

Basis regels bij het zaalvoetbal

De basis regels bij zaalvoetbal zijn een afgeleide van het veldvoetbal, maar met een aantal wezenlijke verschillen. De belangrijkste zaalvoetbalregels hebben wij op een rijtje gezet.

- Er wordt bij zaalvoetbal niet ingegooid, maar ingetrapt nadat de bal over de zijlijn is gegaan.
- Fysiek contact wordt veel minder toegestaan dan bij veldvoetbal.
- Een schouderduw en een sliding zijn bij zaalvoetbal niet toegestaan.
- Er wordt met 5 tegen 5 gespeeld. (F pupillen mag ook 6 vs 6)
- Er mag doorgewisseld worden tijdens de wedstrijd.
- Er wordt met een zogenaamde plofbal gespeeld, een kleinere voetbal die veel minder stuiterd dan een gewone veldvoetbal.
- Een keeper moet een bal binnen 4 seconden uittrappen of gooien.
- Vrije trappen moeten binnen 4 seconden genomen worden.
- Er is geen buitenspel regel bij zaalvoetbal
- Een strafschoep wordt genomen vanaf 6 meter, na een overtreding binnen het strafschoepgebied. Dit is een cirkelvormig gebied.