

Utover underståande vert NFF sitt regelverk for 5arfotball (inne) nytta. Nokre presiseringar:

## 1. Påmelding av lag

Meldast på innan onsdag 21.desember. Påmeldingsavgift på 1500 kr (damer: 1000 kr) betalast før lagets første kamp. Turneringa er for senior (spelarar fødd før 01.01.2002).

Aktiv spelar (gjeld kun menn): Spelar som har spelt 5.div eller høgare (obligatorisk kamp) i 2016. Ein aktiv utespelar som står i mål, reknast ikkje som aktiv (og omvendt).

Minimum 5 spelarar pr lag, maksimum 10.

Lagliste leverast sekretariatet før første kamp. Ein kan føre på nye spelarar etter kvart (totalt max 10), men ikkje stryke nokon som er ført på. Ingen kan spele for meir enn eitt lag.

## 2. Kampreglement

Lag som ikkje møter til oppsett kampstart taper kampen 3-0.

Lag som trekkjer seg mellom gruppespel og sluttspel får sisteplass i gruppa (dei andre rykkjer forbi).

Kamplengde er 13 minutt. Forlenga speletid i sluttspel: 5 minutt.

Straffekonkurranse: 3 straffespark pr lag. Ved fortsatt lik målscore; 1 og 1 straffe.

### 2.1 Lag

Kvart lag har 4 utespelarar på banen + målvakt. Max 2 aktive på banen samtidig.

Innbytte skjer ved boks (innbyttarbenk).

Alle spelarar må nytte leggskinn.

### 2.2 Kampreglar

Offsideregelen nyttast ikkje. Alle frispark er direkte.

Ball over sidelinja: Innspark erstattar innkast, kan ikkje score direkte frå innspark.

Innspark må takast innan 4 sekund. Viss ikkje, overtek motstandaren.

Ved innspark skal ballen ligge i ro på linja.

Motstandar vera minst 2 meter unna på innspark, og 5 meter unna på frispark og hjørnespark.

Ball over døddlinja: Corner eller målkast.

Ball i taket: Innspark i linje med treffpunktet.

Farleg spel straffast med 2 minutt utvisning.

Protestar mot dommaravgjerder og fornærmande språkbruk/gestikulering straffast med 2 min.

### 2.3 Særskildt om målvakt/målkast

Målvakt *kan* forlate målfeltet.

Målspark erstattast av målkast. Målvakt må stå i målfeltet når han kastar ut.

Ballen må setjast i spel innan 4 sekund. Viss ikkje: frispark til motstandar på 6 m.

Ved målkast kan ballen ikkje kastast over midtstrek utan å berøre golvet eller ein spelar.

Målkast over midtstrek gjev frispark til motstandar på midtstreken.

Målkast takast på nytt om ballen berører ein spelar før den er ute av målfeltet.

Når ballen er i spel, kan keeper kaste så langt han vil.

Viss keeper berører bevisst tilbakespel med hendene, får motstandar frispark på 6 m.

### 2.4 Straff

Ein spelar som får **2 minutt utvisning** må sone straffa ved sekretariatet. Laget får ikkje setje inn spelar før sekretariatet viser at tidsstraffen er omme.

Ein spelar kan få **raudt kort** for alvorlege forseelser eller sin andre 2-minuttar i kampen.

Spelar som får raudt, må forlate banen/området rundt, og stå over lagets neste kamp.

Laget må spele resten av kampen med ein spelar mindre på banen.

## 3. Protest

Ein protest må varslast av lagleiar ved kampslutt og leverast skriftleg til sekretariat innan 15 minutt etter kampslutt. Ein må betale ei protestavgift på 200 kr, som kun tilbakebetalast om ein får medhald.

Sekretariat og kampens dommar avgjer i samråd utfallet av protesten.