# KAMPREGLEMENT - 5'ER FOTBALL

**OABIK Vinterserien 2026 og videre**

## 1. Klasser

Det spilles i følgende klasser:

- Herrer
- Damer
- Mix

## 2. Generelle bestemmelser

Alle kamper i OABIKs vinterserie i 5'er fotball spilles etter Norges Bedriftsidrettsforbunds lover og konkurranseregler, OABIKs kampreglement og Norges Fotballforbunds regler der disse er relevante.

Det er laglеders ansvar å kjenne til og følge gjeldende regler og bestemmelser.

Alle spillere skal være spilleberettiget og føres korrekt på lagets spillerliste og dommerkort.

OABIK kan kontrollere bruk av ulovlige spillere, herunder aktive spillere, spillere under gjeldende aldersgrense og spillere som ikke har nødvendig tilknytning eller dispensasjon.

## 3. Spilletid

Kampene spilles 2 x 25 minutter, med inntil 5 minutters pause.

Det er ingen ventetid ved kampstart. Lagene skal være ferdig skiftet og klare til oppsatt tidspunkt.

## 4. Antall spillere

Et lag består av fem spillere: fire utespillere og én målvakt.

Et lag må ha minst tre spillere, inkludert målvakt, for å kunne starte kampen.

Damer kan spille på herrelag.

For Mix skal det til enhver tid være minst én dame på banen. Dersom laget ikke har en dame tilgjengelig på banen, må laget spille med én spiller mindre, altså maksimalt fire spillere.

Alle spillere skal være spilleberettiget og føres korrekt på dommerkortet.

## 5. Innbytte

Det er flyvende innbytte, og spillere kan byttes ut og inn gjennom hele kampen.

Innbytte skal foregå ved midtlinjen.

Utespillere kan byttes uten at dommeren varsles. Bytte av målvakt skal skje ved stopp i spillet og etter at dommeren er varslet.

## 6. Målkast og målvakt

Målspark erstattes med målkast.

Målvakten kan kaste ballen så langt vedkommende ønsker. Det er ingen begrensning ved midtlinjen.

Det kan ikke scores direkte fra målkast. Dersom ballen kastes direkte i motstanderens mål, dømmes målkast til motstanderlaget.

Målvakten kan ikke slippe ballen til seg selv for deretter å spille den videre ved målkast.

Dersom målvakten redder ballen mens den er i spill, kan målvakten slippe ballen til seg selv og fortsette spillet, men kan ikke deretter ta ballen opp igjen med hendene.

## 7. Innspark

Innkast erstattes med innspark.

Ballen settes i spill fra sidelinjen i henhold til gjeldende regler for 5'er fotball.

## 8. Straffespark

Straffespark tas fra 6 meter.

## 9. Utstyr

Det skal være tydelig forskjell på lagenes drakter. Målvaktens drakt skal skille seg tydelig fra begge lag.

Dersom lagene har like eller svært like drakter, har hjemmelaget rett til å benytte sine ordinære drakter. Motstander må benytte annen drakt eller vester.

Draktene skal være nummererte, og lagets kaptein skal ha kapteinsbind.

Begge lag skal stille med minst én egnet kampball med tilstrekkelig luft.

Leggskinn er påbudt. Spillere uten leggskinn får ikke delta. Dersom dommeren oppdager at en spiller ikke bruker leggskinn, skal spilleren forlate banen til utstyret er i orden.

## 10. Dommerkort

Dommeren tar med dommerkort til kampen.

Lagene skal før kamp fylle inn nødvendige opplysninger om spillerne, herunder korrekt navn og fødselsdato.

Dommerkortet skal fylles ut tydelig og leselig. Lagene må selv ha med penn.

Gule og røde kort skal føres på dommerkortet. Ved rødt kort eller andre hendelser som krever rapport, skal dommeren sende nødvendig rapport til OABIK.

Uriktig navn, fødselsdato eller bruk av spiller som ikke er korrekt oppført kan medføre tap av poeng og sanksjoner.

## 11. Resultater og poeng

Dommeren sørger for at kampresultatet blir registrert.

- 3 poeng for seier
- 1 poeng for uavgjort
- 0 poeng for tap

Dersom et lag blir fratatt resultatet etter protest, bruk av ulovlig spiller eller lignende, settes kampresultatet til 0-0, og motstanderen tildeles poengene.

## 12. Tabellplassering

Lagene rangeres først etter antall poeng. Ved lik poengsum avgjøres plasseringen i følgende rekkefølge:

- Flest gjennomførte kamper/oppmøter
- Best målforskjell
- Flest scorede mål
- Innbyrdes oppgjør
- Dersom plasseringen fortsatt ikke kan avgjøres og gjelder mesterskap eller opp-/nedrykk, kan OABIK fastsette kvalifiseringsspill eller annen avgjørende metode i henhold til gjeldende konkurranseregler.

## 13. Opp- og nedrykk

**Eliteserien:** De to nederste lagene rykker ned til 1. divisjon.

**1. divisjon:** Vinnerne av begge avdelinger rykker opp til Eliteserien. Nederste lag i hver avdeling rykker ned til 2. divisjon.

**2. divisjon:** Vinnerne av begge avdelinger rykker opp til 1. divisjon. Nederste lag i begge avdelinger rykker ned til 3. divisjon.

**3. divisjon:** Vinnerne av begge avdelinger rykker opp til 2. divisjon.

OABIK kan justere opp- og nedrykk dersom antall påmeldte lag eller avdelingsstrukturen gjør dette nødvendig.

## 14. Hvem kan delta?

For å delta for et bedriftsidrettslag må spilleren være medlem av laget og oppfylle NBIFs bestemmelser om spilleberettigelse.

Ansatte kan delta for bedriftens lag i henhold til gjeldende regler. Studenter regnes som ansatte ved undervisningsinstitusjonen når denne stiller lag.

Ektefelle, samboer og barn av en ansatt kan delta dersom vilkårene i NBIFs regelverk er oppfylt.

Personer som er sykmeldt, uføretrygdet, under attføring eller rehabilitering kan delta dersom det medisinsk ikke er noe til hinder for fysisk aktivitet.

## 15. Aktive spillere

Aktive utøvere omfattes av NBIFs til enhver tid gjeldende bestemmelser.

En spiller regnes som aktiv når vedkommende deltar i åpne konkurranser eller obligatoriske kamper i samme eller beslektet idrett arrangert utenfor NBIFs organisasjonsledd.

Karantenetiden for aktive spillere er 6 måneder fra siste obligatoriske kamp, med de unntakene som følger av NBIFs regelverk.

Spillere som har fylt 30 år omfattes av gjeldende unntaksbestemmelser.

Det er lagleders ansvar å kontrollere at spillerne er spilleberettiget.

## 16. Dispensasjoner

Det kan søkes om dispensasjon i henhold til OABIKs og NBIFs gjeldende regler.

Det kan blant annet søkes om dispensasjon for spill på flere lag i OABIKs fotballserier.

En spiller kan ikke spille for flere lag i samme divisjon og avdeling.

Søknad om dispensasjon skal sendes OABIK på gjeldende skjema og etter de til enhver tid gjeldende frister og satser.

## 17. Ulovlig spiller

Bruk av ulovlig spiller kan medføre bot til spiller og/eller lagleder, utestengelse, tap av poeng, kampresultat satt til 0-0 med poeng til motstanderen, samt tap av retten til å bli avdelingsvinner, seriemester eller rykke opp.

Et lag som benytter ulovlig spiller kan heller ikke oppnå fordel i en eventuell nedrykksstrid.

Det er lagleders ansvar å kontrollere at samtlige spillere er spilleberettiget.

## 18. Walkover og uteblivelse

Det er ingen ventetid.

Alle lag skal være ferdig skiftet og klare ved riktig bane til oppsatt kampstart.

Lag som møter for sent eller med for få spillere taper kampen på walkover.

Ved walkover settes kampresultatet til **3-0 i favør laget som kunne stille til kamp**.

Laget som ikke kan stille, skal varsle OABIK og motstanderlaget så tidlig som mulig.

Gjeldende gebyrer:

- Ikke møtt uten å varsle OABIK og motstanderlaget: kr 3 500
- Meldt walkover: kr 2 000

- Trekking av laget etter sesongstart: kr 5 000

Dersom et lag uteblir eller gir walkover tre ganger i løpet av sesongen, kan laget strykes fra serien.

Dersom et lag strykes, diskvalifiseres eller trekker seg, kan tidligere resultater mot laget annulleres i henhold til gjeldende bestemmelser.

## 19. Flytting av kamp

Et lag som ønsker å flytte en kamp, må varsle og sende søknad til OABIK **senest 7 virkedager før kampen skal spilles**.

Det er ikke gitt at en kamp blir flyttet selv om det sendes inn en søknad.

For at en kamp skal kunne flyttes, må:

- Det være ledig bane på ønsket tidspunkt.
- Motstanderlaget godkjenne flyttingen.
- Dommer kunne stille på nytt tidspunkt.
- OABIK godkjenne flyttingen.

Dersom kampen blir flyttet, er gebyret **kr 2 000 per kamp**.

En kamp regnes ikke som flyttet før dette er bekreftet av OABIK. Lag og dommere skal derfor ikke gjøre egne avtaler og anse kampen som flyttet før godkjenning foreligger.

## 20. Dommeren

Det er dommerens og lagenes plikt å bidra til at kampen blir gjennomført.

Dommerens avgjørelser under kampen skal respekteres. Protester mot dommerens skjønnsmessige avgjørelser skal ikke forekomme.

Dersom oppsatt dommer ikke møter, skal lagene så langt det er praktisk mulig forsøke å finne en løsning slik at kampen kan gjennomføres. OABIK skal informeres dersom kampen ikke lar seg gjennomføre.

Dommeren skal møte med dommerbekledning, fløyte, gult kort og rødt kort.

## 21. Gult og rødt kort

Gule og røde kort skal registreres på dommerkortet.

Ved rødt kort spiller laget med én spiller mindre resten av kampen.

En utvist spiller skal automatisk stå over neste obligatoriske kamp dersom ikke annet blir meddelt av OABIK.

En spiller som ikke forlater banen etter utvisning kan ilegges ytterligere karantene.

Ved alvorlige hendelser eller usportslig opptreden skal dommeren sende rapport til OABIK. OABIK vurderer eventuell ytterligere reaksjon i henhold til gjeldende bestemmelser.

Det er laglederes ansvar å sørge for at ilagt karantene overholdes.

## 22. Vold, trusler og alvorlige hendelser

OABIK aksepterer ikke vold, trusler eller annen alvorlig usportslig opptreden. Voldsepisoder kan få konsekvenser både for spilleren og laget vedkommende representerer.

**Første alvorlige tilfelle:** Dersom én eller flere utvisninger i samme kamp samlet medfører karantene på seks kamper eller mer, kan laget ilegges bot på minimum kr 5 000, vurdert etter hendelsens alvorlighetsgrad. Laget varsles samtidig om at gjentakelse kan føre til at laget strykes fra serien.

**Ved gjentakelse:** Laget kan ilegges bot på minimum kr 7 500 og strykes fra seriespillet resten av sesongen.

Startkontingenten refunderes ikke ved strykning. Utestående sanksjoner eller gebyrer må være oppgjort før laget kan delta i nytt seriespill.

NIFs straffebestemmelser gjelder i tillegg.

## 23. Sikkerhet, ansvar og forsikring

Alle spillere skal være spilleberettiget og føres korrekt på spillerlisten/dommerkortet.

Spilleberettigede deltakere omfattes av de forsikringsordningene som til enhver tid gjelder gjennom OABIK/NBIF.

Ved skade skal gjeldende rutiner for skademelding følges.

## 24. OABIKs avgjørelsesmyndighet

For forhold som ikke er uttrykkelig regulert i dette reglementet, gjelder NBIFs og NFFs relevante lover og regler.

OABIK avgjør spørsmål om forståelsen og praktiseringen av dette reglementet innenfor rammene av overordnet regelverk.

OABIK forbeholder seg retten til å gjøre nødvendige endringer i serieoppsett, divisjonsstruktur, baner og kamptidspunkter dersom forhold knyttet til gjennomføringen av serien gjør dette nødvendig.