

Gehfußball/ Walking Football - Regeln

Einleitung

- Walking Football ist eine Fußball-Variante, die vor allem für ältere Spieler*innen gedacht ist. Ziel des Gehfußballs 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 Gehfußball 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 Gehfußball empfohlen.
- Bei Teilnehmer*innen, die nicht dem ausrichtenden Verein angehören, sind die Teilnahmevoraussetzungen und der Versicherungsschutz zu klären.

Anmerkung:

In den nachfolgenden Ausführungen sind die Regeln für den Gehfußball-Wettbewerb definiert. *Abweichungen für Training/Freizeit sind kursiv gedruckt.*

Regeln

- Grundsätzlich gelten die aktuellen Regeln, wie sie in der Spielordnung des HFV für Hallen- und Kleinfeldspiele festgelegt sind.
- Gehfußball bzw. Walking Football weist neben der Art der Fortbewegung einige Abweichungen vom üblichen Fußballspiel auf.
- Alle Abweichungen zu den geltenden Fußballregeln sind nachfolgend aufgeführt.

1. Teilnahmeberechtigung

- Trainieren und spielen können sowohl Frauen als auch Männer, gerne auch in gemischten Teams.
- 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.
- *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.*

2. Spielfeld

- Gehfußballspiele werden üblicherweise auf einem Spielfeld mit der Größe 42m x 21m ausgetragen. Andere Abmessungen sind möglich.
- 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.*

3. Torgröße

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

4. Torwart/Torfrau

- Gehfußball wird ohne Torwart/Torfrau gespielt.

5. Torraum

- Die Größe des Torraums bildet ein Halbkreis mit 5m Radius auf einer Breite von 7m.
- Der Torraum kann:
 - abgekreidet werden
 - Mit flachen Pylonen/Hütchen auf dem Spielfeld gekennzeichnet 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 und bei den Hallenspielen durch den 9m-Kreis.*
- 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 von der Mittellinie des Spielfeldes auf das leere Tor.
 - 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 von der Mittellinie auf das leere Tor.
 - Unabsichtliches Betreten des Torraums ohne einen Vorteil zu erlangen, wird nicht bestraft.
- Der Ball darf durch den Torraum gespielt werden.

6. 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.*

7. Auswechslungen

- Es können pro Mannschaft alle Spieler*innen ein- und ausgewechselt werden.
- Auswechslungen werden fliegend vorgenommen in der eigenen Hälfte auf Höhe der Mittellinie.
- *Der Ort der Auswechslung wird auch in den individuellen Turnierregeln festgehalten, damit die Regeln an die Gegebenheiten angepasst werden können.*
- Der/die Einwechselspieler*in kann das Spielfeld erst betreten sobald der/die auszuwechslende Spieler*in das Spielfeld verlassen hat.
- Wechselfehler führen eine 2 Minuten Zeitstrafe nach sich.
- 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. Der/die mit der Zeitstrafe belegte Spieler*in darf nicht vor Ablauf der Zeitstrafe eingewechselt werden.

8. Spezifische Regeln für Gehfußball

- 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 Freistoß für die gegnerische Mannschaft.
- Zu starker Körperkontakt z.B. mit Ellenbogen, ziehen und halten oder sogar das sogenannte „Grätschen“ ist verboten und wird mit einem Freistoß, bei sehr grobem Foulspiel mit einem Strafstoß, geahndet. Zeitstrafen von zwei oder drei Minuten sind möglich (2min = Zeitstrafe, 3min = rote Karte).
- 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 4x10 Minuten. Nach 10 Minuten Spielzeit erfolgen eine kurze Pause von ca. 5 Minuten und nach 20 Minuten Spielzeit eine Halbzeitpause von 10 Minuten und ein Seitenwechsel. Nach 30 Minuten Spielzeit erfolgt nochmals eine Pause von 5 Minuten. Für Turniere können andere Spielzeiten festgelegt werden.
- Strafstöße werden ausgesprochen:
 - nach absichtlichem Handspiel zur Torvereitelung oder
 - bei aktivem Betreten des Torraums durch die verteidigende Mannschaft ebenfalls zur Torvereitelung oder
 - nach grobem Foulspiel.
- Der Strafstoß wird von der Mittellinie des Spielfeldes auf das leere Tor der gegnerischen Mannschaft ausgeführt.
- Alle Freistöße, mit Ausnahme der Strafstöße, 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 eine*n Spieler*in im Torraum durchgeführt. Die gegnerische Mannschaft muss dabei die Abstandsregelung einhalten.

9. Spielleitung

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

10. Spielberechtigung

- Die Spieler müssen Mitglied in einem Verein sein, der Mitglied des Hessischen Fußball-Verbandes ist.
- Für Teilnehmer*innen von Gehfußballspielen sind aktuell keine Spielerpässe verpflichtend. Um die Einhaltung der Altersgrenze zu prüfen sind Personalausweise oder Legimitationen, die das Geburtsdatum dokumentieren, notwendig.
- Wenn ein geregelter Gehfußballspielbetrieb eingeführt wird, werden Mannschaftsmeldungen über das DFBnet, Spielerpässe und die Nutzung des elektronischen Spielberichts erforderlich.

Übersicht:

Regelungen	Training/Freizeit	Wettkampf
Mixed-Teams	teilnehmer*innenabhängig	möglich
Alter Ü55	nicht erforderlich	erforderlich
Spielfeldgröße	Teilnehmer*innen-/ gegebenheitenabhängig	erforderlich
Torgröße	nicht erforderlich	erforderlich
Torraumgröße	nicht erforderlich	erforderlich
Spieler*innenzahl	teilnehmer*innenabhängig	erforderlich
Auswechselungen	teilnehmer*innenabhängig	erforderlich
Spielzeit	teilnehmer*innenabhängig	erforderlich
Legitimation/ Ausweis	nicht erforderlich	erforderlich
Spielleitung	nicht erforderlich	erforderlich

Erstellung durch:

Caja Zohren, Stephanie Nöthen, Jürgen Gelis und Werner Abraham