



**GRUNDSÄTZLICH GELTEN DIE ALLGEMEINEN
FUSSBALL-REGELN DES DFB.**

ABWEICHENDE REGELUNGEN FÜR WALKING FOOTBALL:

1 SPIELFELD

FELDGRÖSSE: Länge 40 m / Breite 20 m

STRAFRAUM: Länge 7 m / Breite 9 m

TORE: ca. 1 m hoch und ca. 3 m breit

2 ANZAHL UND ALTER DER SPIELER*INNEN

- Jedes Team besteht aus 6 Spieler*innen – gemischte Teams (m/w/d) sind zulässig.
- Es gibt keine Torhüter*in und somit auch keine erlaubten Handspiele.
- Das Mindestalter beträgt 16 Jahre.
- Freie Anzahl von Auswechselspieler*innen und unbeschränkte Anzahl der Wechsel.
- Fliegender Wechsel ist erlaubt – erst raus dann rein, an der gleichen Stelle.

3 AUSTRÜSTUNG DER SPIELER*INNEN

- Das Tragen von Schienbeinschützern ist Pflicht.
- Mindestens farblich einheitliche Leibchen sind je Team zu tragen.

4 SPIELZEIT

- Gespielt werden 2 x 20 Minuten.
- Die Halbzeitpause soll 10 Minuten nicht übersteigen.

5 GRUNDSÄTZLICHES ZUM WALKING FOOTBALL

- Walking Football ist **GEHEN** zu jedem Zeitpunkt des Spiels.
- Spieler*innen müssen während des Spiels immer einen Teil eines Fußes auf dem Boden haben.
- Sind beide Füße in der Luft (beim Springen / Laufen), so ist dem gegnerischen Team ein indirekter Freistoß am Ort des Geschehens zuzusprechen.
- Grätschen und Tacklings sind untersagt.
- Der Ball darf maximal bis 1 m Höhe gespielt werden. Bei einer Regelübertretung erfolgt ein indirekter Freistoß dort, wo der Ball die maximal erlaubte Höhe überschritten hat.



6 ABSEITS

- Die Abseitsregel findet keine Anwendung.

7 SPIELFORTSETZUNG

- Verlässt der Ball das Spielfeld über die Seitenlinie, so ist der Ball an der Stelle zu positionieren wo er das Spielfeld verlassen hat. Der Ball wird eingeschossen oder eingedribbelt, gegnerische Spieler*innen müssen bei der Ausführung mindestens 3 m Abstand einhalten.
- Verlässt der Ball das Spielfeld über die verlängerten Torlinien, so gibt es Abstoß oder Eckball.
- Der Ball wird bei Abstoß aus dem Strafraum, von einem beliebigen Punkt eingeschossen oder eingedribbelt – die gegnerischen Spieler*innen müssen bei der Ausführung einen Abstand von mindestens 3 m einhalten.
- Der Ball wird bei Eckball von der Eckenmarkierung eingeschossen oder eingedribbelt – die gegnerischen Spieler*innen müssen bei der Ausführung einen Abstand von mindestens 3 m einhalten.

8 TORERZIELUNG

- Ein Tor darf nur aus der gegnerischen Hälfte erzielt werden.
- Wird ein Tor aus der eigenen Hälfte erzielt, ist die Spielfortsetzung Abstoß.
- Nach regelwidriger Torverhinderung oder Foul durch das verteidigende Team im Strafraum erfolgt ein Strafstoß durch einen Schuss auf das leere Tor von der Mittellinie; bei der Ausführung müssen alle Spieler*innen beider Teams hinter dem Ball sein.

9 REGELÜBERTRETUNGEN

- Es gibt nur indirekte Freistöße. Bei einer Regelübertretung wird dem gegnerischen Team ein indirekter Freistoß zugesprochen. Spieler*innen des gegnerischen Teams müssen mindestens 3 m Abstand einhalten. Gibt es einen indirekten Freistoß in einer Distanz von weniger als 3 m zum Tor, so ist der Freistoß 3 m vor dem Tor auszuführen.
- Der/die Schiedsrichter*in kann 2-Minuten-Zeitstrafen aussprechen, bei Torerzielung des gegnerischen Teams darf wieder aufgefüllt werden.