



**FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO
LEGA NAZIONALE DILETTANTI**

REGOLAMENTO

WALKING FOOTBALL 2024

INTRODUZIONE

Il Walking Football nasce ed evolve con lo scopo di permettere a tutti gli appassionati di calcio, con età superiore ai cinquant'anni, di continuare a praticare la passione di una vita, in un contesto di totale sicurezza fisica.

Il regolamento, diverso da altri sport, chiede a tutti gli iscritti un comportamento agonistico basato sul fair-play: correttezza nei confronti degli avversari e dei direttori di gare, sia in campo, sia fuori.

Certo di un totale appoggio da parte dei tesserati, auguro buon gioco a tutti.

CAMPO DA GIOCO e ATTREZZATURE

1) Terreno di gioco:

Il terreno di gioco predefinito per il Walking Football dev'essere di dimensioni minime di 16x32 metri (lunghezza e larghezza) fino ad un massimo di 30x45 metri. Il dischetto del centrocampo deve essere posizionato esattamente al centro del terreno di gioco e sarà utilizzato per l'inizio dei tempi di gioco e per riprendere la partita dopo l'assegnazione di una rete segnata.

La linea di metà campo deve essere visibile per facilitare le decisioni arbitrali, specialmente per il retro passaggio al portiere.

L'area di porta deve essere chiaramente indicata in entrambe le estremità del campo, con una circonferenza a semicerchio con raggio tra i quattro ed i sei metri. Il dischetto del rigore, dev'essere posizionato, in relazione all'area disponibile, in linea verticale rispetto al centro della porta.

Le porte devono avere dimensioni di metri 3x2 (larghezza e altezza).

Il pallone è il numero 5 con rimbalzo normale e non è consentito il rimbalzo controllato.

Nel periodo compreso tra il 1° aprile ed il 31 ottobre le partite possono essere giocate in campi all'aperto con terreni in erba sintetica.

Dal 1° novembre al 31 marzo, invece, dovranno essere disputate in campi coperti con temperatura minima di 11°. Se l'arbitro dovesse ritenere che la temperatura non sia idonea per disputare la partita, la società ospitante verrà penalizzata di un punto in classifica e dovrà corrispondere un'ammenda di € 100,00 per il rifacimento della partita.

In queste coperture potranno essere utilizzati campi in erba sintetica o in palestra con parquet, play-it o similari.



CALCIATORI



1) **Categorie:**

1. **over 50:** per giocatori nati tra il 1° gennaio dell'anno in cui compiono 50 anni e il 31 dicembre dell'anno in cui ne compiono 59
2. **over 60:** per giocatori nati tra il 1° gennaio dell'anno in cui compiono 60 anni e il 31 dicembre dell'anno in cui ne compiono 69

Quando saranno disponibili iscrizioni di giocatori over 65 e over 70, ci si allineerà come da regolamento internazionale per le relative categorie.

Nessun giocatore di categoria inferiore può giocare in categorie superiori, tutti i giocatori di una categoria superiore possono giocare in qualunque categoria inferiore. È consentito inserire in distinta due giocatori fuori quota, che abbiano un'età massima inferiore di due anni compiuti alla categoria dell'incontro, con il limite di una presenza sola in campo.

Ogni società può iscrivere più squadre della stessa categoria ma i giocatori NON possono essere intercambiabili.

Prima di ogni gara è obbligo presentare all'arbitro la distinta giocatori con tessera FIGC e documento di identità.

2) **Equipaggiamento:**

L'equipaggiamento dei giocatori è costituito da:

maglia, pantaloncini, calzettoni, scarpe, sottomaglie che devono essere di colore inerente alla maglia da gioco. È obbligo indossare parastinchi ed è vietato l'ingresso in campo senza, per il portiere è facoltativo.

I portieri devono indossare una divisa da gioco che li renda facilmente distinguibili dai giocatori di movimento.

Le riserve dovranno indossare una pettorina di colore diverso dalla maglia di gioco, fino al momento in cui entreranno in campo.

3) **Scarpe:**

Per l'incolumità fisica dei tesserati è consentito utilizzare solo scarpe con tacchetti in gomma "da calcetto". Sono vietati tutti i tacchetti in plastica, alluminio e tutte le varianti che non siano di gomma, vietate le scarpe da 6, 13 e 16 tacchetti, ecc., ecc.

I giocatori devono inoltre astenersi dall'indossare oggetti potenzialmente pericolosi quali: orologi, bracciali, anelli, catene, orecchini. Tali oggetti possono essere coperti da nastro ma resta alla discrezione dell'arbitro decidere se questo sia sufficiente a preservare l'incolumità degli altri giocatori.

REGOLE DI GIOCO



1) INFRAZIONI LIEVI:

- vietato colpire il pallone di testa.
- vietato giocare il pallone da terra.
- vietato giocare il pallone mentre ci si appoggia a terra con parti del corpo diverse dai piedi.
- vietato toccare il pallone con la mano o con il braccio.

2) INFRAZIONI MEDIE

2.1 - Corsa:

nel Walking Football è vietato a tutti i giocatori il movimento, con o senza il pallone, della corsa o del «jogging». Gli spostamenti, con qualsiasi velocità, devono essere consoni con la logica della marcia, ossia avere sempre almeno un piede a contatto con il terreno. Il direttore di gara è delegato in sua totale discrezione a determinarne la regolarità. Questo tipo di infrazione è conteggiata come ammonizione.

2.2 - Contatto:

ogni tipo di contatto è sanzionato con un'ammonizione.

2.3 - Entrata in scivolata:

ogni tipo di scivolata sull'avversario è sanzionata con un'ammonizione.

Al raggiungimento di tre ammonizioni (come sopra descritte) scatta un'espulsione temporanea di due minuti, cartellino blu. Al secondo cartellino blu (doppia espulsione, sei falli) il giocatore sarà espulso per tutta la durata della partita. Dopo due minuti potrà essere rimpiazzato da un altro giocatore.

3) INFRAZIONI GRAVI

3.1 - Ingiurie:

ogni tipo di bestemmia verso giocatori o verso l'arbitro sarà punita con una espulsione definitiva, cartellino rosso, dopo 5 minuti il giocatore potrà essere sostituito.

3.2 - Falli:

ad ogni tipo di fallo grave l'arbitro ha la facoltà di espellere il giocatore definitivamente per tutto l'incontro, senza possibilità di sostituzione, cartellino rosso.

3.3 - Reclami:

ogni tipo di protesta violenta e/o maleducata nei confronti del direttore di gara, è sanzionata con espulsione diretta del giocatore per tutto l'incontro, senza possibilità di sostituzione, cartellino rosso.

4) **Altezza del pallone:**

Durante le fasi di gioco il pallone non può mai superare l'altezza della testa del giocatore più prossimo al pallone stesso, sia questa dovuta ad un'azione volontaria o involontaria.

Non è considerata infrazione un tiro diretto verso la porta, pur superando tale altezza.

Nell'eventualità che la palla entri in porta, il gol sarà considerato valido.

Nel caso di un'alzata involontaria ove il pallone entra in porta con ricaduta in rete, il gol viene convalidato come autorete.

Nel caso di alzata involontaria, se il pallone esce dal rettangolo di gioco verrà assegnato relativo fallo laterale o corner.

Nel caso di ricaduta in area il portiere può recuperare il pallone come giocabile e proseguire nell'azione.

Se la salita del pallone è causata da pali, traversa, portiere, ed esce dall'area di rigore rimanendo nel terreno di gioco, l'arbitro interromperà l'azione e restituirà il pallone al portiere come immediatamente giocabile.

Se durante un incontro giocato al chiuso il pallone tocca la parte superiore della struttura, l'arbitro assegnerà una rimessa laterale a favore della squadra avversaria nel punto più vicino a dove è avvenuto l'ultimo contatto con il pallone.

5) **Area di porta:**

Nessun giocatore di movimento può entrare volontariamente nell'area di porta.

Sarà discrezione dell'arbitro valutare l'involontarietà, per esempio, uno slancio, un contatto, una caduta.

L'ingresso volontario di un difensore nella propria area di porta avrà come conseguenza un calcio di rigore a favore della squadra avversaria.

Un portiere non può in nessun caso uscire volontariamente (ossia con un movimento non congruo all'azione di gioco) dalla propria area di porta.

In caso di infrazione, verrà concesso un calcio di punizione distante tre metri dall'area, nel punto più vicino a dove il portiere è uscito.

Nel caso in cui un portiere uscendo dalla propria area interrompa l'azione di gioco dell'avversario, verrà concesso un calcio di rigore.

6) **Portiere:**

Nel caso un portiere segnasse una rete, questa sarà annullata ed il pallone verrà consegnato al portiere avversario. Il portiere non può calciare i calci di rigore.

Dal momento in cui entra in possesso del pallone un portiere, ha sette secondi di tempo utile per far ripartire l'azione. Se in questo lasso di tempo il pallone non è uscito dall'area, l'arbitro decreterà un calcio di punizione a tre metri dall'area stessa in relazione al punto più vicino al portiere. Il rilancio del portiere deve essere eseguito nel rispetto della regola per l'altezza del pallone, ossia con i piedi o con un movimento non superiore alla propria spalla.

In caso di infrazione, l'arbitro decreterà un calcio di punizione a tre metri dall'area, in relazione al punto più vicino alla stessa.

Il passaggio indietro al portiere è permesso per due volte consecutive nel corso di un'azione di gioco.

Il conteggio viene interrotto nel caso in cui il pallone venga toccato da un avversario o superi la linea di metà campo. In caso di infrazione l'arbitro decreterà un calcio di punizione a tre metri dall'area, in relazione al punto più vicino alla stessa.

Durante un calcio di rigore il portiere è libero di muoversi solamente sulla linea di porta, in caso di non rispetto della regola un eventuale rigore fallito sarà ripetuto.

7) **Calci di rigore:**

Un giocatore, battendo un calcio di rigore, dovrà partire da una distanza massima di un metro dal pallone e mantenere il movimento in direzione di esso senza alcuna interruzione, pena la ripetizione della battuta.

Se un giocatore commette un'infrazione atta ad interrompere una chiara occasione da gol, in qualunque posizione del campo, verrà assegnato un calcio di rigore a favore della squadra avversaria.

8) **Rimesse laterali e calcio d'angolo:**

Durante una rimessa laterale o di un calcio d'angolo, il pallone deve essere posizionato sulla linea di delimitazione di gioco o all'esterno di essa, non deve essere in movimento.

In caso di infrazione la rimessa verrà ripetuta dalla stessa squadra.

9) **Punizioni:**

Tutti i calci di punizione sono indiretti.

Nel caso il pallone venga toccato volontariamente o meno, da un difensore o dal portiere e termini in rete, il gol verrà convalidato come autorete.

Questa regola vale anche per un eventuale tocco del portiere durante l'esecuzione di un calcio d'angolo. Inoltre, per tutti le infrazioni commesse a meno di tre metri dall'area di porta avversaria, il relativo calcio di punizione sarà arretrato a tre metri dalla linea dell'area stessa, al fine di poter posizionare correttamente la barriera.

I calciatori avversari devono mantenere una distanza dal pallone di almeno tre metri.

All'assegnazione di un calcio di punizione il giocatore deve obbligatoriamente attendere il fischio dell'arbitro prima di riprendere il gioco. In caso di un'interruzione dovuta ad un infortunio l'arbitro farà riprendere il gioco, dando la palla alla squadra che ne era in possesso, nel punto in cui è stata interrotta l'azione.

10) **Secondo arbitro/Dirigente Società**

In assenza di un secondo arbitro, la squadra ospitante metterà a disposizione un dirigente che collaborerà con l'arbitro per il conteggio delle ammonizioni e dei tempi di espulsione temporanea dei giocatori ospiti.

La squadra ospite a sua volta, metterà a disposizione un dirigente che collaborerà anche lui con l'arbitro per il conteggio delle ammonizioni e dei tempi di espulsione temporanea dei giocatori ospitanti.

11) **Serata di gioco**

Le partite di gioco verranno disputate ogni 14 giorni.

La squadra ospitante sceglierà la propria serata che potrà essere dal lunedì al venerdì. In caso di non possibile presenza da parte degli ospiti la partita potrà essere rinviata di 7 giorni, nell'eventualità che la squadra ospite non dovesse ulteriormente presentarsi in campo, la partita sarà assegnata a tavolino con il risultato di 3-0 a favore degli ospitanti.

Non potranno esserci deroghe per ulteriori spostamenti, salvo per motivi gravi od ambientali (es. calamità naturali, incidenti stradali, decessi, ecc., ecc.), i quali dovranno essere presentati al comitato organizzativo.

Se dovesse essere la squadra ospitante a non potersi presentare in campo, varrà la stessa regola.

Se fossero entrambe le squadre a non potersi presentare in campo, chi una settimana, chi l'altra, sarà applicato un risultato d'ufficio di parità "0-0", ma non verranno applicati punteggi alla classifica (quindi senza nessun punteggio).

Per rinviare una gara, occorrerà avvisare la classe arbitrale con un minimo anticipo di 24 ore, se ciò non dovesse avvenire, la settimana seguente nel rifacimento della partita verrà addebitato l'importo di € 100,00 alla società in difetto.

12) Durata degli incontri

Per tutti gli incontri non è previsto il tempo effettivo di gioco.

Per questo motivo l'arbitro dovrà tener conto dell'applicazione di un recupero sufficiente a compensare eventuali perdite di tempo.

La durata degli incontri per tutte le categorie è di due tempi da 25 minuti, con pausa a discrezione dell'arbitro che non potrà essere inferiore ai cinque minuti e cambio campo tra le due squadre.

13) Classifica:

Verranno assegnati:

- 3 punti per la vittoria
- 1 punto per il pareggio
- 0 punti per la sconfitta

In coerenza ai principi che regolano il Walking Football, al termine delle seguenti manifestazioni: Campionato regionale, Coppa regionale, Supercoppa regionale, Campionato italiano e Play-off se dovessero risultare più squadre a pari merito l'ordine di classifica verrà determinato secondo i seguenti criteri:

- minor numero di espulsioni dirette (cartellino rosso)
- minor numero di ammonizioni (falli da cartellino blu)
- esito degli scontri diretti e classifica avulsa
- differenza reti
- maggior numero di reti segnate
- minor numero di reti subite
- calci di rigore: a questi calci di rigore potrà partecipare anche il portiere.