



Walking Football – Regelergänzungen

Einleitung

- Walking Football ist eine Fußball-Variante, die vor allem für ältere Spieler*innen gedacht ist. Ziel des Walking Footballs ist es, den Reiz des Fußballspielens und des Mannschaftssports auch denen zu ermöglichen, für die der klassische Fußball zu verletzungsanfällig oder zu dynamisch ist.
- Im Sinne eines Gesundheitssportes, den Walking Football darstellt, sollte auf das Aufwärmen und die Gymnastik zu Beginn des Trainings oder vor einem Spiel besonderen Wert gelegt werden. Es empfiehlt sich hierfür eine*n Übungsleiter*in zu gewinnen, die/der ein auf die Altersgruppe abgestimmtes Aufwärmtraining vornimmt.
- Bei längerer Inaktivität wird eine ärztliche Abklärung der Teilnahme am Walking Football empfohlen.
- Bei Teilnehmer*innen, die nicht dem ausrichtenden Verein angehören, sind die Teilnahmevoraussetzungen und der Versicherungsschutz zu klären.
- Als Empfehlung wird genannt: Für Wettkampfspiele gilt das Mindestalter von 55 Jahren, d.h. der/die Spieler*in muss im Veranstaltungsjahr mindestens 55 Jahre alt werden. Zudem können bis zu zwei jüngere Spieler*innen eingesetzt werden, die im Veranstaltungsjahr mindestens 50 Jahre alt werden.

Anmerkung: In den nachfolgenden Ausführungen sind die Regeln für den Walking Football Wettbewerb definiert.

Abweichungen für Training/Freizeit sind kursiv gedruckt.

Teilnahmeberechtigung

- Spielen können sowohl Frauen als auch Männer, gerne auch in gemischten Teams.
- Die Spieler*innen müssen Mitglied in einem Verein sein, welcher Mitglied des jeweiligen Landesverbands ist.
- Das Alter wird von den jeweiligen Landesverbänden in den Bestimmungen festgelegt.
- *Für den Trainingsbetrieb entscheidet der anbietende Verein über das Mindestalter der Teilnehmer*innen.*
- *Bei Freundschaftsspielen entscheiden die teilnehmenden Vereine über das zulässige Alter, bei Turnieren der Ausrichter*



Regeln

- Soweit diese Bestimmungen keine Abweichungen vorsehen, wird nach den internationalen Fußball-Regeln der FIFA, des DFB sowie den Satzungen und den Ordnungen der jeweiligen Landesverbände gespielt.
- Walking Football weist neben der Art der Fortbewegung einige Abweichungen vom üblichen Fußballspiel auf.
- Alle Abweichungen zu den geltenden Fußballregeln sind nachfolgend aufgeführt

1. Spielfeld

- Walking Football Spiele werden auf einem Spielfeld mit der Größe 42m x 21m ausgetragen.
- Wenn in der Halle gespielt wird, gelten die Maße eines Handballfeldes.
- *Im Training kann die Größe den Gegebenheiten angepasst werden; so können z.B. vorhandene Kleinspielfelder genutzt werden.*
- *Bei größerem Feldmaß als dem Wettkampfmaß kann die Anzahl der Spieler und die Größe des Torraums angepasst werden.*
- Gleiches gilt bei einem kleineren Feld.

2. Torgröße

- Die Größe der Tore beträgt: 1m hoch und 3m breit.
- *Im gegenseitigen Einvernehmen können Mannschaften auch von der üblichen Torgröße Abweichen*

3. Torwart/ Torfrau

- Walking Football wird ohne Torwart/ Torfrau gespielt.

4. Torraum

- Die Größe des Torraums bildet einen kreisförmigen Raum mit 3m Radius auf einer Breite von 5m.
- Der Torraum muss kenntlich gemacht werden. Er kann beispielsweise:
 - abgestreut werden
 - mit flachen Pylonen/Hütchen auf dem Spielfeld gekennzeichnet werden
- Der Torraum darf weder zur Abwehr durch die verteidigende Mannschaft noch für eine Torerzielung durch die angreifende Mannschaft genutzt werden.
- Das Betreten des Torraumes wird dann strafbar, wenn die Spieler*innen aktiv zum Ball gehen, um einen Spielvorteil zu erlangen.



- Dabei gilt:
 - Bei Torvereitelung im Torraum durch die verteidigende Mannschaft erfolgt ein Strafstoß.
 - Bei Torerzielung durch die angreifende Mannschaft im Torraum wird das Tor aberkannt und die verteidigende Mannschaft erhält einen Freistoß.
 - Bleibt der Ball unabsichtlich im Torraum liegen dann erhält die verteidigende Mannschaft Ballbesitz und darf den Ball spielen.
 - Wird der Ball absichtlich von der verteidigenden Mannschaft in den Torraum gespielt, dann erhält die angreifende Mannschaft einen Strafstoß.
 - Unabsichtliches Betreten des Torraums, ohne einen Vorteil zu erlangen, wird nicht bestraft.
- Der Ball darf durch den Torraum gespielt werden.
- Im Hallenspielbetrieb kann der Torraum durch den 6m-Kreis begrenzt werden.
- *Der Torraum ist im Freizeit- und Trainingsbetrieb individuell einzusetzen. Die Maße können an die Faktoren Platzbedingungen, Mannschaftsgröße usw. angepasst werden.*
- *Bei Kleinfeldspielfeldern kann der Torraum durch den jeweiligen Strafraum begrenzt werden.*

5. Spieler*innen

- Die Anzahl der Spieler*innen auf dem Spielfeld beträgt sechs pro Mannschaft.
- Eine Mannschaft besteht inklusive der Auswechselspieler*innen aus bis zu 12 Aktiven.
- *Abweichungen der Mannschaftsgröße bei Turnieren sind möglich.*
- *Eine andere Anzahl von Spieler*innen auf dem Feld oder in der Kadergröße ist möglich, wenn sich die Mannschaften darauf einigen.*

6. Auswechslungen

- Es können pro Mannschaft alle Spieler*innen ein- und ausgewechselt werden.
- Auswechselungen werden fliegend vorgenommen in der eigenen Hälfte auf Höhe der Mittellinie.
- Der/die Einwechselspieler*in kann das Spielfeld erst betreten, sobald der/die auszuwechselnde Spieler*in das Spielfeld verlassen hat.
- Einwechselspieler*innen halten jeder ein Leibchen in der Hand, welches im Wechselvorgang an der Mittellinie übergeben wird. Erst nach der Übergabe, darf der/die Einwechselspieler/Einwechselspielerin das Feld betreten.
- Die Auswechslung ist vollzogen, wenn der/die Auswechselspieler*in das Spielfeld über die Auswechselzone seines Teams vollständig betreten hat, nachdem er dem/der Spieler*in, der ersetzt wird, sein Überziehleibchen übergeben hat.
- Ein/Eine Auswechselspieler*in, der den Auswechselvorgang noch nicht abgeschlossen hat, darf



keine Spielfortsetzung mittels Einkick, Strafstoß, Freistoß, Eckstoß oder Schiedsrichterball vornehmen.

- Wenn ein/eine Auswechselspieler*in das Spielfeld betritt, bevor der/die zu ersetzende Spieler*in das Spielfeld verlassen hat, oder wenn ein/eine Auswechselspieler*in das Spielfeld nicht über die Auswechselzone seines Teams betritt:
 - unterbrechen die Schiedsrichter*innen das Spiel (möglicherweise nicht sofort, wenn sie auf Vorteil entscheiden können)
 - warnen die Schiedsrichter*innen den/die Auswechselspieler*in für das Betreten des Spielfelds in Missachtung der Auswechselbestimmungen und weisen ihn an, das Spielfeld zu verlassen.
- Haben die Schiedsrichter das Spiel unterbrochen, wird dieses mit einem Freistoß für das gegnerische Team fortgesetzt.
- *Der Ort der Auswechslung wird auch in den individuellen Turnierbestimmungen festgehalten, damit die Regeln an die Gegebenheiten angepasst werden können.*

7. Spezifische Regeln für Walking Football

- Laufen – egal ob mit oder ohne Ball – ist verboten. Ein Fuß muss stets den Boden berühren. Wenn ein*e Spieler*in aus Versehen läuft, gibt es einen Freistoß für die gegnerische Mannschaft.
- Physische Vergehen jeglicher Art bei laufendem Spiel, gegen Gegenspieler oder Mitspieler sind untersagt. Hierzu zählen beispielsweise auch zu stärker Körperkontakt mit dem Ellenbogen, ziehen, halten und jegliche Art von Grätschen.
- Zudem sind körperliche Angriffe von hinten untersagt.
- Vergehen, die „rücksichtslos“ oder „übermäßig hart“ begangen werden, sind mit einer gelben bzw. roten Karte zu ahnden.
 - Gelbe Karte: Gilt als Verwarnung, bei rücksichtslosem Foulspiel.
 - Rote Karte: Verweist den Spieler vom Platz, sowie das Erteilen einer 3 Minuten Zeitstrafe. Gilt als schwere Sanktion bei „übermäßig hartem“ Vergehen. Der/Die Spieler*in darf während des Spiels nicht mehr eingesetzt werden
- Sollte ein/e Spieler*in im laufenden Spiel ein zweites Vergehen, welches mit einer gelben Karte zu ahnden ist, begehen, so erhält diese*r die gelb/rote Karte. Zusätzlich wird auch hier eine 3 Minuten Zeitstrafe erteilt.
- Bei einer ausgesprochenen Zeitstrafe kann nach Torerzielung der gegnerischen Mannschaft die Mannschaft in Unterzahl wieder die Anzahl der Spieler*innen komplettieren, auch wenn die eigentliche Zeitstrafe noch nicht abgelaufen ist.
- Das Spiel darf nicht beginnen oder fortgesetzt werden, wenn eines der Teams weniger als vier Spieler*innen hat.
- Der Ball muss flach gehalten werden. Wird der Ball über eine Höhe von 1m gespielt erhält die gegnerische Mannschaft einen Freistoß an der Stelle, wo der Ball zuletzt gespielt wurde.



- Die Spielzeit beträgt üblicherweise 4x15 Minuten. Nach 15 Minuten Spielzeit erfolgt eine kurze Pause von mindestens 2min und nach 30 Minuten Spielzeit eine Halbzeitpause von 10 Minuten und ein Seitenwechsel. Nach 45 Minuten Spielzeit erfolgt nochmals eine Pause von mindestens 2 Minuten.
- Für Turniere können andere Spielzeiten festgelegt werden.
- Strafstoß: Der Strafstoß wird von einem/einer Spieler*in von der Mittellinie auf das leere Tor geschossen. Es befinden sich während der Ausführung nur der/die ausführende Spieler*in einer Mannschaft auf dem Feld. Nach der Ausführung des Strafstoßes gilt die Spielsituation als beendet. Das Spiel wird entweder mit einem Abstoß, bei Vergeben des Strafstoßes oder einem Anstoß, im Falle eines Tores fortgeführt.
- Strafstöße werden ausgesprochen:
 - Bei aktivem Betreten des Torraums durch die verteidigende Mannschaft zur Torvereitelung.
 - Bei Vereitelung einer klaren Torchance.
- Strafstoßschießen zur Spielentscheidung: Der Strafstoß wird von einem/einer Spieler*in an der Eckfahne zu seinem Mitspieler hinter der Mittellinie gepasst. Der/die Spieler*in darf nach Überqueren des Balles von der Mittellinie den Ball hinter der Mittellinie direkt ins leere Tor schießen. Es befinden sich während der Ausführung nur zwei Spieler*innen einer Mannschaft auf dem Feld.
 - Pro Mannschaft werden 3 Schütz*innen festgelegt. Ein weiterer/weitere Spieler*in spielt die Bälle von der Eckfahne an die Mittellinie. Dieser Passgeber kann beliebig gewählt werden und während des Strafstoßschießen wechseln.
 - Die Spieler*innen, die während der regulären Spielzeit ermahnt oder verwarnet worden sind, dürfen nach Ablauf der regulären Spielzeit, am Strafstoßschießen teilnehmen.
- Wenn der Ball ins Seitenaus geht, wird das Spiel mit einem Einkick an der Stelle, wo der Ball ins Seitenaus gegangen ist, fortgesetzt.
- Bei allen Spielfortsetzungen muss die gegnerische Mannschaft die Abstandsregelung von drei Metern einhalten.
- Alle Freistöße werden indirekt ausgeführt.
- Durch einen Freistoß kann kein direktes Tor erzielt werden.
- Eine direkte Torerzielung durch einen Eckball ist möglich.
- Der Abstoß durch die verteidigende Mannschaft wird durch einen/eine Spieler*in im Torraum durchgeführt. Die gegnerische Mannschaft muss dabei die Abstandsregelung zur Grenze des Torraumes einhalten.



8. Spielleitung

- Walking Football Spiele werden von einem/einer Spielleiter*in gepfiffen.
- *Bei Trainings-/Freizeitspielen einigen sich die Spieler*innen auf eine*n Spielleiter*in.*

Des Weiteren gelten die Vorgaben, wie in den jeweiligen Durchführungs-/ Turnierbestimmungen für die jeweiligen Wettbewerbe festgelegt.