

Spelereglar for Manger Cup

For 3v3 fotball gjelder.

1. Antall spillere

3 spillere fra hvert lag på banen.

Keeper benyttes ikke.

5 utøvere pr lag

Spillere kan byttes inn når som helst (flyvende innbytter). Hvert lag kan benytte max.3 innbyttere.

- lag som ligg under med fire mål kan ha ein ekstra spelar på bana.

-Det benyttes minimål.

2. Ball

Ballstørrelse 3. Innendørs brukes dempet ball eller ordinær 3er ball

3. Spillernes utstyr

Spillerne må ha passende tøy og det er påbudt med leggbeskyttere. Vester benyttes, hvis spillerne ikke har drakter.

Farlige/skarpe gjenstander skal fjernes (f.eks smykker, klokker etc).

4. Dommeren

Dommeren skal være veileder for spillerne og prøve å gi alle spillerne en god opplevelse i kampen. Dette er som regel nye klubbdommere som dømmer i Mange Cup, dette bør foreldre og trenere huske på.

5. Spillets varighet

Spilltiden er 1x18 minutter

6. Spillets begynnelse

Spillet er i gang når første spiller berører ballen.

Hjemmelaget har mål på sekretariatets høyre side. Det laget som vinner «stein, saks, papir»

eller myntkast, tar avspark. Det kan ikke gjøres mål direkte fra avspark. Dersom dette skjer skal det tas nytt avspark.

7. Ballen i og ute av spill

Låses ballen til vante over lengre tid, dropper man ballen.

Når hele ballen er utenfor langsiden, gjenopptas spillet med innspark.

Går ballen ut over kortsiden, gjenopptas spillet med målspark.

8. Feil og overtredelser

Det dømmes indirekte frispark når en spiller:

- a. feller en motspiller
- b. holder eller dytter en motspiller
- c. tar ballen med hånden (med vilje)
- d. gjør noe som kan være farlig for de andre spillerne
- e. når spillerne holder seg fast i vantet

Hvis ballen under en lenger tid blir låst fast,

enten mot vant eller motspiller, dømmes nedslipp.

Nedslipp skjer på midten av banen, og ballen skal være i bakken før spillerne kan røre den.

Dommeren bør gi tilsnakk ved gjentatte overtredelser.

Kort benyttes ikke.

9. Dødball

Alle målspark, avspark, innspark og frispark er indirekte

Avstand mellom ball og motstandere ved målspark,

avspark, innspark, frispark og nedslipp er 3 meter.

10. Straffespark

Det idømmes ikke straffespark – kun indirekte frispark

11. Innspark

Når ballen er utenfor banen begynner spillet med innspark der hvor ballen forlot banen.

12. Målspark

Målspark tas hvis hele ballen går ut over mållinjen utenfor målet. Målspark tas inntil én meter ut fra mållinjen.

13. Hjørnespark

Det spilles ikke med hjørnespark. Uansett hvem som sparker ballen over mållinjen eller ballnettet, er det målspark.

For 5v5 fotball gjelder.

1. Antall spillere

5 spillere fra hvert lag på banen.

8 utøvere pr lag

2. Ball

Ballstørrelse 3. Innendørs brukes dempet ball eller ordinær 3er ball

3. Spillernes utstyr

Spillerne må ha passende tøy og det er påbudt med leggbeskyttere. Vester benyttes, hvis spillerne ikke har drakter.

4. Dommeren

Dommeren skal være veileder for spillerne og prøve å gi alle spillerne en god opplevelse i kampen. Dette er som regel nye klubbdommere som dømmer i Mange Cup, dette bør foreldre og trenere huske på.

5. Spilletts varighet

Spilltiden er 1x18 minutter

6. Spillet begynner

Spillet er i gang når første spiller berører ballen.

Hjemmelaget har mål på sekretariatets høyre side. Det laget som vinner «stein, saks, papir» eller myntkast, tar avspark. Det kan ikke gjøres mål direkte fra avspark. Dersom dette skjer skal det tas nytt avspark.

7. Ballen i og ute av spill

Låses ballen til vante over lengre tid, dropper man ballen.

Når hele ballen er utenfor langsiden, gjenopptas spillet med innspark.

Går ballen ut over kortsiden, gjenopptas spillet med målspark.

8. Feil og overtredelser

Det dømmes indirekte frispark når en spiller:

- a. feller en motspiller
- b. holder eller dytter en motspiller
- c. tar ballen med hånden (med vilje)
- d. gjør noe som kan være farlig for de andre spillerne
- e. når spillerne holder seg fast i vantet

Hvis ballen under en lenger tid blir låst fast,

enten mot vant eller motspiller, dømmes nedslipp.

Nedslipp skjer på midten av banen, og ballen skal være i bakken før spillerne kan røre den.

Dommeren bør gi tilsnakk ved gjentatte overtredelser.

Kort benyttes ikke

9. Dødball

Alle målspark, avspark, innspark og frispark er inderekte

Avstand mellom ball og motstandere ved målspark,

avspark, innspark, frispark og nedslipp er 5 meter.

10. Straffespark

Straffespark tas frå 7m merket.

12. Målspark

Målspark tas hvis hele ballen går ut over mållinjen utenfor målet. Målspark tas inntil én meter ut fra mållinjen.

13. Hjørnespark

Me speler med hjørnespark