



## **REGOLE DI GIOCO WALKING FOOTBALL UNVS 2021**

**Rev. Luglio 2021**

## **Premessa**

Ad oggi non esistono regole universali a causa delle varie interpretazioni del Walking Football a livello internazionale.

Le "Regole di Gioco" della U.N.V.S. seguono la traccia di quelle proposte dalla Walking Football Association e riflettono lo spirito ed i valori di questo sport unico, vale a dire: garantire che tutte le partite vengano giocate in sicurezza con il massimo rispetto di età, sesso ed abilità di ogni partecipante.

Pertanto, è previsto che i giocatori, i dirigenti ed i membri delle squadre delle sezioni si comportino di conseguenza rispettando gli avversari, gli arbitri e gli altri ufficiali di gara.

In caso di mancato rispetto dei suddetti principi, si sarà passibili di squalifiche e nei casi più gravi, estromissione dagli eventi.

Le seguenti regole quindi sono quelle stabilite per ogni partita e torneo che si svolga sotto l'egida ed i valori del Walking Football dell'Unione Nazionale Veterani dello Sport.

## **SEZIONE A – GIOCATORI, CAMPO ED ATTREZZATURA**

- 1.** Ogni squadra potrà schierare un massimo di 6 giocatori in campo.
- 2.** Ogni squadra potrà mettere a referto in ogni singola partita un numero illimitato di giocatori, i quali devono essere elencati in una scheda di iscrizione da presentare agli organizzatori di un torneo prima dell'inizio degli incontri.
- 3.** Le sostituzioni dei 6 giocatori in campo sono illimitate, ma possono essere effettuate solo con il consenso dell'arbitro ed a gioco fermo.
- 4.** I giocatori dovranno rispettare rigorosamente i criteri minimi di età per ogni Categoria che prevedono che la Categoria Over 50 debba essere composta da giocatori che abbiano compiuto i cinquanta anni di età al momento della gara, mentre nella Categoria Over 60 tutti i giocatori che abbiano compiuto i sessanta anni di età al momento della gara. Nessun giocatore compreso nella Categoria Over 50 potrà partecipare agli incontri Over 60 mentre qualsiasi giocatore compreso nella Categoria Over 60 potrà partecipare agli incontri della Categoria di età inferiore Over 50.
- 5.** Un giocatore può prendere parte ad un torneo rappresentando solo una squadra ed una Categoria di età.
- 6.** I portieri devono indossare una divisa da gioco che li renda distinguibili dagli altri giocatori.
- 7.** I sostituti dei giocatori in campo di entrambe le squadre, devono indossare una pettorina di colore diverso dalla maglia della propria squadra fino al momento in cui saranno chiamati in gioco.
- 8.** Le dimensioni standard del terreno di gioco per le competizioni dovranno essere di una larghezza tra 16 metri (minimo) e 30 metri (massimo) ed una lunghezza tra 30 metri (minimo) e 45 metri (massimo).

**9.** Deve essere chiaramente indicata in ciascuna estremità del campo un'area di porta che potrà essere un semicerchio con un raggio tra i 4 ed i 6 metri oppure un rettangolo con una larghezza tra i 4 ed i 6 metri a partire dal centro della linea di porta ed una lunghezza proporzionata alla larghezza. Il dischetto del rigore deve essere chiaramente indicato e posizionato in linea verticale dal il centro della linea di porta a 6 metri da questa.

**10.** Esattamente al centro del terreno di gioco dovrà essere posizionato un dischetto che definisce il punto di partenza dell'inizio del gioco o la ripresa del gioco dopo una rete. La linea di centrocampo quindi non è necessaria ma, ove vi fosse, renderà più facile l'interpretazione della Regola 31 nel settore Altre Infrazioni.

**11.** La posizione della palla sul campo viene determinata quando attraversa interamente una linea con la totalità della palla stessa a contatto o meno con il terreno di gioco. (Esempio: la palla posizionata sulla linea dell'area è considerata viva e giocabile da qualsiasi giocatore (inclusi i portieri).

**12.** Le dimensioni standard di una porta per le competizioni è di una larghezza tra 3 metri (minima) e 5 metri (massima) ed un'altezza tra 1,2 metri (minima) e 2 metri (massima).

**13.** La dimensione e il tipo di palla "ufficiale" per la competizione è di taglia 5 regolare. Alle squadre, tuttavia, è consentito utilizzare una palla di dimensione 4 o un futsal, a condizione che ciò venga concordato da tutte le parti (compresi gli ufficiali di gara) prima del calcio d'inizio. Il fondo del terreno di gioco potrà essere deciso dalla squadra che gioca in casa, in base alla disponibilità delle strutture a disposizione. Quindi sono accettati: erba naturale, erba sintetica, parquet ecc.; si sensibilizzano le varie squadre ad evitare il cemento e suoi derivati per motivi di sicurezza.

**14.** In conformità con il fondo del terreno di gioco in cui si svolgeranno gli incontri, i calciatori possono utilizzare calzature da futsal, calcetto oppure, se il terreno lo consente, anche da calcio con i 13 tacchetti in materiale gommoso. Sono espressamente vietate, su tutti i terreni ed in ogni condizione metereologica, le calzature con tacchetti a 6 o, comunque, calzature che abbiano tacchetti metallici o in materiale rigido.

## **SEZIONE B. FALLI DI GIOCO**

**15.** Correre o fare jogging (correre lentamente, o con ritmo regolare, o trotterellare) con o senza palla, non è permesso a nessun giocatore (inclusi i portieri) e questa infrazione genererà un calcio di punizione indiretto a favore dell'avversario del giocatore che commette tale infrazione.

**16.** L'arbitro è delegato a decidere cosa sia o non sia la corsa o il jogging. Una regolare azione camminata sarà determinata come una progressione di passi attraverso i quali almeno un piede mantiene sempre il contatto con il terreno.

### **PALLA SOPRA L'ALTEZZA DELLA TESTA**

**17.** La palla non può viaggiare sopra l'altezza della testa di un giocatore, di qualsiasi statura:

**I.** Verrà considerata infrazione quando un giocatore calcerà la palla facendole superare l'altezza della testa del giocatore più prossimo alla palla stessa. Come eccezione a questa regola, non sarà considerata infrazione il tiro diretto verso la porta.

**II.** L'intero volume della palla deve superare l'altezza della testa di un giocatore per essere considerata infrazione.

**III.** Se la salita della palla oltre il limite della testa di un giocatore viene causata da una deviazione di un giocatore di movimento, dal palo, dalla traversa oppure dal portiere e la palla termina la propria traiettoria in rete, corner o fallo laterale, saranno regolarmente assegnati dall'arbitro rete, o corner, oppure fallo laterale.

**IV.** Se la salita della palla oltre il limite della testa di un giocatore viene causata da una deviazione di un giocatore di movimento, dal palo, dalla traversa, oppure dal portiere e la palla rimane all'interno del terreno di gioco (escluse le aree di rigore), il gioco potrà regolarmente proseguire nel momento in cui il primo giocatore a toccare la palla, la metta a terra (o mostri chiaramente di volerlo fare). Resta inteso che se il primo giocatore che tocca la palla non dimostra di volerla mettere a terra, il gioco riprenderà con un fallo a favore della squadra avversaria di tale giocatore.

**V.** Se la salita della palla oltre il limite della testa viene causata da una deviazione di un giocatore di movimento, dal palo, dalla traversa, oppure dal portiere e questa rimane all'interno dell'area di rigore, la palla potrà essere recuperata dal portiere e ritenuta giocabile.

**VI.** Se una palla calciata verso la porta senza subire deviazioni finisce oltre la linea di fondo campo, la palla verrà assegnata al portiere che potrà riprendere immediatamente il gioco.

**VII.** se una palla viene calciata o deviata e prima di toccare nuovamente il terreno di gioco tocca una qualsiasi parte della struttura (es. soffitto), verrà assegnata una rimessa laterale per la squadra avversaria del giocatore che ha toccato per ultimo la palla causando il contatto con la struttura, La rimessa laterale sarà battuta nel punto più vicino a dove è avvenuta la deviazione.

## **CONDOTTA PERICOLOSA O SPERICOLATA**

**18.** sarà considerata una infrazione colpire la palla di testa.

**19.** Causare un contatto fisico volontario o imprudente, che sia o meno in possesso di palla, comprese le seguenti situazioni:

**I.** la Scivolata per contrastare un avversario o per bloccare la palla.

**II.** Caricare (anche con la spalla), spingere o bloccare un avversario.

**III.** Incrociare od ostacolare un avversario per ottenere un vantaggio o negare a quel giocatore il possesso della palla o della posizione.

**IV.** Affrontare di lato, o da dietro, un avversario causando un contatto fisico.

**V.** Arretrare causando contatto fisico con l'avversario che ha i piedi piantati a terra.

**VI.** Il comportamento spregiudicato o eccessivo indipendentemente dal fatto che ci sia o meno contatto fisico.

## **INFRAZIONI NELL'AREA DI PORTA**

**20.** Un giocatore di movimento commette una infrazione entrando nell'area di porta, indipendentemente dal fatto che sia in possesso o meno della palla. Questo, tuttavia, non include le occasioni in cui vi è uno slancio o un congruo movimento momentaneo conseguente all'azione di gioco ed il giocatore non riesca ad arrestarsi per tempo.

**21.** Un portiere commette una infrazione se lascia l'area di porta, a meno che non lo faccia come risultato del movimento congruo o momentaneo conseguente all'azione di gioco e la palla venga trattenuta all'interno dell'area di porta.

**22.** Un portiere che sta affrontando un calcio di rigore è autorizzato a spostare qualsiasi parte del proprio corpo ed a viaggiare lungo la linea di porta ma non gli è permesso avanzare dalla linea di porta prima che la palla sia stata calciata dall'avversario che sta' battendo il rigore stesso; se il portiere non rispettasse tale procedura, solo in caso di parata o di errore di chi calcia, si procederà alla ripetizione del calcio di rigore.

**23.** Un portiere, dal momento in cui entra in possesso della palla attraverso un tocco con i piedi o prendendola con le mani, avrà 7 secondi per far ripartire l'azione e far uscire la palla dalla propria area. Raggiunti i 7 secondi senza che la palla sia uscita dall'area, l'arbitro assegnerà alla squadra avversaria una punizione a 3 metri dall'esterno della linea dell'area nel punto più vicino alla posizione del portiere. Resta inteso che una deviazione del portiere con le mani o con i piedi a seguito di un tiro di un avversario, non può essere considerato come inizio dei 7 secondi ma solamente il momento successivo in cui il portiere avrà chiaramente il possesso della palla con i piedi o con le mani, sarà da considerare dall'arbitro come inizio del calcolo dei 7 secondi.

## **ALTRE INFRAZIONI**

**24.** Un giocatore commette un fallo se non batte un calcio di punizione, un calcio d'inizio, una rimessa laterale o un corner in conformità con le regole di gioco o come indicato dall'arbitro e, pertanto, a seguito di questa infrazione, un calcio di punizione, un calcio d'inizio, una rimessa laterale o un corner verrà assegnato alla squadra avversaria. Nel caso

di infrazione nel calciare un rigore, la palla verrà assegnata al portiere avversario che potrà riprendere il gioco.

**25.** Un giocatore commette una infrazione se batte un calcio di punizione, un rigore, un calcio d'inizio una rimessa laterale o un corner mentre la palla si sta muovendo.

**26.** Un giocatore commette una infrazione se battendo una rimessa laterale o un corner, la palla non è posizionata all'esterno della linea che delimita i lati del campo.

**27.** Un giocatore battendo un calcio di punizione, incluso il calcio di rigore, è autorizzato, dal momento in cui si mette in movimento, ad appoggiare una sola volta il piede a terra immediatamente prima di colpire la palla; nel caso ciò non avvenisse sarebbe considerata infrazione e la punizione sarà assegnata agli avversari.

**28.** Un giocatore commette una infrazione se gioca volontariamente la palla con la mano o il braccio, di conseguenza tutte le altre situazioni involontarie non sono considerate come passibili di infrazione.

**29.** Un giocatore, diverso dal portiere, commette una infrazione quando gioca volontariamente la palla mentre è a terra. Un giocatore è considerato a terra quando ha una parte del corpo diversa dai piedi appoggiata sul terreno di gioco.

**30.** Un portiere può giocare la palla esclusivamente lanciandola sotto l'altezza delle spalle oppure calciandola con i piedi. Tutti gli altri modi di giocare la palla saranno considerati infrazione. La conseguente punizione assegnata alla squadra avversaria sarà battuta a 3 metri dalla linea dell'area nel punto più vicino alla posizione del portiere nel momento dell'infrazione.

**31.** Durante una singola azione di gioco, ad una squadra sarà permesso di effettuare solamente 2 passaggi volontari indietro al proprio portiere, il quale potrà gestire la palla sia con i piedi che con le mani, dal quel momento il 3° eventuale passaggio al proprio portiere causerà un fallo assegnato alla squadra avversaria 3 metri fuori dall'area nel punto più vicino a dove è stato effettuato il 3° passaggio indietro al portiere. La singola azione di gioco e di conseguenza il conteggio dei passaggi indietro al portiere, terminerà nel momento in cui un avversario tocchi od entri in possesso della palla, oppure la palla superi il cerchio di centrocampo o la linea di centrocampo ove presente.

## **SEZIONE C. SANZIONI**

### **CALCI DI PUNIZIONE, INIZIO GIOCO, RIMESSE LATERALI, CORNER**

**32.** Tutti i calci liberi sono indiretti ed i giocatori avversari si devono posizionare ad almeno 3 metri dal punto in cui la palla viene calciata.

**33.** Esistono tuttavia alcune eccezioni per l'assegnazione dei calci di punizione:

**I.** Se un portiere, uscendo dall'area di porta, gioca volontariamente la palla o agisce nel tentativo di negare una chiara occasione da rete ad un avversario, sarà assegnato un calcio di rigore alla squadra avversaria.

**II.** Se un giocatore di movimento, in una qualsiasi parte del campo, interrompe volontariamente attraverso un qualsiasi tipo di fallo una situazione in cui la squadra avversaria abbia una chiara occasione da rete, l'arbitro dovrà assegnare un calcio di rigore contro la squadra del giocatore che ha commesso il fallo stesso.

**III.** Se un giocatore di movimento entra nella propria area di porta, indipendentemente dal fatto che sia in possesso di palla o meno (tranne che attraverso lo slancio o un congruo movimento previsto al punto 6 delle regole Infrazioni nell'area di porta), sarà assegnato un calcio di punizione alla squadra avversaria a 3 metri dalla linea dell'area.

**IV.** I calci di punizione a favore di una squadra attaccante, assegnati a meno di tre metri della linea dell'area avversaria, devono essere spostati indietro a tre metri dalla linea dell'area stessa direttamente in linea con il luogo in cui si è verificata l'infrazione.

### **RIMESSE IN GIOCO E CALCI D'ANGOLO**

**34.** I calci d'inizio, laterali ed i calci d'angolo sono indiretti ed i giocatori avversari devono posizionarsi ad almeno 3 metri dalla palla.

**35.** Se un giocatore, indirizza direttamente la palla attraverso un calcio di punizione, un calcio di inizio gioco, una rimessa laterale oppure un corner e la stessa finisce in rete, anche se vi è una deviazione di un avversario o del portiere, la rete dovrà essere annullata e sarà assegnata una punizione alla squadra avversaria.

**36.** Nelle occasioni in cui la palla provenga da corner o rimessa laterale ed attraversi l'area senza che venga intercettata dal portiere ed esca nuovamente dall'area stessa, dovrà essere considerata giocabile solo quando uscirà con la propria circonferenza che sia o meno in contatto con il terreno. Sarà quindi considerato fallo per la squadra avversaria se un giocatore toccherà la palla (a contatto con il terreno o meno) all'interno dell'area.

### **CARTELLINI BLU E INFRAZIONE DA CARTELLINO ROSSO**

**37.** Se un giocatore commette 3 infrazioni (sommate), a causa di falli relativi a:

A- corsa;

B- contatto fisico;

C- infrazione per interrompere una chiara occasione da rete;

l'arbitro gli mostrerà un cartellino blu ed il giocatore lascerà il terreno di gioco (espulsione temporanea) per 2 minuti.

**I.** Un giocatore che riceve tale sanzione sarà escluso per 2 minuti di tempo effettivo di gioco e la sua squadra giocherà per tale periodo di tempo in inferiorità numerica.

**II.** Se un giocatore che rientra dalla prima espulsione temporanea, commette altre 3 infrazioni, l'arbitro dovrà mostrargli il cartellino rosso applicando l'espulsione definitiva, non permettendogli di rientrare in gioco in quell'incontro, generando due minuti di inferiorità numerica per la propria squadra che al termine di tale periodo di tempo, potrà provvedere alla sostituzione del giocatore espulso.

**38.** Se un giocatore si rende colpevole di condotta violenta, l'arbitro deve mostrargli un cartellino rosso applicando l'espulsione definitiva in quell'incontro, che potrà essere estesa al Torneo se l'organizzazione riterrà che l'infrazione sia particolarmente grave.

**39.** Se un giocatore (incluso un sostituto fuori campo o un dirigente) usa minacce, abusi o parole o comportamenti offensivi nei confronti di qualsiasi altro giocatore, arbitro, ufficiale di gara o qualsiasi altro partecipante, l'arbitro deve mostrargli un cartellino rosso applicando l'espulsione definitiva in quell'incontro, che potrà essere esteso al Torneo se l'organizzazione riterrà che l'infrazione sia particolarmente grave.



## **SEZIONE D. AVVIO, ARRESTO E PROSECUZIONE DEL GIOCO**

### **INIZIO DELL'INCONTRO**

**40.** Per definire la squadra che darà il calcio d'inizio ad ogni incontro, l'arbitro effettuerà un lancio di moneta che darà alla squadra vincente del sorteggio la scelta del calcio di inizio, oppure del campo in cui posizionarsi per iniziare l'incontro stesso.

**41.** La partita inizierà al fischio dell'arbitro.

**42.** Un goal non può essere segnato direttamente da calcio d'inizio, anche nel caso di una deviazione in porta di un giocatore avversario o del portiere. In questa eventualità il gol sarà annullato e verrà assegnata una punizione alla squadra avversaria.

**43.** La durata di un incontro per la Categoria:

Over 50 prevede la disputa di 2 tempi da 30 minuti non effettivi, con una pausa di 3 minuti ed il cambio campo tra le squadre tra un tempo e l'altro.

Over 60 prevede la disputa di 2 tempi da 25 minuti non effettivi, con una pausa di 3 minuti ed il cambio campo tra le squadre tra un tempo e l'altro.

Resta valida l'opzione che chi organizza un torneo avrà il diritto di variare i suddetti termini, ma senza mai superare il limite massimo per incontro di 60 minuti per partita.

### **ARRESTARE E RIPRENDERE IL GIOCO**

**44.** Se l'arbitro interrompe il gioco con un fischio, il gioco potrà essere ripreso solamente dopo un ulteriore colpo di fischietto. Battere punizioni rapidamente senza il fischio dell'arbitro non è permesso e, nel caso in cui questa regola non venga rispettata da un giocatore, l'arbitro assegnerà lo stesso tipo di punizione in favore della squadra avversaria.

**45.** Rimane facoltà dell'arbitro in occasione di interruzione del gioco a causa di un infortunio, riprendere il gioco stesso con una palla scodellata a caduta assegnandola ad un giocatore della squadra che ne era in possesso al momento dell'interruzione del gioco.

**46.** Una rimessa laterale dovrà essere effettuata con i piedi dal punto in cui la palla ha lasciato il campo di gioco.

**47.** Un calcio d'angolo dovrà essere battuto dallo stesso lato dal quale la palla ha lasciato il campo di gioco.

**48.** Nelle occasioni in cui la palla esca dal terreno di gioco dalle linee laterali oppure in corner, dovrà essere considerata non più giocabile solo quando avrà superato completamente con la propria circonferenza le suddette linee, sia che abbia o meno contatto con il terreno

**49.** Come regola generale, se l'arbitro riterrà che interrompere il gioco a seguito di un fallo (non pericoloso per la salute dei giocatori), causi un danno alla squadra che potrebbe ottenerne un concreto vantaggio, avrà la facoltà di far proseguire il gioco (regola del

vantaggio). Tuttavia, al termine dell'azione, l'arbitro avrà l'obbligo di notificare al giocatore che ha commesso il fallo di corsa o contatto, l'assegnazione del fallo stesso (per un possibile futuro cartellino blu), ma il gioco riprenderà da dove l'azione è terminata a seguito del vantaggio.

**50.** Nel Walking Football non è previsto il tempo effettivo di gioco per la disputa, per cui l'arbitro dovrà tenere conto alla fine di ogni tempo di gioco di eventuali perdite di tempo avvenute durante lo svolgimento dell'incontro e recuperare quanto necessario.

### **PROSECUZIONE DEL GIOCO**

**51.** Durante un incontro le reti possono essere segnate da qualsiasi giocatore (ad eccezione dei portieri) e da qualsiasi posizione del terreno di gioco esterna alle aree di porta. Nel caso in cui un portiere segnasse un goal, la rete sarà annullata e la palla sarà ritenuta morta e giocata dal portiere avversario. Come parziale eccezione a questa Regola, nell'eventualità che un incontro finisca in parità e sia necessario ricorrere ai calci di rigore per assegnare la vittoria ad una delle due squadre, i portieri potranno essere inclusi tra i giocatori che potranno calciare i rigori stessi.

**52.** Nel Walking Football non esiste il fuorigioco.

## **SEZIONE E. SICUREZZA**

**53.** I giocatori devono astenersi dall'utilizzare gioielli, orecchini, anelli, orologi o comunque oggetti che possano essere potenzialmente pericolosi per gli altri giocatori in campo. È consentito un nastro per coprire tali oggetti ma sarà comunque discrezione dell'arbitro decidere se la copertura attraverso il nastro sia sufficiente a preservare l'incolumità dei giocatori sul terreno di gioco.

**54.** L'arbitro dovrà immediatamente interrompere il gioco nella eventualità in cui un giocatore perdesse sangue. Dovrà imporre al giocatore di uscire dal terreno di gioco e farsi medicare, permettendo allo stesso di rientrare solamente nel momento in cui la situazione sanitaria sarà risolta.

**55.** A tutti i giocatori è consigliato di indossare parastinchi coperti dai calzettoni