

I°CAMPIONATO REGIONALE OVER 35

REGOLAMENTO DEL CALCIO A 8

PER LE GARE DA DISPUTARE SOTTO L’EGIDA DEL SETTORE AMATORIALE DEL COMITATO REGIONALE LAZIO LEGA NAZIONALE DILETTANTI

Il presente Regolamento del Calcio a 8 prevede gli aspetti che lo differenziano sostanzialmente dal Calcio a 11. Pertanto, per ogni punto non espressamente esplicitato, si faccia riferimento al seguente link:

<https://www.aia-figc.it/download/regolamenti/reg_2019.pdf>

Di seguito si riportano le differenze regolamentari tra le due discipline, alle quali ci si dovrà attenere nel corso dello svolgimento delle attività di Calcio a 8.

Regola 1 - Il terreno di gioco

Regola 2 - Il pallone

Regola 3 - Il numero dei calciatori

Regola 4 – Durata della gara

Regola 5 – Falli e scorrettezze

**REGOLA 1 IL TERRENO DI GIOCO.**

* 1. **Dimensioni**

Il terreno di gioco deve essere rettangolare. La lunghezza delle linee laterali deve essere, in ogni caso, superiore alla lunghezza delle linee di porta. Lunghezza: minimo m. 55 massimo m. 70 Larghezza: minimo m. 35 massimo m. 45 Il centro del terreno di gioco è segnato nel mezzo della linea mediana con un punto del diametro di cm. 25. Attorno a questo punto è tracciata una circonferenza di m. 4,40 di raggio.

* 1. **L’area di rigore**

A ciascuna estremità del terreno è delimitata “un’area di rigore” rispondente ai seguenti requisiti:

• due linee sono tracciate perpendicolarmente alla linea di porta, a m. 7,50 dall’interno di ciascun palo;

• queste due linee hanno una lunghezza di m. 8,90 verso l’interno del terreno di gioco e sono congiunte da una linea tracciata parallelamente alla linea di porta;

• la superficie delimitata da queste linee e dalla linea di porta è denominata area di rigore;

• Il punto del calcio di rigore e’ segnato a m. 8,00 dalla linea di porta ed equidistante dai pali;

**1.3 L’area tecnica**

• L’area tecnica si estende lateralmente un metro per parte oltre le panchine e, in avanti, fino ad un metro dalla linea laterale.

**1.4 Le porte**

Le porte sono collocate al centro di ciascuna linea di porta. Consistono di due pali verticali infissi ad uguale distanza dalle bandierine d’angolo e congiunti alla sommità da una sbarra trasversale. La distanza che separa i due pali è di m.6,00

**1.5 Sicurezza**

Le porte devono essere fissate al suolo in modo sicuro. Le porte mobili non possono essere utilizzate se non rispondono a tali esigenze. E’ possibile tracciare un segmento di linea al di fuori del terreno di gioco a m. 7 dall’arco dell’area d’angolo, perpendicolarmente alla linea di porta, per evidenziare la distanza, che gli avversari devono osservare nell’esecuzione di un calcio d’angolo.

**REGOLA 2 IL PALLONE**

**2.1 Caratteristiche del pallone:**

• forma sferica misura 4,5. Pallone ufficiale Gems e Lega Calcio a 8

**REGOLA 3.NUMERO DEI CALCIATORI**

**3.1 Calciatori**

Ogni gara è disputata da due squadre composte ciascuna da otto calciatori al massimo, uno dei quali giocherà da portiere. Il numero massimo di giocatori tesserati è di 20 ed un massimo di 15 giocatori convocabili. Nessuna gara potrà aver luogo se l’una o l’altra squadra dispone di meno di sei calciatori. Le sostituzioni si effettuano con la palla in gioco, seguendo la procedura indicata di seguito, non è necessario l’intervento del direttore di gara. SOLO IN CASO DI SOSTITUZIONE DEL PORTIERE, questa deve avvenire a gioco fermo, avvisando il direttore di gara. Il calciatore sostituito potrà riprendere parte alla gara in qualsiasi momento. In ciascuna gara i nominativi dei calciatori devono essere comunicati all’arbitro prima dell’inizio dell’incontro.

**3.2 Il riconoscimento atleti**

Il riconoscimento degli atleti avverrà solo tramite tesserino figc

**3.3 Procedura della sostituzione**

La sostituzione di un calciatore con uno di riserva deve uniformarsi alla seguente procedura:

• dovrà prima uscire il calciatore dal campo dalla linea mediana lato panchine e poi entrare il sostituto. Il calciatore che è stato sostituito continuerà a far parte della gara.

**3.4 Sostituzione del portiere**

Ciascun calciatore partecipante al gioco può scambiare il ruolo con il portiere a condizione che:

• l’arbitro venga informato prima che la sostituzione avvenga

• lo scambio di ruolo si effettui durante un ‘interruzione di gioco.

**REGOLA 4. DURATA DELLA GARA**

**4.1 Durata della gara.**

La gara si compone di due periodi di gioco di 25 minuti ciascuno, a meno che una diversa durata sia stata fissata di comune accordo tra Organizzatori ed arbitro.

**4.2 Intervallo**

I calciatori hanno diritto ad una sosta tra i due periodi di gioco. La durata dell’intervallo non deve superare i 5 minuti. La durata dell’intervallo può essere modificata solo con il consenso dell’arbitro.

**4.3 Time-out**

È previsto l’uso del time-out, che varrà concesso dal direttore di gara a gioco fermo e con la palla in possesso della squadra richiedente. La durata del Time Out è di 1 minuto. Verrà concesso un time out a tempo a squadra. I time out si recuperano alla fine di ogni tempo.

**REGOLA 5. FALLI E SCORRETTEZZE**

**5.1 Distanza.**

La distanza regolamentare alla quale deve posizionarsi la barriera nei calci di punizione è di mt. 7.