



Södra Vings IF

SÄKRA

- där kloka får råd -

CUPEN 2025

Regler

- På plan får 5 spelare, varav en målvakt, vistas. Max 12 spelare per match.
- Varje lag har möjlighet att använda *max 2 överåriga* spelare efter kontakt med cupansvarig i samband med anmälan. Dock får endast EN överårig spelare vara på planen.
- Flicklag har möjlighet att använda *max två pojkar* i laget efter kontakt med cupansvarig i samband med anmälan. Dock får endast EN pojke vara på planen. Ny regel från VFF. OBS ska endast tillämpas om man ej har möjlighet att fylla laget med flickor. Ska inte användas för att "toppa" laget, vilket tävlingsledningen kommer att bevaka.
- Vid underläge med 4 mål får ytterligare en spelare komma in.
- Varje match spelas om 1x12 minuter.
- Gräs-, grus- och inomhusskor är tillåtna.
- Det är inte tillåtet att bära smycken eller andra vassa föremål. Att tejpa fast smycken är inte ett tillräckligt skydd. Smycken och andra vassa föremål skall tas av innan match.
- Flygande byten gäller. Spelare som byts in får inte beträda planen förrän den andra spelaren har lämnat planen.
- Spel tillbaks till målvakt tillåts, målvakt får ta upp bollen med händerna.
- Ackumulerade frisparkar tillämpas ej.
- Vid utvisning visas man av planen i 2 minuter där efter får en annan spelare bytas in i spelet. Utvisad spelare får ej delta mer under pågående match, ej heller i nästkommande match.
- Hemmalaget börjar med boll.
- Målvakt får ej kasta bollen direkt i mål.
- Målvakt får ej göra utspark (efter att tagit upp bollen med händer) över halva planen. (Om så är fallet blir det inkast från mitten för andra laget.)
- Glidackling är ej tillåtet.
- Då bollen går över sidolinjen blir det inkast. Då bollen slår i taket blir det inkast från mitten
- Avstånd vid frispark = 5 m.
- Vi tillämpar regeln med "backa-hem-linje". *(utförligare information på plats)*
- Bortalag tar på sig västar vid behov
- Samtliga spelare erhåller medalj.

Anmälan

Minst 45 min före utsatt speltid för första match.

Omklädning

Spelar man matchen före paus är det "snabba puckar" i omklädningsrummet som gäller. Nya lag kommer **en halvtimme** efter matchens slut.

Kolla hur många lag ni ska vara i rummet och anpassa hur "ni breder ut er" efter det.

