



TIPS OCH REGLER INFÖR APRIL CUPEN 2026



Spelplan

Järvastadens IP. Adressen är Gunnarbovägen 34, Solna.

Parkering

Parkeringsplatser finns i anslutning till anläggningarna.

Spelprogram

Spelprogrammet publiceras på hemsidan senast en vecka före cupstart. Gå igenom spelschemat noggrant – i vissa fall kan ett lag spela två matcher direkt efter varandra.

Antal spelare och avbytare

5 mot 5 klassen: Målvakt + 4 utespelare på plan. Fritt antal avbytare.
7 mot 7 klassen: Målvakt + 6 utespelare på plan. Fritt antal avbytare.
9 mot 9 klassen: Målvakt + 8 utespelare på plan. Fritt antal avbytare.

Pokaler och medaljer

P/F 2017 - P/F 2019 kvitterar ut sina medaljer (max 10 medaljer/lag). Fler medaljer går att köpa för 20kr/st i kiosken/sekretariatet. Tänk på att medaljer eller pokaler som ej hämtas ut inte kommer att skickas till lagen i efterhand.

Planer

Matcherna spelas på Järvastadens IP. Varje plan är markerad A1, A2, A3, A4, osv.

Underlag

Konstgräs.

Omklädningsrum

Tillgången till omklädningsrum är begränsad, och de ska därför endast användas för ombyte. Efter ombyte ska laget lämna rummet. Inget lag får belägra ett omklädningsrum eller ha det för sig själva.

Obs: Vasalund IF ansvarar inte för värdesaker eller kvarglömda kläder.

Servering

Under cupen kommer det finnas servering med försäljning av bland annat hamburgare, mackor, korb, dricka, godis med mera.

Tävlings- och turneringsfrågor

Enrico Nazare (enrico@vasalundsif.se)

Tack för att ni hjälper oss att skapa en trygg, rolig och välorganiserad cup!



TIPS OCH REGLER INFÖR APRIL CUPEN 2026



SPELREGLER

Reglerna gäller med följande tillägg och ändringar:

Speltid

1 x 25 min i 5 mot 5 och 7 mot 7 matcher

1 x 35 min i 9 mot 9 matcher

Boll

Det lag som anges som hemmalag i respektive match ansvarar för matchbollen och startar även matchen. Tänk på att använda rätt bollstorlek: Storlek 3: 5 mot 5-klassen och storlek 4: 7 mot 7- och 9 mot 9-klasser. Om hemmalaget inte har rätt storlek går det bra att spela med bortalagets boll.

Extra spelare vid stort underläge (5 mot 5 och 7 mot 7)

Om ett lag ligger fyra mål under får laget ta in en extra utespelare. När laget som ligger under utjämnarställningen (t.ex. 4–4) tas den extra spelaren bort igen.

Retreat line för Inspark (5 mot 5 och 7 mot 7)

Inspark får utföras **var som helst inom straffområdet**, antingen som **spark på liggande boll** eller som **utkast från målvaktens händer**. Bollen måste **lämna straffområdet** innan den är spelbar för någon spelare.

Det försvarande laget ska **backa hem till sin egen planhalva** (5 mot 5) eller **backa till retreat line** (7 mot 7). Detta ger spelaren som utför insparken tid och utrymme att spela bollen vidare till en medspelare. Domaren ansvarar för att säkerställa att detta genomförs på ett korrekt sätt. Regeln gäller både när bollen är "död" och när målvakten fångar eller räddar bollen.

Specifika situationer:

- Om domaren bedömer att motspelarna inte backar tillräckligt, ska domaren tydligt instruera dem och låta insparken göras om.
- Om spelaren som utför insparken väljer en snabb igångsättning innan motståndarna hunnit tillbaka mot mittlinjen, låter domaren spelet fortsätta.
- Insparken ska dock göras om om spelaren avsiktligt maskar/fiskar för att förhindra motståndarna från att backa hem.
- Målvakten får inte göra en utspark. Om detta sker ska målvakten istället sätta igång spelet på nytt på korrekt sätt.



TIPS OCH REGLER INFÖR APRIL CUPEN 2026



Specialregler (5 mot 5)

- Ingen straff och inga gula eller röda kort används i 5 mot 5.
- Om något oschysst händer i straffområdet ska bollen backas ut till straffområdets linje.
- Om en spelare betar sig illa kan ledaren tillfälligt byta ut spelaren.
- Inga inkast – bollen får sparkas in.
- Spelaren får driva bollen framåt vid inspark, frispark och hörnor.
- Vid inspark, frispark eller hörna måste bollen vidröra någon spelare innan mål kan godkännas.

Specialregler (7 mot 7)

- Innan ett gult kort delas ut ska domaren ge en tillsägelse.
- Domaren kan ge en eller två tillsägelser innan ett gult eller rött kort utdelas.
- Vid rött kort får laget som får utvisning sätta in en ny spelare, så att matchen fortsätter som 7 mot 7.

Slutspel

Placeringsmatcher spelas utan straffar och det är resultatet efter full tid som gäller. Vid oavgjort i finalspel avgör tre straffar per lag direkt efter slutsignal.