



NATIONELLA SPELFORMER

5 MOT 5 8-9 ÅR

Förutsättningar

Rekommendationer



Storlek planyta
30 x 15-20 m.



Storlek mål
3 x 1,5 m.

I vissa distrikt är det tillåtet med 3x2m-mål om 3x1,5-mål saknas.



Storlek boll
3.

Vikt boll
280-310 gram.



Speltid
3 x 10 minuter, sammandrag.
3 x 15 minuter, enskild match.

Lika speltid för alla.
Sammandrag (2-4 matcher).



Antal spelare
4 utespelare och 1 målvakt
per lag på planen.

4 avbytare per lag.



Byten
Fria byten.

Byten företrädesvis i paus.



Utrustning spelare
Tröja, byxor, strumpor,
skor och benskydd.

Enhetliga matchkläder.

Några viktiga regler



Fasta situationer

Alla fasta situationer startas genom att driva eller passa bollen efter marken. Det är inte tillåtet att göra mål direkt på en fast situation. Motståndarna ska ta ett avstånd på minst fem meter från bollen vid fasta situationer.

Retreatlinje

Vid målvaktsutkast eller när målvakten fångar bollen i spel ska det andra laget backa till sin egen planhalva (retreatlinje) och stanna där tills bollen lämnat målvaktens händer.

Straffområde

Spelplanen har inget straffområde. Målvakten får ta bollen med händerna till ca 5 m från stolparna. Straffspark tillämpas inte.

Varningar och utvisningar

Gula och röda kort tillämpas ej. Det är tränarnas ansvar att byta ut spelare som uppträder olämpligt eller spelar vårdslöst.