



Walking Football

Reglement



Für die von Pro Senectute und dem Schweizerischen Fussballverband organisierten Freundschaftsturniere gelten die nachfolgenden Regeln. Sie basieren auf dem UEFA-Leitfaden 2024 für die Freizeitvariante des Walking Football.

§ 1 | SPIELER/INNEN / ALTER

Die Spiele werden 5 gegen 5 und ohne Torhüter/in ausgetragen.

Die Teams bestehen aus mindestens 6 Spielerinnen oder Spielern (mindestens 5 Spieler/innen und 1 Ersatzspieler/in). Die Anzahl der pro Team angemeldeten Spieler/innen ist nicht begrenzt.

Es gibt nur eine Alterskategorie: 60+. Pro Team darf eine Person im Alter von 50+ mitspielen.

Die Geburtsdaten der Spieler/innen müssen bei der Anmeldung angegeben werden. Die Turnierorganisation behält sich das Recht vor, von den angemeldeten Spieler/innen einen Identitätsausweis zu verlangen.

Die Teams können gemischt sein oder ausschliesslich aus Männern bzw. Frauen bestehen.

§ 2 | SPIELFELDGRÖSSE

Länge: mindestens 35 m / maximal 50 m

Breite: mindestens 20 m / maximal 35 m

Auf einem normalen Fussballfeld für 11 gegen 11 werden grundsätzlich vier kleinere Walking-Football-Spielfelder eingerichtet.

§ 3 | RENNEN / GEHEN

Rennen ist mit oder ohne Ball verboten. Es muss immer mindestens ein Fuss den Boden berühren.

Jeder Verstoss gegen diese Regel wird mit einem indirekten Freistoss geahndet.

§ 4 | KÖRPERKONTAKT

Jeglicher Körperkontakt ist verboten. Dies gilt auch für das Festhalten eines Spielers oder einer Spielerin am Trikot.

Jeder Verstoss gegen diese Regel wird mit einem indirekten Freistoss geahndet.

Grätschen sind ebenfalls verboten und führen direkt zu einem Penalty.

§ 5 | TOR UND TORRAUM

Einen Meter vor dem Tor wird mit Markierungstellern ein neutraler Bereich in Form eines Halbkreises gekennzeichnet.

Dieser Bereich darf nicht betreten werden. Bei einem Verstoss erhält die gegnerische Mannschaft einen Freistoss.

Tore dürfen nur aus der offensiven Spielfeldhälfte erzielt werden.

§ 6 | SCHIEDSRICHTER/IN

Bei Spielen der Vorrunden und/oder Qualifikationsrunden gibt es keine Schiedsrichter/innen für die einzelnen Spiele. Für vier Spielfelder steht jedoch ein/e Schiedsrichter-Experte/-Expertin zur Verfügung.

Die Teams wenden die Regeln unter Einhaltung des Fairplays selbstständig an. Bei Bedarf können sie den/die Schiedsrichter-Experten/-Expertin hinzuziehen, um die Anwendung der Regeln zu überprüfen.

Für die Finalsspiele steht ein/e Schiedsrichter/in zur Verfügung.

§ 7 | ANSTOSS / ABSTOSS

Anstösse und Abstösse werden neben den Toren vor der Torlinie ausgeführt und müssen zwingend als flacher Pass gespielt werden.

§ 8 | EINWURF / SEITENAUS

Wenn der Ball das Spielfeld verlässt, wird er an der Stelle, an der er ins Aus gegangen ist, mit dem Fuss als flacher Pass wieder ins Spiel gebracht.

§ 9 | ECKBALL

Eckbälle müssen zwingend als flacher Pass ausgeführt werden.

Die gegnerische Mannschaft muss einen Abstand von mindestens fünf Schritten einhalten.

§ 10 | FREISTOSS / PENALTY

Jeder Regelverstoss wird mit einem Freistoss geahndet.

Der Freistoss wird immer in der Mitte jener Spielfeldhälfte ausgeführt, in der der Regelverstoss stattgefunden hat.

Die gegnerische Mannschaft muss einen Abstand von mindestens fünf Schritten einhalten.

Bei einem offensichtlichen Verstoss gegen eine Spielregel, der dem Fairplay widerspricht – beispielsweise eine Grätsche, das Stoppen eines auf das Tor zufliegenden Balls mit den Händen, das Stoppen eines auf das Tor zufliegenden Balls innerhalb des geschützten Torraums oder eine aggressive Geste – wird ein Penalty ausgesprochen.

Der Penalty wird von der Mittellinie auf das leere Tor geschossen.

§ 11 | WECHSEL / AUSWECHSLUNG

Spielerwechsel können jederzeit und ohne Spielunterbrechung vorgenommen werden.

Die Spielerin oder der Spieler, die bzw. der das Spielfeld betritt, muss zuerst die Hand der Spielerin oder des Spielers abklatschen, die bzw. der das Spielfeld verlässt.

Auswechslungen dürfen ausschliesslich in der Mitte des Spielfelds erfolgen.

§ 12 | BALLHÖHE

Der Ball darf nicht oberhalb der Hüfthöhe gespielt werden.

Jeder Verstoss wird mit einem indirekten Freistoss geahndet.

§ 13 | ABSEITS

Die Abseitsregel ist aufgehoben.

VERSION 2025 – VOM SCHWEIZERISCHEN FUSSBALLVERBAND (SFV) UND PRO SENECTUTE SCHWEIZ (PSCH) AM 4. FEBRUAR 2025 GENEHMIGT.

Informationsquellen:

Pro Senectute Freiburg: <https://fr.prosenectute.ch/fr.html>

UEFA : Boîte à outils du football en marchant | [UEFA.com / Recreational Walking football guidance - Laws of the game 2024](https://uefa.com/Recreational-Walking-football-guidance-Laws-of-the-game-2024)

ASF : https://www.football.ch/fr/desktopdefault.aspx/tabid-3611/10797_read-261882/