

De vigtigste regler 3-mands fodbold



Banen

- ❖ Ydermål: 13 x 21 meter.
- ❖ Målfelt/straffesparkfelt: Anvendes ikke - ingen keeper.
- ❖ Målstørrelse: 1 x 1,5 meter.

**Der er en stående dispensation til at benytte en bane, der er op til 10% mindre, men i samme proportioner.*

Boldens størrelse

- ❖ Str. 3.

Spillernes antal

- ❖ 3 på banen.*

Der er ingen fast keeper og ingen må tage eller parere bolden med hænderne.

**Ingen øvre grænse for antal indskiftningsspillere.*

Ekstra spiller på banen ved -3

Et hold må sætte én ekstra spiller på banen, så længe holdet er bagud med tre mål eller mere. For hver tre mål ekstra et hold kommer bagud, må der indsættes yderligere en spiller, som tilsvarende skal tages ud ved reducereing.

Spillernes udstyr

- ❖ Reglerne for udstyr er mere lempelige/fleksible end Fodboldloven. Det vigtigste er, at børnene ikke kommer til skade.

Dommeren

- ❖ Der anvendes kampleder.

Det øvrige dommerteam

- ❖ Anvendes ikke.

Spilletid

Max. 60 min. pr. spiller pr. dag.*

**Den konkrete spilletid pr. kamp/stævne fastsættes af turneringsudbyderen.*

Igangsættelse

- ❖ Begyndelsesspark er retningsfrit og må dribles eller sparkes.
- ❖ Afstandsregel: 3 meter.

Bolden i og uden af spil

- ❖ Jf. fodboldloven ([se mere her](#)).

Offside

- ❖ Anvendes ikke.

De vigtigste regler 3-mands fodbold



Indkast

- ❖ Kan tages som indspark, inddribling eller indkast.* Bolden skal ligge stille inden igangsættelse.
Afstandsregel: 2 meter.

Målspark

- ❖ Tages som spark eller dribling fra eget mål.*
- ❖ Afstandsregel: Midterlinjen.*

**Det er den enkelte spiller, der beslutter, om det skal være spark eller dribling.*

*** Presfri zone eller udvidet afstandsregel:*

Ved målspark skal det forsvarende hold trække tilbage til midten af banen og må først krydse midterlinjen, når bolden er sat i spil.

Dette betyder ikke, at der er en bestemt zone, hvor spillerne aldrig må komme ind i, men det er blot for at sikre, at målsparket er beskyttet - præcis som ved et målspark i "rigtig" fodbold.

Målsparket må altid gerne sættes i gang, uagtet om modspillerne er nået tilbage over banens midte.

Hjørnespark

- ❖ Anvendes ikke - der er kun målspark.

I spillets ånd med sund fornuft

Hvis kamplederen oplever adfærd, der værer sig fra spillere eller trænere, som åbenlyst strider mod spillets ånd eller almindelig sund fornuft, så kan kamplederen gå i rette med dette ved at tildele eksempelvis frispark til modstanderne.

Sker dette, er det at betragte som en løftet pegefinger til det pågældende holds træner.

Eksempler:

- Når der bevidst laves eller opfordres til bevidst at lave (grove) frispark på modstanderne, fordi der ikke spilles med udvisninger.
- Når spillerne bevidst sparker bolden ud over egen mållinje i 3 mod 3, fordi der ikke er hjørnespark.
- Når det ene hold bevidst søger at trække tiden ved at undlade at igangsætte spillet.

I det nærmest utænkelige tilfælde, hvor ovenstående ikke måtte være nok til at sikre, at alle implicerede parter, herunder specifikt børnene, har en god oplevelse med kampen, er det kamplederens ret at afbryde kampen før tid, hvis dette skønnes nødvendigt.