



REGLER 5 MOT 5

Allmänt:

- Matchtid: 3x10 minuter vid flera matcher, 3x15 minuter vid en match
- Försvarande lag backar till mitten när målvakten eller andra laget startar (retreatlinjen).
- Om bollen går ut över kortlinje blir det målvaktens boll.
- Om försvarande lag skjuter bollen över egen kortlinje blir det hörna.
- Om någon blir skadad eller ledsen (ligger kvar) blås av spelet. Spelet sätts sedan i gång genom nedsläpp till det lag som hade bollen på den plats när spelet stannades.

Inspel:

- Om bollen går ut över sidlinje blir det inspel till det andra laget (ej inkast).
- Inspel från kanten kan ske med pass eller att man dribblar i gång bollen.
- Inspel får inte gå direkt i mål. Om det sker är det nytt inspel.
- Avstånd vid igångsättning, inspel eller frispark är 5 meter.

Frispark:

- Det kan bli frispark. Frispark får inte skutas direkt i mål. Om det sker går frisparken om.
- Det kan inte bli straff eftersom det inte finns något straffområde. Det ska i stället bli frispark.

Målvakt:

- Målvakten rullar alltid ut bollen med händerna.
- Målvakten får ta upp bollen med händerna på tillbakapass.
- Försvarande lag ska backa till mitten (retreatlinjen).

Övrigt:

- Var tydlig. Peka, blås och förklara.
- Gör så gott du kan men kom ihåg att även domare missar saker.
 - Prata med ledaren i FFK om du har några frågor eller om någon beter sig illa.