



ÅLDERSDISPENSER (pilot under 2026)

Många föreningar har haft stora utmaningar att delta i ungdomsserier med tidigare gällande föreskrifter. JHFF har därför beslutat att ytterligare underlätta för dessa föreningar i våra distriktsserier.

De nedanstående föreskrifterna kring åldersreglering ger föreningen, laget och ansvarig ledare större frihet – men också ett större ansvar.

JHFF kommer under 2026 att kontinuerligt följa upp utfallet av de nya föreskrifterna.

- Med *ålder* avses den ålder spelaren fyller under innevarande år.
- I serierna för 8–14 år tillåts ett fritt antal överåriga spelare.
- Med *överårig spelare* avses en spelare som är max två år äldre än seriens angivna ålder.
- Dispens kan sökas av sociala eller medicinska skäl.

Rekommendation: Minst 50 % av spelarna bör ha den ålder som motsvarar seriens angivna ålder.

Förtydligande

Laget "Fotboll IF P12, f2014" har anmält sig till serien "Pojkar 13"

- "Pojkar 13" är då serienamnet

- 13år är då tillåten ålder

- spelare med ålder upp till 15år tillåts då spela i serien

- man får spela med laget i serien även om inte rekommendationen om minst 50% av spelarna är 13år

- om en spelare är född 2014 och fyller år 31/12 så är den spelaren 12år hela spelåret

Exempel

Laget "Fotboll IF F12, f.2014" har anmält sig till Flickor 12år, laget **kan** då ställa upp med enbart spelare som är 14år f.2012, det avviker från rekommendationen men är fullt möjligt.

Kontakt med motståndare ska ske för att stämma av med motståndares åldersstruktur, om det visar sig att motståndaren har spelare med ålder 10år, f.2016 så är det ett åldersspann på 4år **vilket bör undvikas** utifrån trygg matchmiljö

Liknande argumentation förekommer:

Vårt lag spelar jämna matcher mot lag som är yngre så vi vill möta lag som är 1år eller tom 2år yngre än oss för att uppnå "jämn match". Då ställs "jämn match" mot "trygg matchmiljö" och då **ska alltid trygg matchmiljö prioriteras**.

Trygg matchmiljö är subjektivt då det är upplevelsen som är svaret, därav viktigt att ledare stämmer av detta med sina spelare.