

Spelregler - Regler för fotboll i spelformen 7 mot 7 - Spelregler för barn och ungdomsfotboll

Målstorlek: 5x2 meter.

Planstorlek: Max: 55x35, Min: 50x30

Straffområde: 7x19 m. Ska linjeras, streckas eller sättas ut med platta koner.

Avbytare: Fritt.

Bollstorlek: 4

Speltid: 3x20 minuter.

Extra spelare vid 4-måls underläge tills det är oavgjort.

Retreat-Line: 7 meter från mittlinjen.

Målvaktsutkast: Rulla eller Kasta alt. lägga ner bollen och passa igång efter marken.

Bollen behöver då inte spelas ut ur det egna straffområdet för att vara i spel. OBS! Utspark är ej tillåtet.

Tillbakaspel till egen målvakt: Ej tillåtet för målvakt att ta bollen med händerna.

Varningar och utvisningar tillämpas vid avsiktligt vårdslöst eller farligt spel samt olämpligt uppträdande mot domare eller motståndare

Vid frispark måste spelarna befinna sig minst 2 meter ifrån målvakten.

OBS! Ledare och domare får ej komma överens om avvikande regler.

Tävlingsbestämmelser

Spelare och avbytare

Byte sker i närheten av mittlinjen vid spelarbåset/bänken. En spelare som ska bytas in väntar utanför planen tills spelaren som ska bytas ut kommit av planen. Det är inte tillåtet att byta på någon annan del av planen om inte spelet är avblåst p.g.a. skada och efter godkännande av domaren. Fritt antal avbytare.

Domarrapport

I samtliga 7mot7-serier ska domarrapporten göras i Fogis.

Det är ett krav från FIFA from 2026 att när spelare 9 år och äldre deltar i match ska detta finnas registrerat. Spelarförteckning lämnas inte in till vare sig domaren eller förbundet.

Matchändringar:

Matchändringar görs efter överenskommelse mellan lagen som möts och läggs in i Fogis av hemmaföreningen på respektive match så blir allt uppdaterat även på hemsidan och i Min Fotboll.

Behöver ni hjälp så mejlar ni henrik.zetterlund@svenskfotboll.se

Tillståndsansökningar / Cupperioder:

För lag 10–12 år (7mot7) gäller följande:

ÖLFF:s representantskap har inför 2026 beslutat att Cuper endast får arrangeras och deltas i under följande perioder: Nu t.o.m. 3 maj, 14–17 maj (kr. h. helg), 5 juni-16 aug, 1 okt-1 maj (2027)