

KAMPREGLEMENT FOR 7dentligaen 2023-2024

Alle kamper spilles etter NBF's lover og konkurransereglement, inntatt i Håndbok for Bedriftsidretten, etterfølgende reglement og Norges Fotballforbunds regler. Det er enhver lagleders plikt å sette seg inn i reglementet og påse at dette til enhver tid overholdes.

Pkt. 1

1.1 Spillesystem

Lagene for sesongen 2022-2023 er inndelt slik:

7'er herrer: 5 Divisjoner

7'er damer: 4 divisjoner

1.2 Spillernes utstyr

Det skal være forskjell på lagenes drakter. Målmannens drakt skal skille seg tydelig ut fra de andre. Laget som står sist i terminlisten har ansvaret for at draktlikhet unngås.

Draktene skal være nummererte og like for alle utespillere innom samme lag. Lag som ikke stiller med reglementerte drakter, kan få bot på kr 500,- pr kamp.

Begge lag plikter å stille med minst en skikkelig ball, med riktig lufttrykk.

NB! Leggskinner er påbudt for alle spillere. Lag som ikke benytter leggskinner kan bli bøtelagt med kr 500,- pr kamp.

1.3 Poengberegning

Det gis 3 poeng for vunnet kamp, 1 poeng for uavgjort kamp, og 0 poeng for tapt kamp.

Blir et lag ved protest eller lignende tilkjent seieren, settes kampresultatet til 3 – 0. Det samme gjelder ved eventuell walkover seier.

1.4 Opp/nedrykk

I utgangspunktet fordeles lagene inn i en dobbel serie der de to beste lagene i serien rykker opp og de to nederste rykker ned. Det kan også settes opp enkel- eller trippelserie basert på antall lag og hvem som deltar i seriespill

Pkt. 2

2.1 Hvem kan delta

Studenter

Damer kan delta på herrelag.

2.2 Hvem kan ikke delta

Spillere som er aktive, Karantenetiden er 6 måneder fra siste spilte obligatoriske kamp. Det gis ikke dispensasjon fra denne regel.

Herrer kan ikke delta på damelag.

Sanksjoner

Lag som benytter ikke berettigede spillere, kan bli diskvalifisert for videre deltagelse i serier og cuper.

Laget kan rykke ned en divisjon. Samtidig blir laget ilagt et gebyr på kr 500,-. Når det gjelder spilleren kan han/hun ilegges karantenetid for deltagelse i all bedriftsidrett fra kampdato. Vi vil minne om at det er lagleders plikt å føre kontroll med karantenereglene.

Pkt. 3

3.1 To eller flere lag fra samme linjeforening

Har et lag to eller flere lag i samme klasse, må en spiller som har deltatt på et lag i en høyere divisjon stå over en av dette lags kamper før han/hun kan delta i en lavere divisjon. Har et lag to lag i samme divisjon, må spilleren stå over en kamp for det lag han/hun sist deltok for, før deltagelse på det andre laget. Ved flytting av spillere er siste kamp avgjørende. Skal to eller flere lag fra samme bedrift spille kamp samme dag, har spilleren rett til å delta på hvilket som helst lag, uansett tidspunkt på kampen. Reserver som settes inn under kamp rammes ikke av denne karantenetiden. En spiller kan bare delta på et lag samme dag.

Det er lagleders plikt å påse at disse regler om flytting av spillere mellom to lag blir overholdt.

Sanksjoner

Dersom ovennevnte bestemmelser ikke overholdes vil det lag som har forbrutt seg bli fratatt poengene, samt ilagt et gebyr på kr 500,-. Spilleren kan også ilegges straff.

Pkt. 4

4.1 Uteblivelse fra kamp

Et lag uteblir når:

- a) Laget ikke møter fram til oppsatt kamp
- b) Laget møter for sent til kampstart
- c) Laget møter med for få spillere til kampstart

Har ikke et lag møtt i spilleklar stand innen en ventetid på 5 minutter, og uten lovlig forfall, regnes kampen som vunnet av motstander.

Sanksjoner

Hvis et lag uteblir fra en kamp uten å varsle Bedriftsidretten ilegges laget et gebyr på kr 1000,-. Uteblir laget i 3 kamper i samme sesong vil laget bli strøket fra resten av sesongen. Laget vil automatisk rykke ned en divisjon, ved påmelding til neste års sesong.

Pkt. 5

5.1 Omberamming

Alle søknader om omberamming/utsettelse av kamper skal sendes skriftlig på mail til administrasjonen. Søknad om omberamming må være mottatt minimum 1 dag før kampdag. Alle søknader som mottas mindre enn en uke før kampdag, skal inneholde samtykke fra motstander.

Gebyr for flytting av kamper: 500,-.

Administrasjonen står fritt til å vurdere om kampen skal omberammes eller ikke. Administrasjonen står også fritt til å omberamme kamper hvis dette er nødvendig.

Pkt. 6

6.1 Kampkort

Lagleder skal før kampstart registrere spillerne som skal delta i TurneringsAdmin (TA).

Alle gule og røde kort skal føres på kampkortet.

Laglederen bekrefter med sin underskrift på kampkortet at dette er riktig utfylt og at rette person er avkrysset med de gule og røde kort som måtte være utdelt under kampen.

Sanksjoner

Dersom et lag benytter en spiller som ikke står oppført på kampkortet, skal lagets fratas eventuelle poeng, (som da går til motparten), og resultatet settes lik 1–0. Ved gjentakelse vil laget bli strøket fra serien. Laget ilegges et gebyr på kr 500,-.

Pkt.7

7.1 Dommeren

Det er dommerens og lagenes plikt under enhver omstendighet å forsøke å få kampen spilt. Møter ikke dommeren til fastsatt tid, har lagene plikt til å skaffe en annen person til å dømme kampen. I slike tilfeller, skal hjemmelaget dagen etter underrette kontoret om dette. Dommere som ikke møter til kamp ilegges bot lik kampens honorar.

Dommeren er ansvarlig for at evt. skader påføres kampkortet.

7.2 Gule og røde kort

Dommeren er utstyrt med gule og røde kort. Framvisning av gult kort betyr advarsel, mens rødt kort betyr utvisning. Spiller med gult kort kan fortsette kampen, men spiller med rødt kort må forlate banen og kan ikke erstattes. Utvist spiller kan heller ikke oppholde seg på/ved laglederbenken.

Hvis en spiller får 3 gule må han/hun stå over neste kamp. Ved ytterligere 2 gule kort, (dvs. 5 fra til sammen) må spilleren stå over lagets neste kamp. For hvert gule kort spilleren pådrar seg etter dette, (dvs. fra 6 til sammen), må spilleren stå over lagets neste kamp. Det er lagleders ansvar å følge opp dette.

Alle røde kort skal innrapporteres til utvalget på utvisningsrapportskjema. Spiller som blir utvist skal automatisk stå over lagets neste obligatoriske kamp. Det er lagleders ansvar å følge opp dette.

Utvalget vil behandle alle utvisningsrapporter. Lagleder vil få beskjed dersom forseelsen medfører utvidet utestengelse.

Pkt. 8

8.1 Protester

Protest må nedlegges i et hvert tilfelle hvor en kamp ønskes kjent ugyldig.

- a) Protest mot spilleberettigelse må være innsendt innen 5 virkedager etter kampdato. Lagene må selv skaffe bevis vedrørende protesten.
- b) Protest mot tilfeller inntruffet etter kampens begynnelse må det lagets kaptein som skal nedlegge protest, meddele dommeren og motstanderens kaptein før disse forlater banen eller dertil hørende område om at protest vil bli nedlagt. Sørg for at dommeren anfører på kampkortet at protest vil bli nedlagt. Uten dette vil protesten bli avvist.
- c) Enhver annen protest som ikke kan omfattes av punktene over, skal meddeles dommeren og motstander før kampstart. Protester i henhold til punktene b og c må være innsendt til utvalget innen 5 virkedager etter kampens slutt.

En protest skal være skriftlig og underskrevet av lagets fungerende leder. Protestgebyret er kr 500,- og skal sende utvalgets bankkontonummer, (4202.30.37380). Protester som er innsendt uten gebyr, vil ikke bli behandlet. Gebyret tapes hvis protesten avvises. Tas derimot protesten til følge, tilbakebetales gebyret. Den myndighet som skal avgjøre protesten, kan innhente uttalelser fra sakens parter og eller vitner. Et utvalg har plikt til uavhengig av tidsfrister og protester å gripe inn overfor større uregelmessigheter når det anses nødvendig for å sikre at reglementet overholdes. Begrunnet avgjørelse av en protest blir meddelt partene. Det vil samtidig bli gjort oppmerksom på appellinstans og appellfrist.

8.2 Appeller

Enhver avgjørelse tatt i utvalget i første instans kan appelleres inn for Midt-Norge Bedriftsidrettskrets innen 5 dager etter at meddelelsen om avgjørelsen av en protest er mottatt. Appellen skal være

underskrevet av lagets fungerende leder og sendes rekommandert eller levert kretsens kontor mot datert kvittering. Appellgebyret på kr 1000,- må sendes kretsens bankkontonummer. Appellgebyret tapes hvis appellen underkjennes eller trekkes tilbake. Appellen blir ikke behandlet hvis appellgebyret uteblir.

REGLER FOR FOTBALL PÅ SMÅ BANER

De vanlige spilleregler med NFF's lover og regler, samt nordiske retningslinjer gjelder, med følgende unntak:

REGEL 1 - SPILLEBANEN

Størrelse:	Krav:	Min. 25 x 15 meter	Max. 75 x 50 meter
	Anbefalt:	Min. 40 x 20 meter	Max. 60 x 40 meter

Oppmerking

På baner som er 40 x 20 meter eller mindre, eller baner som er fast oppmerket som håndballbane, benyttes håndballoppmerking. Straffesparkfeltet er innenfor 6-meter linjen og utgjør samtidig målfeltet. Straffesparkmerket er på 6-meter linjen, midt foran mål.

For øvrige baner merkes straffesparkfelt med 2 linjer vinkelrett på mållinjen 8 meter fra innsiden av hver målstang og 8 meter inn på banen. Disse linjer forbindes med 8 meter fra og parallelt med mållinjen. Denne linje kalles straffefeltlinjen. Midt på den del av denne linje som er parallell med mållinjen markeres straffesparkmerket.

Det merkes en innbyttersone på langsiden rett ut for innbytterbenken, 3 meter til hver side for midtlinjen.

Målene

Det kan benyttes 3 x 2 meter, eller 5 x 2 meter.

Hjørneflagg

Dersom det benyttes hjørneflagg skal disse være minimum 150 cm høye, og avrundet eller butte på toppen.

REGEL 2 - BALLEN

Som i de vanlige spilleregler. Til kamper utendørs skal 5'er ball benyttes. Til innendørs serien anbefales bruk av 4'er Futsalball.

REGEL 3 – ANTALL SPILLERE

Ved spill innendørs: maks 5 spillere fra hvert lag inkludert målvakt på banen samtidig.

Ved spill utendørs benyttes 7 spillere fra hvert lag inkludert målvakt på banen samtidig. Ubegrenset antall innbyttere kan byttes ut og inn. Hvert lag må minimum 5 spillere for å kunne starte en kamp. Innbytte kan skje når som helst, og skal skje i nærheten av midtstreken. Unntak: Målvakten kan kun byttes ved stopp i spillet.

Særbestemmelser: Dersom forskjellen mellom antall spillere på lagene blir større enn 3 på grunn av skader, utvisninger eller andre årsaker skal kampen avbrytes. (NB! Se regel 12). Skyldes forskjellen i antall spillere som er ute for å rette på utstyret stoppes kampen inntil dette er utbedret. Overordnet myndighet avgjør utfallet dersom kampen blir avbrutt.

REGEL 4 – SPILLERNES UTSTYR

Leggskinn skal benyttes og farlige/skarpe ting på spillerne må fjernes. Lagene må ha drakter som skiller seg fra hverandre.

REGEL 5 - DOMMEREN

Alle kamper skal ledes av en dommer som har full myndighet til å håndheve spillereglene i forbindelse med den kamp han/hun er oppnevnt til.

REGEL 6 – LINJEDOMMER

Benyttes ikke

REGEL 7 - SPILLETS VARIGHET

En kamp består av to omganger.
Spilletider: 2 x 30 min.

REGEL 8 – SPILLETS BEGYNNELSE

Ballen startes fra midten ved begynnelsen av hver omgang, samt etter godkjenning av mål.
Mål kan gjøres direkte fra avspark.

1. Hjemmelaget velger side, og starter 1. omgang. Bortelaget starter 2. omgang.
2. Signal fra dommeren
3. Alle spillere må være på egen banehalvdel.
4. Motspillere må være min. 5 meter fra ballen.
5. Ballen er i spill når den er i bevegelse.
6. Spilleren som tar avspark kan ikke berøre ballen før en annen spiller har berørt den.

REGEL 9 – BALLEN I OG UTE AV SPILL

Ballen er ute av spill når hele ballen er passert sidelinje eller mållinje, enten den er på bakken eller i lufta. Likeså når spillet er stanset av dommeren. Ved dropp settes ballen gang igjen der hvor ballen var når dommeren blåste. Skjer det innenfor straffeområdet skal ballen trekkes ut på 8-meter linjen. Ballen er fortsatt i spill når den treffer målstenger, hjørneflagg, dommer og ikke går utover sidelinjene. Treffer ballen dommeren og går i mål, dømmes det mål. (Gjelder mens ballen er i spill, og fra alle dødballsituasjoner hvor det kan lages mål direkte.

REGEL 10 – NÅR MÅL GJØRES

For at et mål skal godkjennes, må hele ballen ha passert mållinjen mellom målstengene og under tverrstangen. Når et lag har gjort mål, skal motparten ta avspark fra midten.

Det kan ikke lages mål direkte fra:

- Innkast
- Indirekte frispark
- Direkte frispark i eget mål

REGEL 11 - OFFSIDE

Praktiseres ikke

REGEL 12 – FEIL OG OVERTREDELSE

Feil eller overtredelser, samt usportslig opptreden straffes på følgende måte:

Direkte frispark

Det er forseelser som straffes med direkte frispark, og forutsetningene er at:

- A) Ballen må være i spill
- B) Forseelsen må være gjort på spillefeltet
- C) Forseelsen må være gjort mot en motspiller
- D) Dommeren må oppfatte forseelsen som uforsiktig, hensynsløs eller med unødige mye kraft.
(Gjelder punktene a – f).

Dommeren skal dømme frispark dersom en spiller:

1. Sparker eller forsøker å sparke en motspiller
2. Feller eller forsøker å felle en motspiller

3. Hopper på en motspiller
4. Angriper en motspiller
5. Slår eller forsøker å slå en motspiller
6. Skyver en motspiller

Et direkte frispark skal også dømmes når en spiller gjør seg skyldig i en av følgende fire forseelser:

7. Under utførelse av en takling treffer motspilleren før ballen
8. Spytt på en motspiller
9. Holder en motspiller
10. Med vilje tar i/spiller ballen med hånd eller arm (unntatt målvakt i eget straffefelt).

Straffespark

Et straffespark blir tildelt motparten hvis en spiller innenfor eget straffesparkfelt begår en av de forannevnte 10 forseelser., uansett hvor ballen befinner seg på banen, forutsatt at den er i spill.

Indirekte frispark

Det er ni forseelser som skal straffes med indirekte frispark, og det er ikke et krav at forseelsen skal være "stygg" eller "alvorlig" eller gjort mot en motspiller. Indirekte frispark kan følgelig også dømmes ved forseelser mot en spiller fra eget lag.

Forutsetningene er:

- A) Ballen må være i spill
- B) Forseelsen må være gjort på spilleflaten.

Et indirekte frispark tildeles også motstander hvis målvakten innenfor eget straffesparkfelt begår en av de 7 forseelsene:

1. Bruker mer enn seks sekunder når han kontrollerer ballen med hendene før han frigjør ballen for spill.
2. Berører ballen med hendene igjen etter at han har frigjort den for spill og den ikke er berørt av annen spiller.
3. Tar ballen med hendene etter at den med hensikt er sparket til ham fra en medspiller
4. Tar ballen med hendene etter å ha mottatt den direkte fra et innkast tatt av en medspiller.
5. Haler ut tiden
6. Ved målspark/kast, spiller ballen ut av målfelt, og selv tar igjen ballen – uten at denne har vært i berøring av med- eller motspiller.

Indirekte frispark tildeles motstanderne hvis en spiller, etter dommerens skjønn:

7. Spiller på en måte som anses som farlig.
8. Stenger en motspiller fra å komme fram
9. Hindrer målvakten å frigjøre ballen fra hendene
10. Begår enhver annen forseelse som ikke tidligere er nevnt i regel 12, hvor spillet stoppes for å advare eller vise ut en spiller.

Advarsel – Gult kort

Tildeles en spiller som:

1. Gjør seg skyldig i usportslig opptreden.
2. Ved ord eller handling viser seg uenig i en avgjørelse.
3. Har gjentatte overtredelser av spillereglene.
4. Hindrer gjenopptagelse av spillet.
5. Unnlater å respektere forskrevet avstand når spillet gjenopptas ved frispark, hjørnespark eller innkast.
6. Inntreder eller gjeninntreder på banen uten dommerens samtykke.
7. Med forsett forlater banen uten dommerens samtykke.

Utvisning – Rødt kort

Tildeles spiller som begår en av de 7 følgende forseelser:

1. Er skyldig i alvorlig brudd på spillereglene.
2. Er skyldig i voldsom opptreden.
3. Spyttar på en motspiller eller enhver annen person.
4. Fratar motparten et mål eller klar scoringssjanse ved forsettlig bruk av hånden (gjelder ikke målvakt i eget straffesparkfelt).
5. Fratar motparten, som beveger seg mot spillerens mål, en klar scoringssjanse ved å begå en forseelse som skal straffes med frispark eller straffespark.
6. Bruker fornærmende, krenkende eller grov språkbruk/gestikulering.
7. Blir tildelt sin andre advarsel i samme kamp.

REGEL 13 – FRISPARK

Direkte frispark kan spilles direkte i motstandernes mål uten at noen har berørt den. Indirekte frispark kan ikke settes i mål uten at en annen spiller har berørt ballen. Tildeles indirekte frispark innenfor motstandernes straffefelt, trekkes ballen ut på 8-meterslinjen.

Motspillerne må være minst 5 meter fra ballen ved alle frispark.

Når forsvarende lag tildeles frispark i eget straffesparkfelt, er ballen ikke i spill før den er utenfor straffesparkfeltet. Dette innebærer at ingen spillere kan berøre ballen før den er kommet ut av straffesparkfeltet. Berører noen spillere ballen før den er utenfor straffesparkfeltet, skal det tas nytt frispark.

REGEL 14 - STRAFFESPARK

Alle spillere, unntatt den som skal ta sparket, må være utenfor straffesparkfeltet, bak ballen og minst 5 m fra straffesparkmerket. Tildeles straffespark gjelder følgende:

1. Tas på 8-meterslinjen rett foran mål
 2. Den som tar straffesparket gir seg til kjenne
 3. Målvakten skal være på mållinjen, men kan bevege seg sidelengs
 4. Ballen er i spill når den beveger seg framover
 5. Den som tar sparket kan ikke berøre ballen på nytt uten at en annen spiller har berørt den.
- Dermed kan ikke den som tar straffesparket berøre ballen etter retur fra målstenger.

REGEL 15 - INNKAST

Et innkast tildeles når hele ballen har passert sidelinjen, enten langs bakken eller i luften.

Innkastet tas fra det stedet hvor ballen passerte sidelinjen. Et innkast tildeles motstanderne til spilleren som sist berørte ballen. Motspiller skal stå minimum to meter i fra spiller som skal kaste.

Et innkast skal utføres med begge hendene over hodet, ansiktet vendt mot banen og begge føttene må være i berøring med sidelinjen eller utenfor denne. Den som tar kastet, kan ikke berøre ballen en gang til før en annen spiller har berørt den. Ved feil innkast skal motstanderne tildeles nytt kast.

Mål kan ikke gjøres direkte fra innkast. Kastes ballen direkte i eget mål, dømmes hjørnespark. Kastes ballen direkte i motstandernes mål skal det dømmes målkast.

REGEL 16 – MÅLKAST

Målkast tas hvis ballen går utover mållinjen utenfor målet. Ved målkast skal ballen kastes ut av straffesparkfeltet uten at den må ligge på bakken. Motstander må være utenfor straffesparkfeltet ved målkast. Målkast må utføres av målvakten som setter ballen i spill innen 6 sekunder. Hvis ballen ikke er satt i gang i løpet av 6 sekunder, må spilleren få tilsnakk første gang. Ved gjentatte overtredelser skal spilleren ha gult kort. Spillet må gjenopptas ved nytt målkast, da ballen ikke har vært i spill.

Ballen er i spill når den har kommet ut av straffesparkfeltet. Alle motspillere må være utenfor straffesparkfeltet inntil ballen er i spill. Dette innebærer at ingen spillere kan berøre ballen før den er kommet utenfor straffesparkfeltet. Berører noen spillere ballen før den er utenfor straffesparkfeltet, skal det tas nytt målkast.

Mål kan ikke gjøres direkte fra målkast.

REGEL 17 - HJØRNESPARK

Hjørnespark dømmes når hele ballen har passert over mållinjen, enten i luften eller langs bakken og sist er berørt av en spiller fra det forsvarende lag og det ikke er scoret mål, jfr. Regel 10.

- Hjørnespark tas fra det sted der mållinjen og sidelinjen møtes
- Motstanderne må være minst 5 meter fra ballen
- Mål kan gjøres direkte fra hjørnespark
- Spilleren som tar hjørnesparket kan ikke berøre ballen en gang til før en annen spiller har berørt den.

