

# Tävlingsbestämmelser



SIF cupen  
20<sup>27</sup>/<sub>8</sub>16

## SIF cupen 2016

### Spelregler

**SIF cupen** spelas med följande regler, undantag och förtydliganden:

- Spelplanen är femmanna, 40 x 20 meter (handbollsplans storlek), SIF cupen spelas på naturgräs. Straffområdet är lika stort som på en sjuannaplan, straffpunkten är 6 meter från mållinjen
- Matchtid: 1 x 12 minuter, finaler 2 x 10 minuter
- Antal spelare: Max 12 spelare i truppen, fria byten
- Spelform och klass: målvakt + 4 utespelare, korpenturnering/kompisturnering, senior (Min ålder född 00 eller äldre)
- Hemmalaget börjar matchen med boll. Hemma- respektive bortalag lottas av tävlingsledningen
- Vid avspark, frispark och inspark från sidan ska motståndaren stå minst fem meter från bollen. När bollen går död vid kortlinjen ska målvakten kasta ut bollen för att få bollen i spel. Målvakten får inte kasta bollen direkt i mål. Målvakten får inte ta upp bollen med händerna vid tillbakaspel från egen spelare. Målvakten får ta upp bollen med händerna vid tillbakaspel med huvudet
- Inspark får heller inte gå över mittlinjen utan touch
- När bollen går död vid långsidan är det inspark som gäller. Laget som har inspark får inte skjuta bollen direkt i mål
- Glidackling, det är ej tillåtet att glidackla mot bollen och bollförare, däremot är det tillåtet att glidackla längs med bollens riktning och bollförare
- Får du gult kort, spelar laget med en man mindre i två minuter, vid mål är laget fulltaligt igen
- Vid rött kort spelar laget med en man mindre i fem minuter, vid mål är laget fulltaligt igen, spelare som får rött kort får inte delta i matchen och inte nästkommande match heller
- Protest vid eventuella domslut inlämnas till sekretariatet senast 15 min efter matchen, kostnad 500 kr, pengarna tillbaka om protesten beviljas