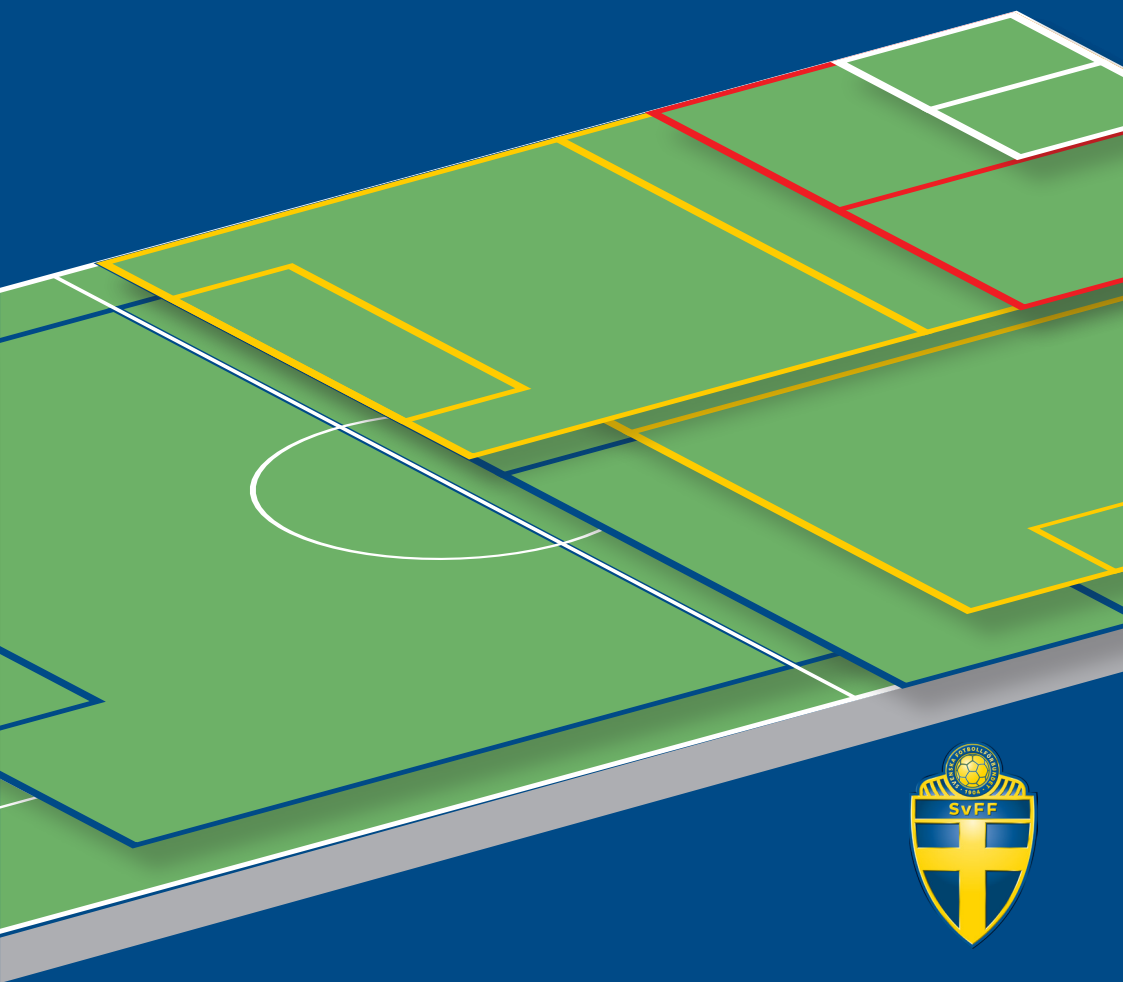


# Planstorlekar

för barn- och ungdomsfotboll





## På barns och ungdomars villkor

*Fotbollen i dess moderna form etablerades under 1800-talet för att spelas av vuxna. Utmaningen för barn- och ungdomsfotbollen idag är att anpassa sig både efter spelarnas aktuella ålder och efter de samhällsförändringar som konstant sker och påverkar barns och ungdomars fritidsintressen.*

# Planstorlekar för barn- och ungdomsfotboll

Nationella spelformer för barn- och ungdomsfotbollen gäller från och med 1 januari 2019 för hela landet.

Nedan finns några riktlinjer som gäller för barn - och ungdomsfotbollsplaner.

Dessa gäller för spelformerna 3 mot 3, 5 mot 5, 7 mot 7 och 9 mot 9.

För spelformen 11 mot 11 gäller planstorlek och markeringar enligt regelboken "Spelregler 2019".

## **Mått och markeringar** (utgår från planstorlek 105x65m)

Kan utföras genom att fälla in linjer vid nybyggnation (konstgräsplan), linjera med färg, spray, plastband, koner eller sarger/nät.

## **Anpassning av spelytan**

Om en spelyta utgör del av en större fotbollsplan

(t ex en plan för spel 11 mot 11) får spelytan för matchen anpassas i storlek proportionerligt utifrån förutsättningarna på den befintliga fotbollsplanen.

För ytterligare information och förtydliganden se sidan 10.

## **Säkerhetsavstånd**

Vid nybyggnation av planer bör ett säkerhetsavstånd på tre meter från

sid- och kortlinje till närmaste fasta eller mobila föremål gälla.

Denna yta bör beläggas med samma underlag som planen.

## **Målet**

Målen (inklusive flyttbara mål) måste vara säkert förankrade i marken så att de inte välter (t ex med tyngder).

## **Straffområde och straffpunkt**

Rekommenderar vi att ni markerar med färg, spray eller koner.

## **Retreatlinje**

Rekommenderar vi att ni markerar med färg, spray eller koner.

Markeringen kan finnas vid sidan av planen

(d v s inget måste att retreatlinjen ska markeras på planen).

Se även "Presentation Anläggning" och  
"Spelregler för barn- och ungdomsfotbollen"



## 3 mot 3 6-7 år

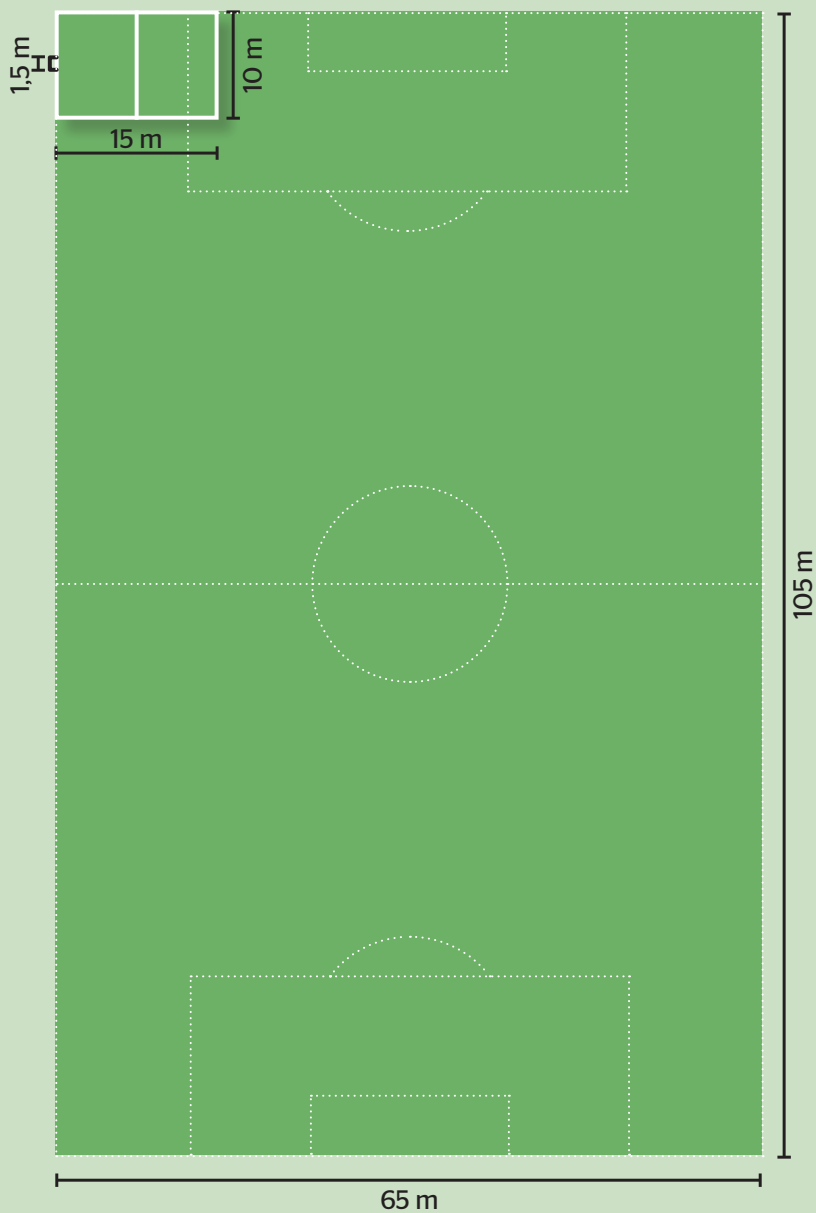
**Planstorlek:** 15 x 10 m med sarg/nät

15 x 12 m utan sarg/nät

**Storlek mål:** max 1,6 x 1,15 m

**Rekommenderad planstorlek:** 15 x 10 m med sarg/nät

**Rekommenderad målstorlek:** 1,5 x 1 m



**Planstorlek:** 30 x 15 m med sarg/nät

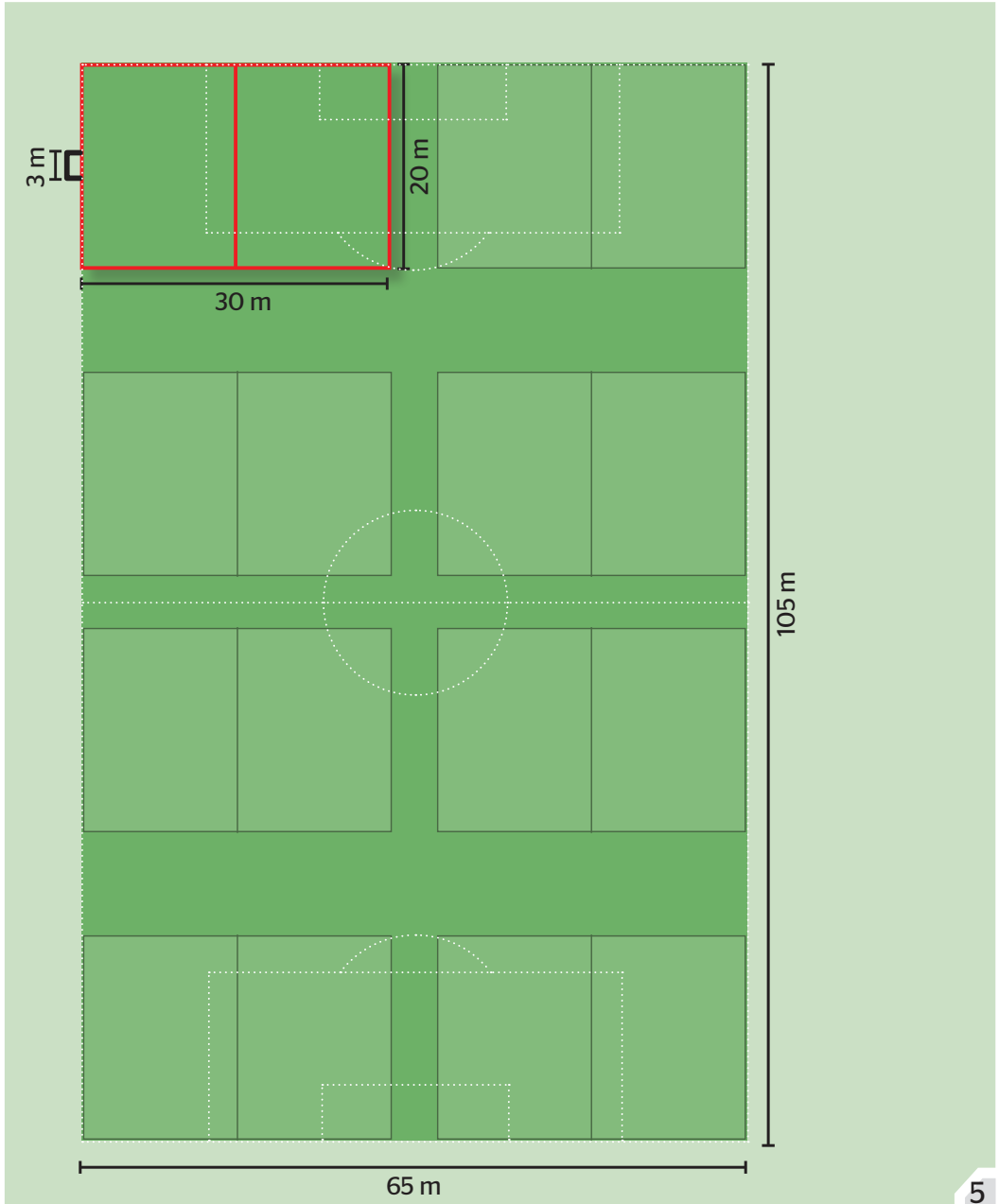
30 x 20 m utan sarg/nät

**Rekommenderad planstorlek:** 30 x 15 m med sarg/nät

**Storlek mål:** 3 x 1,5-2 m

**Rekommenderad målstorlek:** 3 x 1,5 m

Med planstorlek: 30 x 20 m, får 8 planer plats på en 11 mot 11 plan (se skiss).



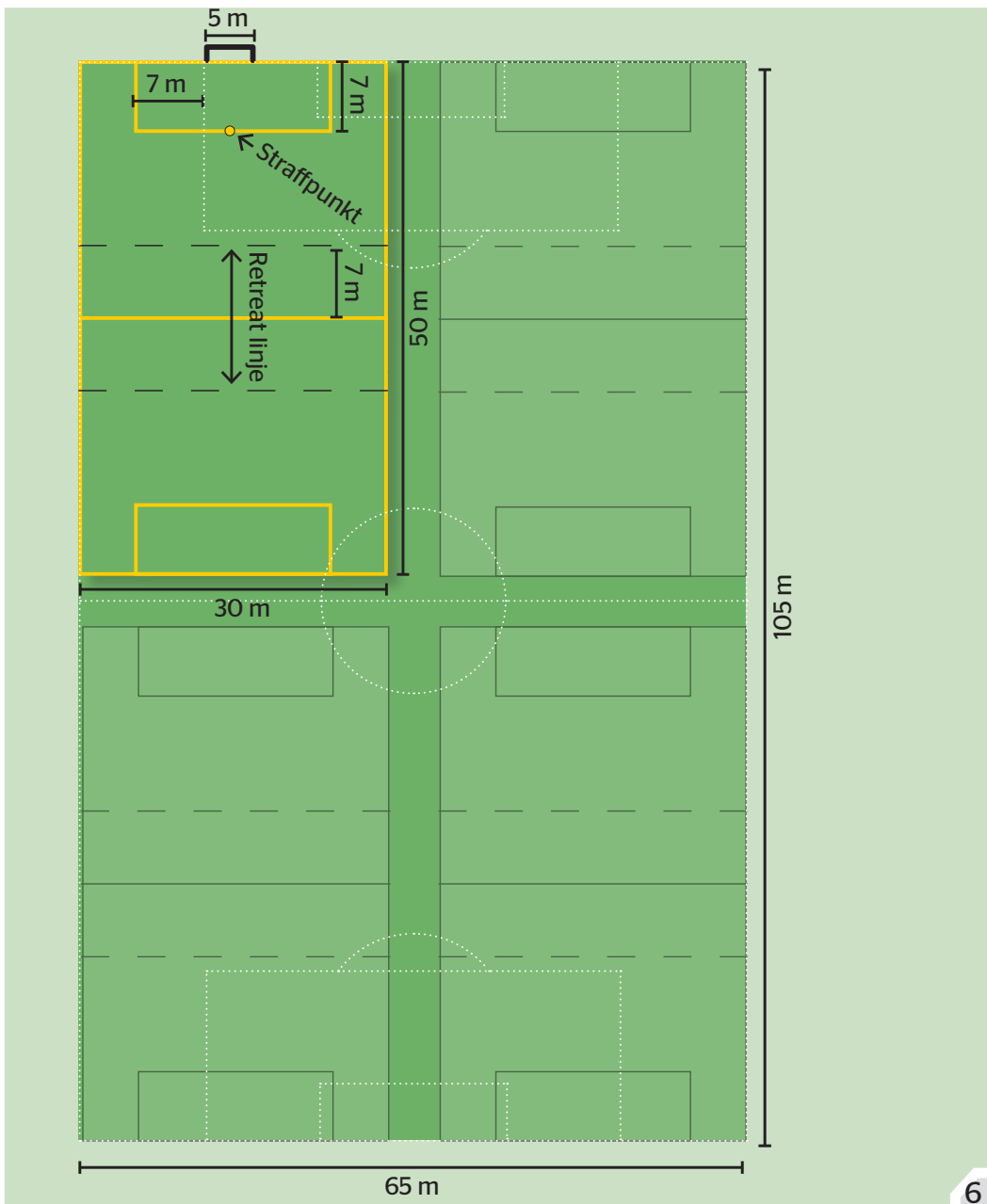
**Planstorlek:** 50-55 x 30-35 m

**\*Rekommenderad planstorlek:** 50 x 30 m

**Straffområde:** 19 x 7 m

**Storlek mål:** 5 x 2 m

Med rekommenderad planstorlek får 4 planer plats på en 11 mot 11 plan (se skiss).



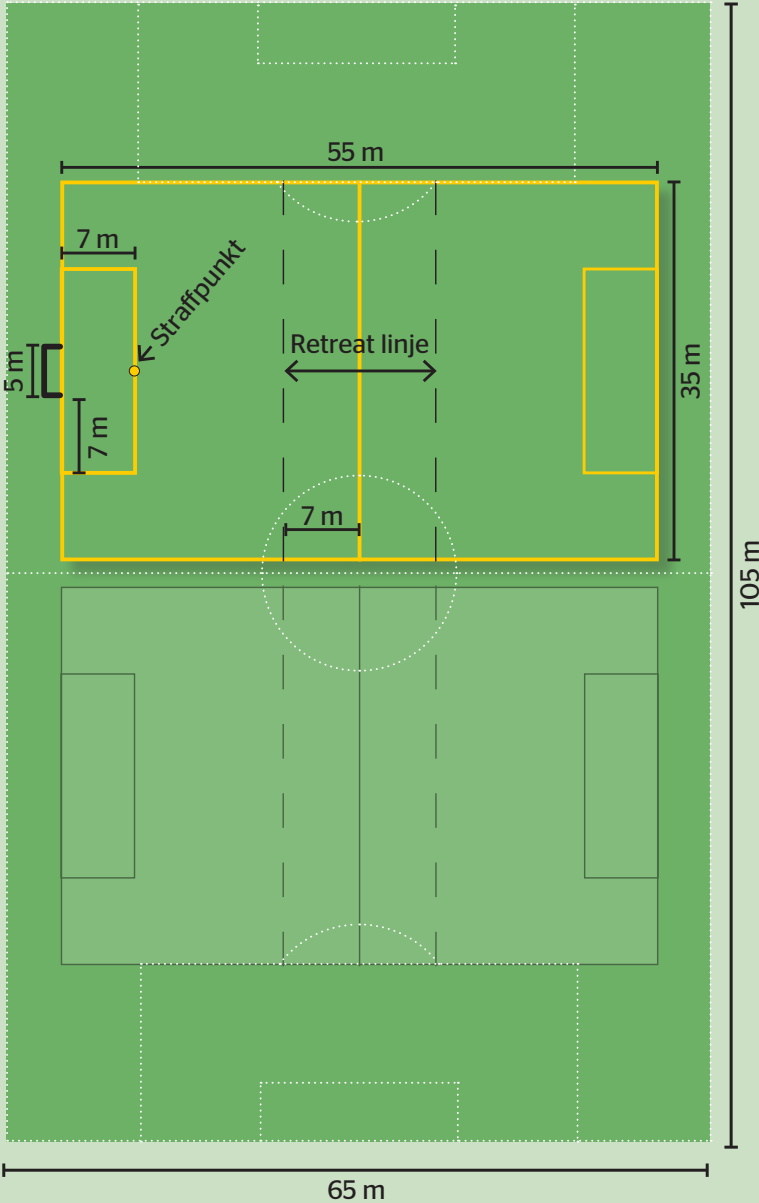
**Planstorlek:** 50-55 x 30-35 m

**\*Rekommenderad planstorlek:** 55 x 35 m

**Straffområde:** 19 x 7 m

**Storlek mål:** 5 x 2 m

Med rekommenderad planstorlek får 2 planer plats på en 11 mot 11 plan (se skiss).



**Planstorlek:** 65-72 x 50-55 m

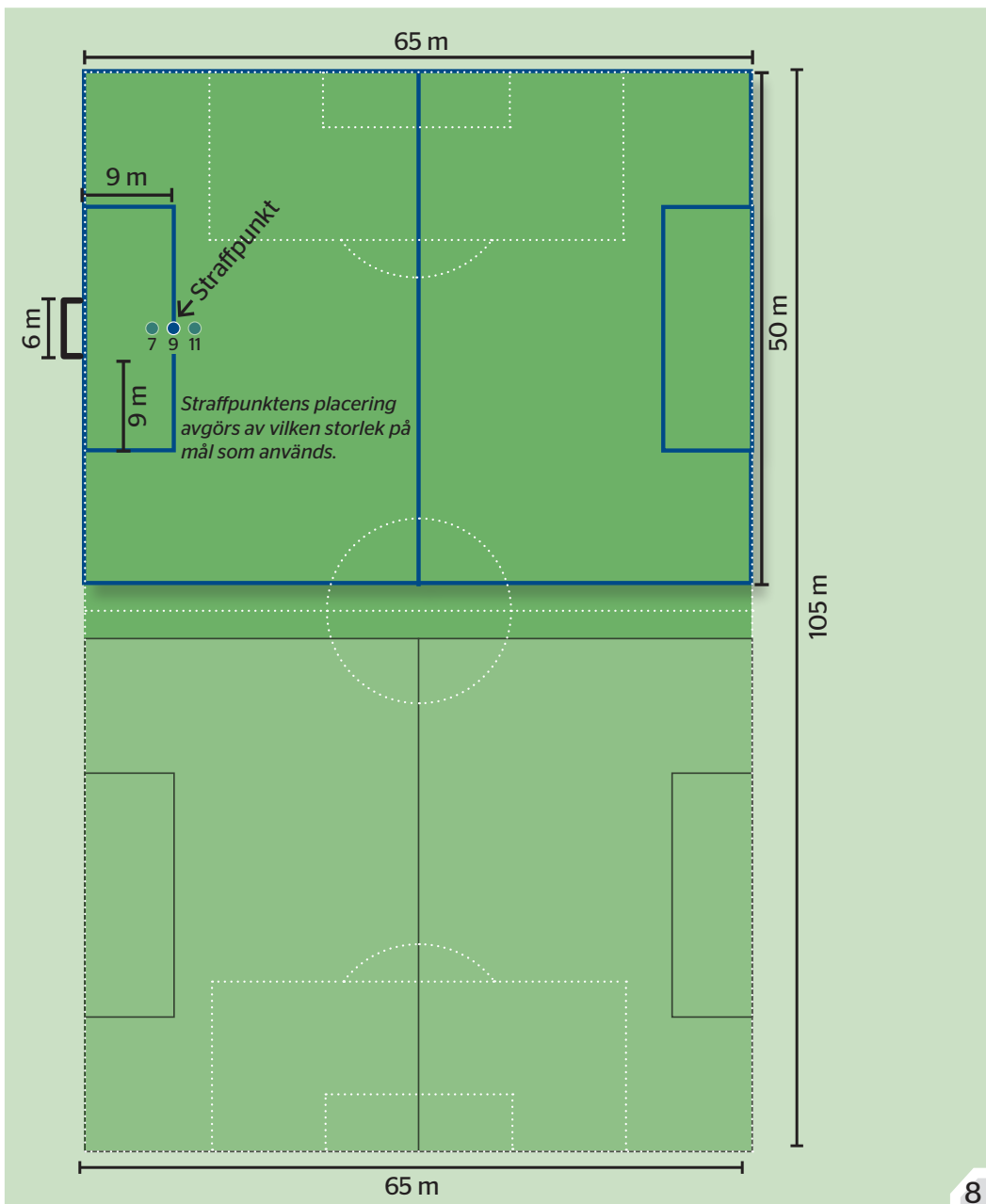
**\*Rekommenderad planstorlek:** 65 x 50 m

**Straffområde:** 24 x 9 m

**Storlek mål:** 5-7,32 m x 2-2,44 m

**Rekommenderad målstorlek:** 6 x 2.20 m

Med rekommenderad planstorlek får 2 planer plats på en 11 mot 11 plan (se skiss).





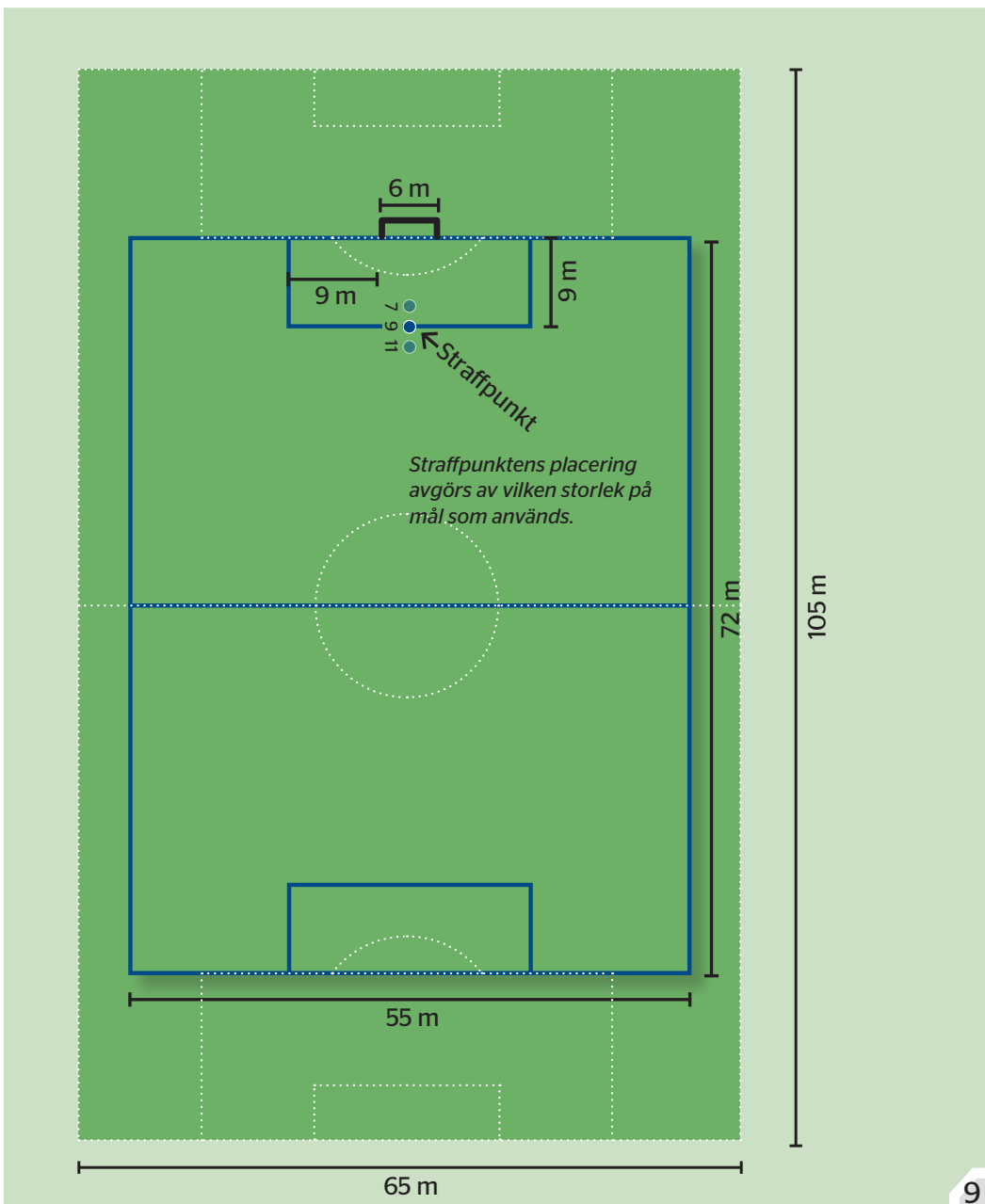
**Planstorlek:** 65-72 x 50-55 m

**Rekommenderad planstorlek:** 72 x 55 m

**Straffområde:** 24 x 9 m

**Rekommenderad målstorlek:** 6 x 2.20 m

**Storlek mål:** 5-7,32 m x 2-2,44 m



# Anpassning av spelytan

## Förtydliganden och exempel

### Anpassning till större eller mindre plan

Min- och maxmått gäller för varje spelform, men anpassning i proportion av den befintliga 11 mot 11 planen kan ge undantag.

#### Om planen är 100 x 60 m

- Spelplan 9 mot 9 för 13-åringar 60 x 50 m
  - Spelplan 9 mot 9 för 14-åringar 67 x 55 m (straffområde till straffområde)
  - Spelplan 7 mot 7 för 10-12-åringar 50-55 x 30-35 m
- Undantag för 4 st 7 mot 7 (10-11 år) planer (och spel på alla planer samtidigt)*
- Spelplan 7 mot 7 för 10-11-åringar 48 x 28 m.

#### Om planen är 110 x 68 m

- Spelplan 9 mot 9 för 13 åringar 65 x 50 m
- Spelplan 9 mot 9 för 14-åringar 77 x 55 m (straffområde till straffområde)
- Spelplan 7 mot 7 för 10-12-åringar 50-55 x 30-35 m

### Befintliga planer

Befintliga planer får användas till rätt spelform med rekommendationen att planen anpassas till spelformen enligt min- och maxmått.

#### Om planen är 60 x 40 m (gamla 7 mot 7)

- Spelplan 7 mot 7 för 10-12-åringar 50-55 x 30-35 m
- Spelplan 5 mot 5 för 8-9-åringar 30 x 15-20 m
- Spelplan 3 mot 3 för 6-7-åringar 15 x 10-12 m

Går det att använda befintliga linjer som hjälp för linjering kan man göra det förutsatt att spelplanen överensstämmer med min- och maxmått för spelformen som ska spelas.

Vid avikelser från min- och maxmått används koner/spray till att markera rätt spelplan för respektive spelform.



## Fotboll för alla

*Visionen för svensk fotboll är att fotboll ska spelas av alla överallt. För att vara tillgänglig och attraktiv för alla behöver fotbollen anpassas efter utövarnas motiv till att spela fotboll och vara öppen för alla grupper i samhället på alla ställen i landet.*

# Nationella spelformer



Berör respektive spelform och  
är anpassat för alla inom fotbollen.

<https://fogis.se/barn-ungdom/>

