

## REGLAR FOR UNGDOMSHAFO

- 1] Både fotball- og handballkampene vert spelt på heil handballbane. Laga byter ikkje side i pausen mellom handball- og fotballdelen.
- 2] Først spelast ein 6. min omgang handball og så ein like lang omgang fotball. Fotballmål gjev like mykje poeng som handballmål.
- 3] Målvakt + 5 utespelarar i handball og målvakt + 4 utespelarar i fotball. Det må alltid vera minimum 1 jente og 1 gut på bana.
- 4] I finalen vert det innmarsj og presentasjon av spelarar. Spelarane har på seg nummererte HaFo-vester.
- 5] I handball brukast alle handballreglar. Det vert brukt 1-ar handballar. Det kan bli gjeve både gult kort og to-minutts utvisning. Avkast på midten.
- 6] Tilbakespelregelen vert praktisert. I handball: målvakt må vera utanfor 6-meterfeltet for å ta imot ein sentring frå medspelar. I fotball: målvakt har ikkje anledning til å ta ballen opp i henda etter sentring frå medspelar.
- 7] Ved poenglikskap mellom to eller fleire lag bestemmast rekkjefølgja slik:
  1. Målforskjell (differanse mellom scora og innslupne mål).
  2. Innbyrdes
  3. Flest mål i samtlige kampar.
  4. Loddtrekning

Ved uavgjort i finalen spelast det ekstraomgangar (2x2min). Dersom det er uavgjort etter ekstraomgangane vert det straffekonkurranse.

8] Protestar rettast til sekretariatet. Anke på desse vil verta behandla av arrangørkomiteen snarast. Alle resultat er endelege ved premieutdeling.

### **9) Ein spelar kan kun spela på ett lag gjennom turneringa!**

## HANDBALLREGLAR

Det er lov å gå tre steg med ballen utan å stusse (sprette) den i golvet. På det tredje skrittet må ballen enten sentrast til en medspelar, eller skytast mot mål. Bana er merka med streker som angir 9-meter (frikastlinje) og 6-meter (målvaktsområde). Nokre regelbrot:

**Skritt** - når ein spelar tar meir enn tre skritt med ballen utan å pakke den.

**Tramp** - når ein angripande spelar trakk innfor målvaktsområdet (eller på streken) blir angrepet stoppa, og ballen går til forsvarande lag. Om forsvarande lag nyttar straffefeltet dømmast det straffekast til angripande lag.

**Frikast** - ved mindre brot på reglane vert det dømt frikast.

**To-minutts utvisning** - ved meir alvorlege regelbrot og usportsleg åtferd. Spelaren må sitje på benken i to minutt, og laget må spele med ein mindre i denne perioden.

**Advarsel (gult kort)** - ved regelbrot som ikkje kvalifiserer til to-minutts utvisning.

**Spark** - når ballen treff ein spelar sin fot.

**Stuss** - når du pakker ballen ein gong, stopper og tar ballen opp, og så pakker igjen.

I handball nyttast regelen om passivt spel, i regelverket definert som at det angripande lag ikkje gjer eit forsøk på å angripe eller skyte mot mål. Dommarane skal gje det angripande laget forvarsel, og dermed mulighet til å skyte mål, før dei blåser av spelet.

**Hjørnekast** skal takast av angripande lag dersom ein utespelar på forsvarande lag hadde siste berøring før ballen kryssa mållinja. Dersom målvakt hadde siste berøring på ballen før den kryssa mållinja, er det ikkje hjørnekast, men utkast ifrå keeper.

## FOTBALLREGLAR

**Avspark** takast i starten av kvar omgang og etter at mål har blitt skåra. Kan ikkje scora frå avspark.

**Innspark** takast av det lag som ikkje sist var borti ballen når ballen har kryssa ein av sidelinjene. Indirekte.

**Utkast frå målvakt** kan ikkje gå over midtbana. Utspark er ikkje tillat.

**Hjørnespark** takast av angripande lag når ballen har kryssa mållinja og siste berøring var av forsvarande lag. Indirekte.

**Indirekte frispark** Alle frispark er indirekte. Det er ikkje anledning til å skåre mål på indirekte frispark før ballen har vore i ein annan spelar enn den som tar frisparket.

**Offside** vert ikkje praktisert.

**Straffespark** takast frå straffemerket.

**Når ballen treffer taket** er det frispark til motsatt lag frå midtbana. Indirekte.

**Dropping av ballen** nyttast når dommaren har stoppa spelet.