**Spilleregler**

**3er fotball – 6 og 7 år:**

3

* Kampene varer i 1 x 12 minutt.
* Det benyttes 3 spillere på hvert lag samtidig, og kampene spilles uten keeper.
* Alle frispark er indirekte og det dømmes ikke straffespark, motstanderen må være minimum 3 meter unna.
* Dersom ballen går over vantet, dømmes det innspark.
* Det dømmes ikke hjørnespark. Går ballen over vantet bak mål, er det alltid målspark, uavhengig av hvem som sparket ballen over vantet.
* Vanlige fotballregler fra NFF følges.

**5er fotball – 8 og 9 år:**

5

* Kampene varer i 1 x 18 minutt.
* Det benyttes 5 spillere på hvert lag samtidig, 4 utespillere og 1 keeper.
* Alle frispark er direkte frispark.
* Motstanderen må være minst 5 meter fra ballen ved avspark og frispark.
* Innbytte kan skje når som helst (flygende innbytte). Unntak: Keeper kan kun byttes ved stopp i spillet.
* Straffespark tas 6 meter fra mållinjen
* Vanlige fotballregler fra NFF følges.

**7er fotball – 10 og 11 år:**

7

* Kampene varer i 1 x 25 minutt.
* Det benyttes 7 spillere på hvert lag samtidig, 6 utespillere og 1 keeper.
* Alle frispark er direkte frispark.
* Motstanderen må være minst 5 meter fra ballen ved avspark og frispark.
* Innbytte kan skje når som helst (flygende innbytte). Unntak: Keeper kan kun byttes ved stopp i spillet.
* Straffespark tas 8 meter fra mållinjen
* Vanlige fotballregler fra NFF følges.

**Spilleregler tilrettelagt fotball**

**Nivå 3:**

3

* Kampene varer i 1 x 12 minutt.
* Det benyttes 3 spillere på hvert lag samtidig, og kampene spilles uten keeper.
* Alle frispark er indirekte og det dømmes ikke straffespark, motstanderen må være minimum 3 meter unna.
* Dersom ballen går over vantet, dømmes det innspark.
* Det dømmes ikke hjørnespark. Går ballen over vantet bak mål, er det alltid målspark, uavhengig av hvem som sparket ballen over vantet.
* Vanlige fotballregler fra NFF følges.

**Nivå 1 & 2:**

5

* Kampene varer i 1 x 18 minutt.
* Det benyttes 5 spillere på hvert lag samtidig, 4 utespillere og 1 keeper.
* Alle frispark er direkte frispark.
* Motstanderen må være minst 5 meter fra ballen ved avspark og frispark.
* Innbytte kan skje når som helst (flygende innbytte). Unntak: Keeper kan kun byttes ved stopp i spillet.
* Straffespark tas 6 meter fra mållinjen
* Vanlige fotballregler fra NFF følges.