



## Walking Football Kurzregeln im SHFV

1. Gespielt wird in zwei Mannschaften mit je 6 Spielern.
2. Das Spielfeld ist ca. 21x42m groß (ggf. Handballfeld). Es gibt einen kreisförmigen Torraum (3m Radius auf einer Breite von 5m), welcher von keinem Spieler betreten werden darf, um den Ball zu spielen.
3. Es gibt entsprechend keine Torhüter und somit keine erlaubten Handspiele.
4. Die Tore sind ca. 1m hoch und 3m breit.
5. Ein Spiel dauert grundsätzlich 4x 15 Minuten (Abweichungen möglich).
6. Walking Football ist GEHEN zu jedem Zeitpunkt des Spiels. Jeder Spieler muss während der Bewegung immer einen Teil des Fußes auf dem Boden haben. Sind beide Füße in der Luft (Flugphase), so ist der gegnerischen Mannschaft ein indirekter Freistoß zuzusprechen.
7. Gespielt wird mit Bällen der Größe 5 (Feld) bzw. Futsal-Bällen der Größe 4 (Halle).
8. Es gibt kein Abseits.
9. Grätschen und harter Körpereinsatz (insbesondere von hinten) sind untersagt.
10. Der Ball darf maximal 1m hoch (hüfthoch) gespielt werden.
11. Verlässt der Ball das Spielfeld über die Längsseiten des Spielfelds, so ist der Ball an der Stelle zu positionieren wo er das Spielfeld verlassen hat. Der Ball wird eingeschossen, gegnerische Spieler müssen mindestens 3m Abstand halten.
12. Verlässt der Ball das Spielfeld über die Torseiten, so gibt es Abstoß oder Eckball von der jeweiligen Seite. Der Ball wird eingeschossen und die gegnerischen Spieler müssen einen Abstand von mindestens 3m halten.
13. Bei Regelverstoß (Laufen, Foul, Handspiel oder zu hohes Spiel) gibt es für die gegnerische Mannschaft einen indirekten Freistoß. Spieler der gegnerischen Mannschaft müssen mindestens 3m Abstand halten. Gibt es einen indirekten Freistoß in einer Distanz von weniger als 3m zum Tor, so ist der Freistoß 3m vor dem Tor auszuführen.
14. Wenn ein Tor irregulär verhindert wird, gibt es ein von der Mittellinie direkten Schuss auf das Tor. Hierbei darf kein Spieler beider Mannschaften in der Spielhälfte des betreffenden Tores sein.
15. Nach jedem Tor wird das Spiel durch einen Anstoß vom Mittelpunkt des Feldes fortgesetzt.
16. Es gibt gelbe, gelb-rote und rote Karten (Feldverweis auf Dauer, 3 min. Unterzahl), die der Schiedsrichter aussprechen kann.
17. Ein Tor darf nicht aus der eigenen Hälfte erzielt werden.