**REGLER 7-MANNA**

7 SPELARE PÅ PLANEN (6 UTESPELARE + 1 MÅLVAKT)

**HÖRNA**

* När någon i ert lag slår bollen över linjen på kortsidan som eran målvakt står vid får andra laget slå en hörna (passning) från hörnet till en medspelare.
* Om någon i andra laget slår bollen över linjen som deras målvakt står vid blir det eran hörna.

**FRISPARK**

* Frispark betyder att man sparkar bollen till en kompis på planen vart domaren säger.
* Om någon rör bollen med händerna på planen får andra laget frispark
* Om någon gör en ful/inte godkänd tackling får andra laget frispark.
* Om man gör någonting dumt, slår, knuffar, armbågar eller sparkar någon får andra laget frispark

**STRAFF**

* Straff betyder att man försöker skjuta mål när bollen ligger stilla från straffpunkten i straffområdet.
* Om en utespelare rör bollen med händerna i sitt eget straffområde får andra laget straff.
* Om man gör en ful tackling, slår, knuffar eller sparkar någon i eget straffområde får andra laget straff.

**AVSPARK**

* När man börjar matchen börjar man med bollen i mitten på mittpunkten.
* När ett lag gjort mål börjar andra laget med bollen i mitten.
* När andra laget börjar med bollen måste vi stå utanför mittcirkeln

**INKAST**

Inkast betyder att man kastar in bollen till en medspelare från sidlinjen/långsidan.

Man måste ha båda fötterna i backen, hålla bollen med båda händerna och föra bollen bakom huvudet innan man kastar iväg den.

**MÅLVAKTEN**

* Målvakten får bara röra bollen med händerna inne i straffområdet.
* Målvakten får gå utanför straffområdet men då bara röra bollen med fötterna.
* Målvakten måste rulla ut bollen med händerna eller passa bollen efter backen till en medspelare.
* Målvakten får inte ta bollen med händerna om en medspelare passar bollen.
* När en motståndare slår bollen över linjen som målvakten står vid blir det målvaktens boll och andra laget måste backa till ”retreatlinjen”.