

## NFF's reglement for 3v3 spill:

### Spilleregler – treerfotball

#### 1) Spillebanen

Anbefalt banestørrelse er 15 x 10 m Målstørrelse ca. 1,0 x 1,5 m. Innendørs kan med fordel innebandymål brukes.  
Straffefelt brukes ikke.

#### 2) Antall spillere

NFF anbefaler spillertropp på fem spillere. Spillere kan byttes inn når som helst (flyvende bytter).

#### 3) Ball

Ballstørrelse 3. Innendørs brukes dempet ball.

#### 4) Spillernes utstyr

Spillerne må ha passende tøy, og det er påbudt med leggbeskyttere.  
Farlige/skarpe gjenstander skal fjernes (f.eks smykker, klokker etc).

#### 5) Dommeren

Dommeren skal være veileder for å gi alle en god opplevelse i kampen.

#### 6) Spilletts varighet

Spilletiden er 2 x 15 minutter.

#### 7) Spilletts begynnelse

Avspark får ikke skytes direkte på mål.

#### 8) Ballen i og ute av spill

Hvis tilgang til vant finnes, anbefales dette.  
Når ballen er over langsiden, gjenopptas spillet med innspark.  
Går ballen ut over kortsiden, gjenopptas spillet med målspark.

#### 9) Når mål gjøres

Når hele ballen har passert målstreken, er det mål.  
Etter godkjent scoring settes spillet i gang fra midten av det lag som ikke scoret målet. Det kan ikke gjøres mål direkte fra avspark.

#### 10) Feil og overtredelser

Det dømmes frispark når en spiller:  
a. feller en motspiller  
b. holder eller dytter en motspiller

#### 13) Innspark

Når ballen er utenfor banen begynner spillet med innspark der hvor ballen forlot banen.

#### 14) Målspark

Målspark tas hvis hele ballen går ut over mållinjen utenfor målet.  
Målspark tas inntil én meter ut fra mållinjen.

#### 15) Hjørnespark

Det spilles ikke med hjørnespark. Uansett hvem som sparker ballen over baklinjen eller ballnettet, er det målspark.

#### 16) Ekstra spiller

Når differansen i en kamp blir fire mål, kan det laget som ligger under sette inn en ekstra utespiller. Dersom differansen reduseres til tre mål, går man tilbake til like mange spillere på begge lag. Det kan ikke settes inn mer enn én ekstra spiller, selv om det ledende laget øker ledelsen til mer enn fire mål.

c. tar ballen med hånden (med vilje)  
d. gjør noe som kan være farlig for de andre

spillerne

e. når spillerne holder seg fast i vantet

Hvis ballen under en lenger tid blir låst fast, enten mot vant eller motspiller, dømmes nedslipp. Nedslipp skjer på midten av banen, og ballen skal være i bakken før spillerne kan røre den.

Dommeren bør gi tilsnakk ved gjentatte overtredelser. Kort benyttes ikke.

### **11) Dødball**

Alle måspark, avspark, innspark og frispark er indirekte.

Avstand mellom ball og motstandere ved mål- spark, avspark, innspark, frispark og nedslipp er 3 meter.

### **12) Straffespark**

Det idømmes ikke straffespark – kun indirekte frispark.