulle et lag få mer enn to spillere utvist samtidig, fordrøyes den tredje utvisningen slik at den tredje utviste byttes med innbytter. Når tiden for den første utviste er gått ut, begynner utvisningstiden for den tredje utviste. Laget må fortsatt spille med to utspillere til andre utvisningen er klar.
15. Mål kan gjøres over hele banen.
16. Fottøy som benyttes. Fotballjoggesko/vanlig joggesko. Sko med såle som setter merker/spor i gulvbelegget, må **ikke** brukes.



17. Dersom to eller flere lag ender på samme poengsum avgjøres plasseringen slik :
- A. Målforskjell
 - B. Flest scorede mål
 - C. Innbyrdes oppgjør
 - D. Loddtrekning
18. Sluttspillkampene i dameklassen og jenter 13 år :
Ved uavgjorte kamper etter full tid i sluttspillet anvendes “første mål vinner”
(sudden death) slik: Når det blåses for full tid, skal hvert av lagene ta ut 2 spillere og det spilles max 5 min. Dersom det innen den tid ikke er scoret mål, avgjøres det hele med straffesparkkonkurranse (3 straffer).
NB! Det er kun de 5 spillerne som befinner seg på banen ved avblåsning for full tid som deltar videre (rett til innbytte er opphørt).
Jenter 17-16, 15 og 14 år spiller enkel serie.
Jenter 12, 11, 10, 9, og 8 år har ikke sluttspill.
19. Hvert lag skal senest 30 min. før første kamp levere inn fullstendig lagoppstilling til sekretariatet.
20. En spiller har kun lov til å spille for ett lag uansett klasse. Unntak for dette er keeper som kan stå i mål for flere lag i **samme klasse**. Sekretariatet skal i så tilfelle ha beskjed om hvilken spiller dette gjelder.
21. Dersom laget ikke er kampklar senest 5 minutter etter oppsatt tid gis motstanderen «walk over».
22. Evt. protester skal levers sekretariatet senest 15 minutter etter kampens avslutning. Protestgebyr kr. 200,-. Bli tilbakebetalt dersom protesten tas til følge. Juryens kjennelse er endelig og kan ikke ankes.
23. Forøvrig gjelder NFF's regler og lover.

ALDERSKLASSER - 2024 :

Jenter	8 år	(f.e. 1.1.16)
Jenter	9 år	(f.e. 1.1.15)
Jenter	10 år	(f.e. 1.1.14)
Jenter	11 år	(f.e. 1.1.13)
Jenter	12 år	(f.e. 1.1.12)
Jenter	13 år	(f.e. 1.1.11)
Jenter	14 år	(f.e. 1.1.10)
Jenter	15 år	(f.e. 1.1.09)
Jenter	16-17år	(f.e. 1.1.07)
Damer		(fylt 15år før 1.1.24)

BEGRENSNING:

Dispensasjon fra aldersbestemmelsene vil ikke bli gitt uten særskilt søknad - forøvrig iht. NFF's kampreglement §2-3 1
De enkelte kretser's særbestemmelser fra aldersbestemmelsene gjelder ikke.
Bruk av gjestespillere er ikke tillatt.