



Walking Football Regeln im SHFV

1. Gespielt wird in zwei Mannschaften mit je 6 Spielern.
2. Die Tore sind ca. 1m hoch und 3m breit.
3. Das Spielfeld ist ca. 20x40m groß (Größe eines regulären Handballfelds).
4. Ein Spiel dauert grundsätzlich 2x 12 Minuten (Abweichungen möglich).
5. 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.
6. Gespielt wird mit Bällen der Größe 5 (Feld) bzw. Futsal-Bällen der Größe 4 (Halle).
7. Es gibt keine Torhüter und somit keine erlaubten Handspiele.
8. Es gibt kein Abseits.
9. Grätschen und Tacklings sind untersagt.
10. Der Ball darf maximal hüfthoch gespielt werden (ca. 1m).
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 und rote Karten (Feldverweis auf Dauer, 3 min. Unterzahl) sowie eine Zeitstrafe (Feldverweis auf Zeit, 2 min.), die der Schiedsrichter aussprechen kann.
17. Ein Tor darf nicht aus der eigenen Hälfte erzielt werden.