

Spilleregler amerikansk fotball med 7 spillere - “7er” - Beregnet for U17 innendørs turnering

Grunnlag

Disse reglene er basert på 7er-reglene for U14 hvor man blant annet ikke trenger “chain”, men uten de ekstra begrensningene på oppstilling, bevegelse og blitzing som er på begge lag på U14. De to spillerne som fjernes fra 9er er en linjespiller (lovlig pasningsmottaker) og en back, jf. normale 7er-regler for U17 og eldre.

Reglene baserer seg på gjeldende IFAF-regler med norske tilpasninger. Dette dokumentet lister opp hvor reglene skiller seg fra vanlige regler med 11 spillere. Forskjellene listes opp under hver hovedregel, men vil ikke referere detaljert til hvilken spesifikk underregel det er snakk om.

Disse reglene er beregnet på 7er-kamper U17 innendørs der flere lag samles og spiller turnering med flere kamper samme dag/helg på samme bane.

Akkurat som for 7er U14 er disse reglene basert på “veien lages mens man går”, og evaluering av disse må skje underveis.

Regelversjon - dato: 09.10.2024

Endringer fra forrige versjon:

- Ingen. Dette er første versjon av disse reglene.

Endringer fra forrige versjon er markert med lyseblå farge rundt teksten, med unntak av endret tekst som ikke endrer innhold og tekst som er fjernet.

Regelforskjeller

Regel 1 - Kampen, banen, spillere og utstyr

A. Banen

- a. Banen har følgende mål.
 - i. Lengden av banen skal være 70 yards, men kan kortes ned til 60 yards. Det er sterkt anbefalt at 5 går opp i lengden. Banelengden inkluderer målsonene på 10 yards i hver ende av banen.
 - ii. Bredden av banen kan ikke være større enn 35,3 yards eller mindre enn 30 yards. Det er anbefalt å bruke ett av følgende to alternativer:
 1. Bredden av banen er mellom innbyttemerkene på en vanlig bane (35,3 yards bred).
 2. Bredden av banen er mellom den ene sidelinjen og motsatte midtsonemerker på en vanlig bane (33,3 yards bred).
 - iii. Turneringsreglene eller seriens administrative organ kan endre på banemålene, unntatt målsonene som alltid skal være 10 yards.
 - iv. Lagområdene er mellom banens femyardslinjer, 5 yards fra mållinjen, på hver sin side av banen.
 - v. Det er sterkt anbefalt at banen merkes med 5-yardlinjer, eventuelt en markør utenfor hver sidelinje for hver femte yard.
 - vi. Det skal markeres et punkt midt mellom sidelinjene 5 yards og 10 yards fra hver mållinje ("Femyardspunktet" og "Tiyardspunktet"). Det anbefales at det på alle 5-yardslinjer markeres et punkt midt mellom sidelinjene.
 - vii. Midtsonemerker ("hashmarks") benyttes ikke.
- b. Kun dommere, kampfunksjonærer og personer på spillerlisten kan være i lagområdet.

STRAFF: Første tilfelle: Sidelinjeadvarel. Andre og påfølgende tilfeller: En lagtimeout trekkes. Forsinkelse av spillet dersom alle lagtimeouter for omgangen er brukt. Personen skal fjernes fra området.

- c. Målstenger benyttes ikke.

B. Spillerantall

- a. Maksimalt antall spillere på banen er 7 spillere per lag.

C. Ballen

- a. Ball som er godkjent for aktuell aldersgruppe skal benyttes.

D. Spilleres nummerering

- a. Minst tre offensive linjespillere skal bære nummer 50-79.

E. Funksjonærer og baneutstyr

- a. Lenke ("chain") benyttes ikke. Forsøksviser ("down box") er obligatorisk. Det skal være to ballpersoner. En markør for å vise "line to gain" er anbefalt.

Regel 2 - Definisjoner

A. Spark

- a. Ingen (scrimmage/fri)spark tillates.

B. Femyardspunktet og Tiyardspunktet (Nye definisjoner)

- a. Femyardspunktet er det markerte punktet som ligger midt mellom sidelinjene 5 yards fra hver mållinje.
 - i. Femyardspunktet er det punktet ballen skal snappes fra:
 - 1. På et ekstrapoengforsøk verdt 1 poeng, eller;
 - 2. Når Lag B får et nytt første forsøk nærmere sin egen mållinje enn femyardspunktet etter en besittelsesendring (med unntak av det som listes opp under tiyardspunktet nedenfor).
- b. Tiyardspunktet er det markerte punktet som ligger midt mellom sidelinjene 10 yards fra hver mållinje.
 - i. Tiyardspunktet er det punktet ballen skal snappes fra:
 - 1. Ved starten av en omgang, eller;
 - 2. På et ekstrapoengforsøk verdt 2 poeng, eller;
 - 3. Etter et ekstrapoengforsøk, eller;
 - 4. Etter en safety, eller;
 - 5. Etter en "punt", eller;
 - 6. Etter en touchback.

C. Guardboksen (Erstatter tackleboksen)

- a. Guardboksen er et tenkt område avgrenset i banens lengderetning av Lag As scrimmagelinje og tilbake til Lag As sluttlinje, og i banens bredderetning mellom de tenkte linjene ved kanten av guardenes ytre skulder ved snappen parallelt med sidelinjene. Måles ut fra en normal guard-posisjon (på hver side av snapperen).

Guardboksen slutter å eksistere når ballen forlater området.

Regel 3 - Perioder, tidsfaktorer og innbytter

A. Tidtaking og spilletid

- a. Antall perioder og lengden på hver periode:
 - i. Hvis et lag spiller flere kamper på samme dag:
 1. En kamp spilles i to perioder, der første periode er første omgang, og andre periode er andre omgang. Sidebytte skjer 1 gang, mellom første og andre omgang.
 2. Lengden på hver periode, og dermed hver omgang, er 8 minutter. Total spilletid for én kamp er da 2×8 minutter.
 - ii. Hvis det bare er to lag som møtes for én kamp:
 1. Vanlige regler med 4 perioder med en periodelengde på 8 minutter. Total spilletid er da 4×8 minutter.
 - iii. Turneringsreglene eller seriens administrative organ kan bestemme noe annet.
- b. Vanlige klokke-regler gjelder, inkludert 2-minutters-varsel.
Unntak:
 - i. 10-sekunders fratrekk på kampklokken benyttes ikke.
 - ii. Løpende klokke benyttes ikke.
- c. Halvtidspausen bør være på minst 5 minutter og maks 10 minutter. Men dette kan være bestemt av turneringsreglene, seriens administrative organ eller lagenes hovedtrenere.
- d. Spillklokken er alltid 25 sekunder og starter på hoveddommerens tegn og fløyte. 40-sekunders spillklokke benyttes ikke.
- e. En kamp kan ende uavgjort etter to omganger, og ekstrapperioder spilles ikke. Dette kan endres hvis turneringsreglene eller seriens format krever det.

B. Myntkast

- a. Myntkastet gjøres ca. 1 minutt før kampstart.
- b. Hvert lag kan sende minst 1 og maks 2 lagkapteiner til myntkastet.
- c. Laget som vinner myntkastet velger i hvilken omgang de skal starte med ballen.
- d. Laget som taper myntkastet velger side i første omgang.
- e. Lagene bytter side i andre omgang.

C. Lagtimeout

- a. Ved spilletid 2×8 minutter: Hvert lag har 2 timeouter per omgang.
- b. Ved spilletid 4×8 minutter: Hvert lag har 3 timeouter per omgang.

D. Ekstrapperioder - Hvis ekstrapperioder skal spilles gjelder følgende:

- a. Samme prinsipper og regler som for vanlige regler med følgende justeringer:
 - i. Alle referanser til motstanderens 25-yard-linje erstattes med midtlinjen. Start av en ekstrapperiode er fra midtlinjen, om ikke påvirket av en straffeutmåling.

E. Tid mellom kamper når lag spiller flere kamper på samme dag

- a. Det skal være minst 30 minutters pause mellom kampene.
 - i. Ved enighet mellom hovedtrenere og hoveddommer kan pausen være lengre.

Regel 4 - Ballen i spill, død ball, ut av banen

Ingen forskjell under denne hovedregelen.

Regel 5 - Forsøksserier, linjen å nå

- A. Start av serier
 - a. Det er ingen sparkespill. Ved starten av en omgang og etter et ekstrapoengforsøk eller en safety plasseres ballen på tiyardspunktet til det laget som ellers ville ha vært det mottakende laget på et frispark.
 - b. Etter en touchback plasseres ballen på tiyardspunktet til det laget som skal snappe ballen.
 - c. Ved start av en ny serie, inkludert etter en eller flere besittelsesendringer under forsøket, vil ballen tilhøre det laget som har ballen til slutt der spillet ble dødt. Ballen flyttes så til nærmeste 5-yardslinje og laget starter så sin nye serie derfra, eventuelt fra der en akseptert straff flytter ballen til. Unntak:5-D-a og 5-D-b.
- B. Neste punkt og sideveis plassering av ballen
 - a. Neste punkt er alltid midt mellom sidelinjene. Andre forsøk, tredje forsøk og fjerde forsøk er i lengderetning fra der forrige forsøk sluttet. Sideveis flyttes ballen til midten.
- C. Linjen å nå
 - a. Laget som starter en ny serie har 4 forsøk på å avansere 10 yards.
 - b. Klarer laget å avansere minst 10 yards flyttes ballen i lengderetning fra dødballspunktet til nærmeste 5-yardslinje slik at en ny serie alltid starter på en 5-yardslinje. Unntak:5-D-a og 5-D-b.
- D. Generelle unntak ved start av nye serier.
 - a. Ballen flyttes aldri til en mållinje. Er dødballspunktet nærmere mållinjen enn en 5-yardslinje flyttes ballen til nærmeste femyardspunkt. Unntak: 5-D-b.
 - b. Når Lag A får nytt første forsøk innenfor Lag Bs 10-yardslinje flyttes ikke ballen i lengderetning. Neste punkt er dødballspunktet (med sideveis forflytning til midten).
- E. Fjerde forsøk
 - a. På fjerde forsøk kan Lag A velge å "gå for det" med et vanlig spill fra scrimmage, eller frivillig gi opp besittelse (en "punt").
 - b. Dersom Lag A velger å gi opp sin besittelse ("punt"), tar Lag B over besittelse på tiyardspunktet nærmest sin egen mållinje.
 - i. Dersom det benyttes vanlige tidtakingsregler når dette skjer, stoppes klokken når en dommer får beskjed om dette.
 - c. Kun Lag As hovedtrener kan ta avgjørelsen om å frivillige gi opp besittelsen. Hovedtreneren må på en tydelig måte meddele dette til en dommer før ballen lovlig snappes.
 - i. En dommer kan etterspørre avgjørelsen om å "gå for det" eller å "punte" fra hovedtreneren om spillsituasjonen er slik at det ville vært naturlig med en "punt".

Regel 6 - Spark

- A. Sparkespill benyttes ikke. Alle forsettlige spark er ulovlig sparking av ballen.

Regel 7 - Å snappe og å passe ballen

- A. Krav for Lag A ved snappen
 - a. Lag A må ha minst 3 spillere på scrimmagelinjen med nummer 50-79.
 - b. Ballen posisjon ved snappen er sideveis alltid midt mellom sidelinjene.
 - c. Ikke flere enn 3 backer (spillere) i bakfeltet (inkludert en spiller i posisjon til å ta imot en hånd-til-hånd snapp).
 - d. Straffen for brudd på det ovenstående er som i vanlige regler 5 yards fra forrige punkt for ulovlig formasjon.

Regel 8 - Skåring

- A. Poengverdier
 - a. Poengverdier følger vanlige regler, men Field Goal kan ikke skåres da sparkespill er ulovlig.
- B. Ekstrapoengforsøk
 - a. Et lag kan velge å gå for en 1-poengs-touchdown eller en 2-poengs-touchdown.
 - i. Hovedtreneren velger dette før klart for spill på ekstrapoengforsøket, og kan ikke endre valget etter at det er blåst klart for spill. Valget kan heller ikke endres om ekstrapoengforsøket spilles om igjen grunnet en straffeutmåling.
 - b. Ved et ekstrapoengforsøk verdt 1 poeng skal ballen settes i spill fra femyardspunktet nærmest Lag Bs mållinje om ikke påvirket av en straffeutmåling.
 - c. Ved et ekstrapoengforsøk verdt 2 poeng skal ballen settes i spill fra tiyardspunktet nærmest Lag Bs mållinje, om ikke påvirket av en straffeutmåling.

Regel 9 - Oppførsel til spillere og andre omfattet av reglene

Ingen forskjell under denne hovedregelen.

Regel 10 - Straffeutmåling

- A. Straffeskala
 - a. Straff som ifølge normale regler er 15 yards, endres til 10 yards.
 - i. Utvisning gjelder fortsatt.
 - b. Straff som ifølge normale regler er 10 yards, endres til 5 yards.
 - c. Straff som ifølge normale regler er 5 yards, endres ikke.

Regel 11 - Dommerne: Jurisdiksjon og oppgaver

- A. Antall dommere
 - a. En kamp skal i hovedsak dømmes med 4 dommere.
 - i. Hoveddommer, umpire, linjemann og linjedommer.
 - b. En kamp kan også dømmes med 3 dommere (ingen umpire) eller 5 dommere (med bakdommer).

Regel 12 - Videodommer

- A. Videodommer benyttes ikke under kampen.
- B. Videodommer kan benyttes etter kampen i utvisningssituasjoner, uansett om det ble bedømt utvisning på banen eller ikke.