



Via Fra' Bartolommeo n.29 - Firenze - 50132
Tel. 055/571231 - Fax 055/579918
e.mail:info@aicstoscana.it - calcio@aicstoscana.it

Guida ai Campionati Regionali AICS
Regolamento Generale
Calcio a 5 Regole del Gioco
Calcio a 7 Regole del Gioco



INDICE**REGOLAMENTO GENERALE**

art. 1 rispetto del regolamento aics	3
art. 2 conoscenza del regolamento	3
art. 3 norme per l'accettazione alla partec. delle societa' e dei tesserati alle manifestazioni regionali	3
art. 4 quote iscrizioni e loro pagamento	3
art. 5 formula svolgimento campionati e formazione classifiche	3
art. 6 effettuazione delle gare di campionato di calcio a 5 e a 7	4
art. 7 presentazione in campo delle squadre - tempo di attesa	4
art. 8 note ufficiali di gara e adempimenti preliminari alla disputa delle gare	4
art. 9 note ufficiale di gara - modalita' di compilazione	5
art. 10 identificazione atleti	5
art. 11 rinuncia - ritiro ed esclusione dalle gare dei campionati	5
art. 12 arbitri designati alla direzione di gara - diarie arbitrali	5
art.13 assenza o infortunio dell'arbitro designato e sua sostituzione	5
art.14 regolamento tesseramento per la partecipazione al campionato regionale	6
art.15 tutela medico sportiva	6
art.16 reg.di disciplina e giustizia sportiva.doveri delle societa' dei dirigenti e dei calciatori	7
art.17 i comunicati ufficiali	7
art.18 punizione sportiva della perdita della gara	7
art.19 sanzioni a carico delle societa'	7
art.20 sanzioni a carico dei giocatori e dirigenti	7
art.21 ammonizione con diffida	8
art.22 squalifica	8
art.23 esecuzioni delle sanzioni	8
art.24 organi disciplinari	8
art.25 norme per la presentazione dei reclami	9
art.26 accettazione del regolamento	9
art.27 responsabilita' per danni e infortuni di tesserati	9
CALCIO A 5 REGOLE DEL GIOCO	10
CALCIO A 7 REGOLE DEL GIOCO	28

Art. 1 RISPETTO DEL REGOLAMENTO AICS

I tesserati e i partecipanti a qualsiasi titolo sono tenuti all'osservanza delle norme del regolamento, delle regole AICS delle discipline che praticano, delle altre misure e decisioni adottate dall'AICS e a farle rispettare.

Art. 2 CONOSCENZA DEL REGOLAMENTO

L'iscrizione e la partecipazione alle manifestazioni calcistiche, organizzate o assistite tecnicamente dall'AICS Regionale, presuppongono la conoscenza e l'incondizionata accettazione del presente regolamento e delle altre norme regolamentari adottate dall'AICS Regionale. È dovere delle società affiliate e dei responsabili dei vari Comitati Provinciali garantirne la conoscenza ai propri tesserati e aderenti.

Art. 3 NORME PER L'ACCETTAZIONE ALLA PARTECIPAZIONE DELLE SOCIETA' E DEI TESSERATI ALLE MANIFESTAZIONI REGIONALI

Possono partecipare alle manifestazioni Regionali le società che sono regolarmente affiliate all'AICS per la stagione 2009/2010. Per il calcio a 5 e a 7 maschile è fatto obbligo alle società iscritte di partecipare ad un Campionato Provinciale AICS per la stagione corrente. Per le società di Calcio a 5 Femminile non vi è per questa stagione l'obbligo di partecipare ad un Campionato Provinciale. Resta ovviamente obbligatorio l'affiliazione e il tesseramento delle atlete. Tale deroga è stata decisa per far fronte all'impossibilità di molti Comitati Provinciali di organizzare campionati per l'esiguo numero di squadre iscritte.

Art. 4 QUOTE ISCRIZIONI E LORO PAGAMENTO

Le società di Calcio a 7 hanno l'obbligo di pagare entro Venerdì 19 Marzo 2010 le quote iscrizioni fissate dal Comitato Regionale per la partecipazione alle varie manifestazioni calcistiche. Per le società di Calcio a 5 maschile e Femminile il termine ultimo per il pagamento è prorogato a Mercoledì 31 Marzo. Per poter essere iscritto sarà necessario entro le date sopra indicata inviare al Comitato Regionale la quota iscrizione effettuando il versamento sul conto corrente postale n° 13740501 intestato al Comitato regionale Toscano, Via Frà Bartolommeo 29 50132 Firenze, specificando nella causale di versamento il campionato al quale si iscrive la squadra. Inoltre sarà obbligatorio inviare il modulo di iscrizione debitamente compilato. In caso di mancato rispetto delle formalità sopra indicate il Comitato Regionale non iscriverà la squadra al Campionato. Il Modulo Iscrizione e la copia del Bollettino Comprovante il pagamento dell'iscrizione potranno essere inviati al Regionale nei seguenti modi

- Via Fax al Numero telefonico 055 - 579918
- Per posta ordinaria all'indirizzo: AICS Regionale Via Frà Bartolommeo 29 50132 Firenze
- per e-mail all'indirizzo: calcio@aicstoscana.it - info@aicstoscana.it

Le quote iscrizioni 2009/2010 sono le seguenti:

- **CALCIO A 5 MASCHILE E FEMMINILE: 40 € Iscrizione + 100 € Cauzione**
- **CALCIO A 7: 40 € Iscrizione + 100 € Cauzione**

Art. 5 FORMULA SVOLGIMENTO CAMPIONATI E FORMAZIONE CLASSIFICHE

1. I Campionati sono di norma organizzati con gare di Andata e Ritorno ad eliminazione diretta, salvo particolari deroghe che di volta in volta saranno stabilite nelle riunioni tra responsabili di Settore.
2. Fino ai quarti di finale in caso di parità nella differenza reti si disputeranno i calci di rigore.
3. Nelle semifinali e nelle finali in caso di parità si disputeranno due tempi supplementari di 5 minuti ed eventuali calci di rigore in caso di persistenza nella parità.
4. I gol in trasferta valgono doppio come le vigenti normative Uefa

5. in caso di formula con gironi eliminatori le classifiche sono stabilite per punteggio, con l'attribuzione di **tre punti** per ogni gara vinta e di **un punto** per ogni gara pareggiata.
6. In caso di parità fra due o più squadre per determinare la squadra che ha diritto a proseguire il Campionato si procederà alla compilazione di una classifica avulsa fra le squadre interessate tenendo conto nell'ordine dei seguenti criteri.
 - A. Maggior numero di punti ottenuti negli scontri diretti
 - B. Miglior differenza reti negli incontri diretti
 - C. Miglior coppa disciplina
 - D. Differenza reti generale
 - E. Maggior Numero di reti fatte
 - F. Sorteggio

Art. 6 EFFETTUAZIONE DELLE GARE DI CAMPIONATO DI CALCIO A 5 E A 7

Per la disputa delle gare di Campionato di calcio a 5 e a 7 si osservano le seguenti modalità

1. le gare si effettuano dal **Lunedì** al **Venerdì**
2. per le sole finali dei vari Campionati il Comitato regionale si riserva di far disputare nel pomeriggio o nella sera di **Sabato** o nella mattina o nel pomeriggio **dei giorni festivi**.
3. l'orario di inizio delle gare non può essere programmato **prima delle 21:00 e dopo le 22:30**
4. la società ospitante ha il diritto insindacabile di fissare giorno e orario di gara, purchè nei limiti previsti nel presente regolamento.
5. la società ospitante deve tassativamente comunicare al Comitato regionale giorno e orario di gara, entro **20 giorni** precedenti la giornata di gara a cui si riferisce. In difetto l'AICS si riserva di non mettere in programma la gara, addossando la responsabilità alla società ospitante.
6. la società ospitante può comunicare eventuali variazioni di orario e data di gioco entro **10 giorni** dalla disputa della gara stessa.
7. la società ospitata può chiedere variazioni di orario e data nei termini previsti nei punti 5 e 6 ma con l'obbligatoria approvazione della società ospitante senza la quale il Comitato regionale non effettuerà modifiche alla data e agli orari precedentemente stabiliti.

Art. 7 PRESENTAZIONE IN CAMPO DELLE SQUADRE - TEMPO DI ATTESA

1. le squadre hanno l'obbligo di presentarsi in campo all'ora fissata per l'inizio della gara
2. nel caso di ritardata presentazione in campo delle squadre, l'arbitro deve dare inizio alla gara purchè, entro il termine massimo di **15 minuti** dall'ora fissata per l'inizio dello svolgimento della gara esse abbiano presentato allo stesso le note ufficiali di gara debitamente compilate e le squadre siano in divisa di gioco, pronte per disputare la gara.
3. qualora il campo di gioco sia occupato da altra gara le squadre hanno l'obbligo di attendere la fine della stessa per un periodo pari almeno alla durata di un tempo di gara, salvo diverse decisioni dell'arbitro per un periodo maggiore.
4. le società inadempienti saranno considerate rinunciatricie a tutti gli effetti con le sanzioni previste dal regolamento, salvo che non si dimostri le cause di forza maggiore il cui accertamento compete al Giudice Sportivo.

Art. 8 NOTE UFFICIALI DI GARA E ADEMPIMENTI PRELIMINARI ALLA DISPUTA DELLE GARE

Ogni squadra deve obbligatoriamente presentare all'arbitro entro **10 minuti** dall'ora fissata per l'inizio della gara a cura del Dirigente Accompagnatore Ufficiale quanto segue:

- A. un elenco in duplice copia (note ufficiali di gara) dei soggetti partecipanti alla gara, redatte su appositi moduli forniti dai vari Comitati Provinciali AICS. Entrambe le copie devono essere firmate dal Dirigente Accompagnatore Ufficiale.
- B. I cartellini AICS vidimati di ciascun soggetto compreso nell'elenco di cui al punto precedente.

- C. Un documento d'identità con foto anche scaduto dia ciascun soggetto compreso nell'elenco di cui al punto A. tale obbligo non si applica a quanti siano in possesso di cartellino plastificato con foto, rilasciato dai vari Comitati Provinciali AICS. **Non è possibile prendere parte a gare del Campionato Regionale se si è sprovvisti di cartellini AICS.**

Art. 9 NOTE UFFICIALE DI GARA - MODALITA' DI COMPILAZIONE

Nelle note ufficiali consegnate all'arbitro devono essere obbligatoriamente indicati:

- A. Dati identificativi della gara (giorno e orario di gara, luogo e campo di svolgimento)
- B. Colori maglia di gara
- C. Cognome e nome giocatori che prenderanno parte alla gara
- D. Numero di maglia di ciascun giocatore
- E. Cognome e nome dei dirigenti
- F. Numero tessera AICS dei soggetti elencati nelle note ufficiali di gara
- G. Numero e natura del documento di riconoscimento qualora non siano in possesso di tessera AICS plastificata con foto.

L'arbitro non accetterà quelle note di gara non conformi o non indicanti quanto prescritto ai punti precedenti.

Art. 10 IDENTIFICAZIONE ATLETI

Avviene solo dietro presentazione tessera AICS plastificata con foto o se la tessera è sprovvista di foto con allegato un documento d'identità

Art. 11 RINUNCIA - RITIRO ED ESCLUSIONE DALLE GARE DEI CAMPIONATI

Le società hanno l'obbligo di far concludere alle proprie squadre le gare e i Campionati iniziati. La società che rinuncia volontariamente alla disputa di una gara o al proseguimento della stessa, subisce le seguenti sanzioni:

- A. Ritiro del deposito cauzionale
- B. Punizione sportiva della perdita della gara con il punteggio di 0 a 6
- C. Esclusione dal proseguimento del Campionato regionale
- D. Esclusione dai Campionati Regionali per due anni

Le sanzioni del presente articolo sono inflitte anche a quelle società che preannunciano anticipatamente la loro non partecipazione alla gara.

Art. 12 ARBITRI DESIGNATI ALLA DIREZIONE DI GARA - DIARIE ARBITRALI

1. Le gare sono dirette da arbitri AICS inviati dai vari Comitati Provinciali su indicazione del Comitato Regionale.
2. A dirigere le gare di Calcio a 5 Maschile saranno chiamate coppie di arbitri. I costi della coppia arbitrale è di **€ 70 ed è a carico della squadra di casa.**
3. a dirigere le gare di Calcio a 5 femminile e Calcio a 7 Maschile saranno arbitri singoli. I costi del direttore di gara è di **€ 40 ed è a carico della squadra di casa. Nelle Semifinali saranno chiamati a dirigere coppie di arbitri con costo di € 70.**
4. nel caso in cui la gara non viene disputata per il mancato arrivo della squadra ospitata, la squadra di casa dovrà riconoscere **€ 35 alla coppia arbitrale o € 20 al singolo arbitro** come rimborso spese. Il resto della diaria arbitrale **sarà recuperata dal deposito cauzionale della società rinunciataria alla gara.** Se alla gara non si presenta la squadra di casa l'intera quota arbitrale **sarà recuperata dal deposito cauzionale della squadra rinunciataria alla gara.**
5. Il Comitato regionale riconoscerà inoltre agli arbitri designati un rimborso di **0,25 centesimi ogni km superati i 100 km di viaggio. Nel caso in cui l'arbitro designato super i 300 km di viaggio, il Comitato Regionale effettuerà il rimborso di 0,25 centesimi per tutti i Km percorsi.**

Art.13 ASSENZA O INFORTUNIO DELL'ARBITRO DESIGNATO E SUA SOSTITUZIONE

1. Qualora l'arbitro designato sia assente all'ora prevista per l'inizio dello svolgimento della gara, le squadre devono attenderlo per un periodo almeno pari alla durata di un tempo di gara, nella misura prevista dai regolamenti per il tipo di gara stesso.
2. Trascorso tale termine, le due società interessate devono affidare la direzione ad un altro arbitro AICS eventualmente presente anche del Comitato della squadra ospitante, da ricercarsi a partire da 10 minuti prima dell'ora ufficialmente fissata per l'inizio della gara.
3. Quando a dirigere la gara sono stati chiamati due arbitri, in caso di assenza di uno dei due, e nell'impossibilità di reperire altro arbitro ufficiale, la gara sarà diretta dall'arbitro presente.
4. In assenza di arbitri ufficiali, la sostituzione può essere effettuata da qualsiasi altra persona che le due società, in perfetto accordo, riterranno opportuno scegliere.
5. A tale scopo, i dirigenti accompagnatori delle due società, o i capitani, sottoscriveranno, in triplice copia, una dichiarazione congiunta di accettazione incondizionata affinché tale persona possa dirigere la gara.
6. Una copia di tale dichiarazione sarà conservata da ciascuna società, mentre sarà cura della società ospitante trasmettere al Comitato Regionale l'altra copia, unitamente alle distinte di gara.
7. In caso di infortunio dell'arbitro durante la gara, esso potrà essere sostituito da un suo eventuale assistente o da un altro arbitro ufficiale eventualmente presente sul campo di gioco.
8. Le squadre che, in assenza dell'arbitro ufficialmente designato, o a seguito di un suo infortunio, si rifiuteranno di disputare la gara sotto la direzione di altro arbitro AICS presente e disponibile, saranno considerate rinunciatarie a tutti gli effetti.

Art.14 REGOLAMENTO TESSERAMENTO PER LA PARTECIPAZIONE AL CAMPIONATO REGIONALE

- A. Per partecipare alle gare, gli atleti della categoria calcio a 5 M/F e calcio a 7 dovranno aver compiuto **anagraficamente il 16° anno di età** ed essere in regola con le vigenti norme sanitarie previste dalla legge.
- B. Il tesseramento dei calciatori e dirigenti deve essere effettuato prima della disputa della gara alla quale si intende prendere parte. Ai fini assicurativi il tesseramento decorre dalle ore **24:00** del giorno in cui è stato effettuato.
- C. Le società possono tesserare un numero illimitato di calciatori e calciatrici
- D. Il termine utile per tesserare nuovi atleti è fissato per il **31 Marzo di ciascun anno**. Oltre questa data non sarà possibile tesserare atleti pena la perdita sportiva della gara. **Le Società dovranno presentare entro Venerdì 2 Aprile la lista definitiva dei Giocatori tesserati entro il 31 Marzo che prenderanno parte al resto del Campionato.**
- E. Possono essere tesserati AICS in qualità di calciatori e calciatrici per il calcio a 5 e a 7 anche coloro che hanno preso parte o stanno prendendo parte a Campionati di altri enti di promozione o di comitati AICS dia altre province senza alcuna limitazione.
- F. Per i campionati di calcio a 5 M e a 7 possono essere tesserati calciatori che hanno preso parte o stiano prendendo parte a gare ufficiali **FIGC** di calcio tranne quelli tesserati per società professionistiche (Serie A - Serie B - I° e II° Divisione).
- G. Per il campionato di calcio a 5 Femminile possono essere tesserate calciatrici che hanno preso parte o stiano prendendo parte a gare ufficiali **FIGC** di calcio di qualsiasi categoria.
- H. Possono essere tesserati calciatori e calciatrici che hanno preso parte o stiano prendendo parte a gare ufficiali **FIGC** di Calcio a 5 tranne quelli tesserati per squadre di Serie A e Serie B.
- I. Un calciatore che prende parte al campionato regionale di calcio a 5 può contemporaneamente partecipare al campionato regionale di calcio a 7 e viceversa anche con diversa società previo nuovo tesseramento con la stessa.
- J. Non possono partecipare alle gare regionali calciatori, calciatrici o dirigenti squalificati a tempo dal Comitato regionale e dai Comitati Provinciali sino a che la squalifica non è stata interamente scontata.

- K. Non possono partecipare alle gare del regionale giocatori, giocatrici o dirigenti squalificati a tempo in FIGC o in altri enti di promozione sportiva sino a che la squalifica non è interamente scontata.

Art.15 TUTELA MEDICO SPORTIVA

Le società sono tenute a far sottoporre i propri calciatori e calciatrici a visita medica al fine di accertare l'idoneità all'attività sportiva. A tutti i calciatori e le calciatrici che prendono parte ai Campionati regionali è fatto obbligo di essere in possesso di un certificato medico **attestante l'idoneità agonistica alla pratica del gioco del calcio**. Le società sono responsabili dell'utilizzo di un calciatore dichiarato non idoneo alla pratica sportiva o sprovvisto di certificato.

Art.16 REGOLAMENTO DI DISCIPLINA E GIUSTIZIA SPORTIVA. DOVERI DELLE SOCIETA' DEI DIRIGENTI E DEI CALCIATORI

- A. Le società sono tenute all'osservanza dei doveri di cortesia e accoglienza e di ampia tutela verso l'arbitro i dirigenti AICS e le società avversarie. Le società ospitanti sono responsabili dell'ordine pubblico sui propri campi di gioco.
- B. Tutti coloro che partecipano alle gare a qualsiasi titolo hanno l'obbligo di mantenere una condotta conforme ai principi sportivi della lealtà della probità e rettitudine in ogni rapporti di natura sportiva. Ai tesserati è fatto divieto di esprimere pubblicamente giudizi o rilievi lesivi della reputazione di altre persone o di enti operanti nell'ambito dei comitati regionali e provinciali.

Art.17 I COMUNICATI UFFICIALI

1. Ogni disposizione discendente dall'applicazione del presente regolamento ha validità solo se pubblicata sui comunicati ufficiali.
2. I comunicati ufficiali sono pubblicati sul sito www.aicstoscana.it e inviati per e-mail alle società partecipanti alle manifestazioni regionali di norma ogni **Venerdì** e ogni **7 giorni** una volta iniziati i vari campionati, e comunque ogni volta sia necessario aggiornare calendari e risultati dei vari campionati. Il giorno prevalente di uscita sarà comunque il Venerdì pomeriggio.
3. Si declina ogni responsabilità per il ritardo o il mancato recapito dei comunicati ufficiali. Le società, in tal caso, hanno il dovere di informarsi presso la sede del Comitato regionale.
4. I comunicati ufficiali si intendono infatti conosciuti, a far data dalla loro pubblicazione.

Art.18 PUNIZIONE SPORTIVA DELLA PERDITA DELLA GARA

1. Le società ritenute responsabili, anche oggettivamente di fatti o situazioni che abbiano influito decisamente sul regolare svolgimento di una gara o ne abbiano impedito il regolare svolgimento sono punite con la perdita della gara stessa con il punteggio di 0 a 5 o con il punteggio eventualmente conseguito sul campo dalla squadra avversaria se questo è più favorevole.
2. la punizione sportiva della perdita della gara è inflitta alla società che faccia partecipare alla gara calciatori e calciatrici squalificati o che comunque non abbiano titolo per prendervi parte.

Art.19 SANZIONI A CARICO DELLE SOCIETA'

Le società che violano delle norme dello statuto dei regolamenti federali o di ogni altra disposizione vigente sono punibili, secondo la gravità dei fatti commessi con una o più delle seguenti sanzioni

- A. ammonizione o deplorazione
- B. ammenda
- C. ammenda con diffida
- D. obbligo di disputare gare a porte chiuse
- E. squalifica del campo
- F. esclusione dal campionato di competenza

- G. revoca del titolo sportivo vinto
- H. esclusione dalla partecipazione alle manifestazioni regionali

Art.20 SANZIONI A CARICO DEI GIOCATORI E DIRIGENTI

I tesserati che si rendono responsabili in genere della violazione delle norme del presente regolamento generale delle norme del tesseramento e delle regole del gioco sono punibili secondo la natura e la gravità dei fatti commessi con una o più delle seguenti sanzioni:

- A. Ammonizione
- B. Ammonizione con diffida
- C. Espulsione
- D. Squalifica a giornate
- E. Squalifica a tempo
- F. Inibizione
- G. Sospensione cautelare
- H. Revoca del tesseramento

Art.21 AMMONIZIONE CON DIFFIDA

In tutte le manifestazioni regionali il calciatore o la calciatrice che subirà **una ammonizione** sarà ammonito con diffida

Art.22 SQUALIFICA

- A. L'espulsione subita comporta automaticamente la squalifica per almeno **una giornata** salvo squalifiche superiori decise autonomamente dal giudice sportivo.
- B. La squalifica può essere inflitta a giornate o a tempo
- C. La squalifica può essere inflitta anche non conseguentemente ad una espulsione subita, per fatti rilevati nel rapporto arbitrale in sede di giudizio
- D. In tutti i Campionati Regionali il calciatore o la calciatrice che subisce due ammonizioni, sarà automaticamente squalificato per **una giornata**. Successivamente ad una giornata di squalifica per somma di ammonizioni se un giocatore prenderà altre due ammonizioni sarà nuovamente squalificato per una giornata.
- E. Per squalifiche superiori alle 2 Giornate sarà inflitta alla società di appartenenza del giocatore squalificato € 10 di sanzione pecuniaria per ogni giornata

Art.23 ESECUZIONI DELLE SANZIONI

- A. Le sanzioni inflitte ai tesserati sono di norma comunicate tramite pubblicazione sui comunicati ufficiali del Comitato regionale
- B. Il Comitato Regionale si riserva di comunicarle sotto altre forme, senza esclusione di alcuna modalità, per necessità di carattere straordinario o di urgenza
- C. Le squalifiche dovute ad espulsione vanno scontate nella prima gara ufficiale successiva a quella in cui l'espulsione è stata inflitta (salvo squalifiche per più giornate)
- D. Le squalifiche dovute alla recidività in ammonizioni devono essere scontate **a partire dal giorno immediatamente successivo a quello della loro pubblicazione nel comunicato ufficiale**
- E. Le gare in riferimento alle quali le sanzioni a carico del tesserato si considerano scontate sono quelle che hanno conseguito un risultato valido agli effetti della classifica e non siano successivamente annullate con delibera degli organi disciplinari. In caso di partita vinta a tavolino per mancata rinuncia di una squadra i tesserati squalificati della squadra rinunciataria devono scontare le squalifiche nella gara successiva, mentre gli squalificati della squadra vittoriosa avranno le sanzioni regolarmente scontate.

Art.24 ORGANI DISCIPLINARI

Gli organi della disciplina sportiva sono i seguenti:

- Giudice Sportivo di primo grado
- Commissione d'appello regionale

Le competenze del Giudice Sportivo Regionale di Primo Grado è relativa ai fatti ed irregolarità verificatesi nel corso di manifestazioni regionali, il suo giudizio rimane inappellabile salvo squalifiche superiori a **2 mesi** ed ammende superiori a **100 €**.

Le competenze della Commissione Disciplinare regionale sono: su squalifiche e/o inibizioni superiori a **2 mesi** nonché ammende superiori a **100 €** inflitte dal Giudice Sportivo Regionale di primo grado. Su decisioni assunte dai Giudici di secondo grado provinciali e zonal e relative manifestazioni provinciali e zonal.

Art.25 NORME PER LA PRESENTAZIONE DEI RECLAMI

Sono legittimate a presentare reclamo le società direttamente interessate. Non sono ammessi reclami avverso decisioni tecniche arbitrali. Eventuali reclami inerenti irregolarità del campo, dovranno essere preannunciate anche per iscritto, al D.G. da presentarsi allo stesso prima dell'inizio della gara o al termine se dette irregolarità sono sopravvenute nel corso della gara.

Le modalità per la presentazione dei reclami sono le seguenti:

Al Giudice Sportivo di Primo grado.

- **Dopo preannuncio telegrafico entro 24 ore successive alla gara** devono essere inviati tassativamente **entro 48 ore** dalla data della disputa della gara oggetto di gravame (termine prorogabile per ulteriori **24 ore** se entro tale periodo vi è giorno festivo) al **Comitato Regionale Toscano Via Frà Bartolommeo 29 50132 Firenze** a mezzo raccomandata, accompagnata da:
 1. ricevuta comprovante invio di copia reclami, a mezzo raccomandata alla controparte
 2. **tassa reclamo di € 80,00**

I reclami oltre che firmati dal Presidente o Vice Presidente della Società dovranno essere particolareggiati e documentati e non generici pena la loro inammissibilità.

Alla Commissione d'appello Regionale:

- dovranno essere inviati entro **8 giorni** dalla pubblicazione nel Comunicato ufficiale Regionale o Provinciale della decisione che si intende impugnare, a mezzo raccomandata ed accompagnata da:
 1. ricevuta comprovante invio copia del reclamo alla controparte, se interessata,
 2. documentazione relativa per un completo esame
 3. **tassa reclamo € 80,00**

Le decisioni del Giudice sportivo Regionale per quanto riguarda l'attuale composizione delle manifestazioni regionali sono inappellabili.

Art.26 ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

La partecipazione alle gare organizzate dal Comitato Regionale AICS presuppone la conoscenza e l'incondizionata accettazione del presente regolamento. Per quanto non contemplato nel presente regolamento Regionale AICS, in casi particolari vengono le norme FIGC in quanto applicabili.

Art.27 RESPONSABILITA' PER DANNI E INFORTUNI DI TESSERATI

L'AICS Comitato Regionale Toscano, declina ogni responsabilità per eventuali danni od infortuni causati prima, durante e dopo le gare a tesserati o terzi, salvo quanto previsto dalla parte assicurativa AICS.



Calcio a 5 Regole del Gioco

N.B. Il presente regolamento si basa sul testo delle regole ufficiali FIGC del calcio a 5. Sono state apportate le modifiche necessarie allo svolgimento della nostra attività ufficiale.

Il testo federale è stato semplificato, ma rimane il testo di riferimento per quanto non presente nel nostro regolamento. Per quanto non contemplato, è necessario rifarsi al regolamento ufficiale FIGC, se compatibile.

Regola 1 Il Terreno di Gioco

1. L'AICS non prescrive misure tassative per il terreno di gioco, anche se consiglia che i terreni di gioco rientrino nelle seguenti dimensioni minime e massime:
Lunghezza: minima metri 25; massima metri 42;
Larghezza: minima metri 14; massima metri 25;
2. In caso di misure inferiori, l'AICS si riserva di non consentire la disputa delle gare.
3. In ogni caso la lunghezza deve essere maggiore della larghezza.
4. Il rettangolo di gioco è segnato con linee. Tali linee appartengono alle aree da esse delimitate. Le due linee di delimitazione più lunghe sono denominate "linee laterali". Quelle più corte sono denominate "linee di porta".
5. Il rettangolo di gioco è diviso in due parti dalla "linea mediana". Nel centro della linea mediana è segnato un punto intorno al quale è tracciata una circonferenza con un raggio di m. 3.
6. Da entrambe le linee di porta, facendo centro in ciascun palo e con un raggio di m. 6, sono tracciati, verso l'interno del rettangolo di gioco, due quarti di circonferenza congiunti nella parte superiore da una retta, parallela alla linea di porta, lunga m. 3,16. Lo spazio racchiuso tra queste linee e quella di porta è denominato "area di rigore".
7. Nel caso che la larghezza del campo sia uguale o inferiore a m.16, l'area di rigore dovrà avere un raggio di m.4.

8. Il disco del calcio di rigore deve essere comunque sempre tracciato a m.6 di distanza dalla linea di porta, perpendicolarmente al centro della porta stessa.
9. Le porte devono avere le seguenti dimensioni: un'altezza dal terreno di metri 2 (misurata dal bordo inferiore della traversa) e una lunghezza di metri 3 (misurata dall'interno dei pali).
10. Le porte possono essere portatili, ma devono essere fissate al suolo in modo sicuro. Le porte mobili non possono essere utilizzate se non rispondono a tali esigenze.
11. Il disco del tiro libero deve essere tracciato a m.10 di distanza dalla linea di porta, perpendicolarmente al centro della porta stessa.
12. All'altezza del centrocampo, dalla parte delle panchine, è prevista una zona sostituzioni avente una lunghezza di m.6 (3 metri per ogni metà campo). Si consiglia di delimitare la zona sostituzioni tracciando delle linee perpendicolari alla linea laterale.
13. Su ogni angolo, verso l'interno del terreno di gioco, è preferibile tracciare un quarto di conferenza con un raggio di cm 25.
14. E' preferibile tracciare una linea fuori dal rettangolo di giuoco, a m. 5 dall'intersezione tra la linea laterale e quella di porta e perpendicolare alla linea di porta per garantire che si osservi questa distanza quando si tira un calcio d'angolo.
15. Il fondo del terreno di gioco può essere di qualsiasi materiale.

Regola 2 Il pallone

1. Sui campi in erba sintetica o in palestra, si gioca obbligatoriamente con palloni a rimbalzo controllato.
2. Sui campi in erba naturale o in terra battuta, si gioca con palloni del n°4.
3. Per ogni squadra dovranno essere messi a disposizione del D.G. n°2 Palloni regolamentari dalla squadra ospitante e uno dalla squadra ospitata
4. In mancanza assoluta di palloni l'arbitro non dà inizio alla gara o non prosegue nella sua continuazione.

Regola 3 Numero dei Giocatori.

1. Ogni squadra è composta da un massimo di **5 giocatori**, uno dei quali deve giocare obbligatoriamente da portiere.
2. La gara **non può iniziare o non può proseguire** se una squadra non è composta da **almeno 3 giocatori**.
3. Ogni squadra può inoltre indicare nelle note di gara un massimo di **7 giocatori sostituti** (di riserva). Anche i calciatori di riserva sono sottoposti all'autorità ed alla giurisdizione degli arbitri.
4. E' consentito indicare nelle note di gara giocatori non presenti al momento della chiama arbitrale.
5. I calciatori non presenti al momento della chiama arbitrale, ma indicati sulla nota di gara, nel caso sopraggiungano, dovranno presentarsi all'arbitro durante un'interruzione del gioco. Soltanto dopo la loro identificazione potranno prendere parte alla gara.
6. Ogni squadra deve avere per tutta la durata della gara un capitano, che può svolgere le sue funzioni anche quando non prende parte al gioco.
7. L'arbitro deve assicurarsi che fino al termine della gara vi siano in gioco, o tra i giocatori sostituti, i capitani, e che negli elenchi dei calciatori delle due squadre siano specificati, oltre a quelli dei capitani, anche i nominativi dei calciatori che eventualmente li sostituiranno.
8. Le sostituzioni sono illimitate e volanti (cioè con il pallone che può anche essere in gioco).
9. Fa eccezione la sostituzione del portiere, che deve essere effettuata a gioco fermo e dopo aver richiesto e ottenuto il consenso dell'arbitro.
10. Il portiere può *inoltre* scambiare il proprio ruolo con quello di qualsiasi altro calciatore, in qualsiasi momento, a gioco fermo e dopo aver richiesto e ottenuto il consenso dell'arbitro.
11. Il giocatore che riveste il ruolo di portiere dovrà in ogni caso indossare una maglia, o una casacca, di colore diverso da quella degli altri giocatori

12. Un giocatore sostituito può di nuovo prendere parte alla gara, in qualsiasi momento e in qualsiasi ruolo.
13. **Per effettuare le sostituzioni si devono osservare le seguenti prescrizioni:**
- a) Il giocatore sostituito deve uscire dal rettangolo di gioco *nella propria "zona sostituzioni"*;
 - b) Il giocatore subentrante deve entrare sul rettangolo di gioco dalla stessa zona sostituzioni, e non può farlo prima che il giocatore sostituito sia uscito dal campo;
 - c) la sostituzione si concretizza quando il sostituto è entrato nel rettangolo di gioco. Da quel momento egli diventa un calciatore titolare ed il compagno sostituito cessa di esserlo;
14. Se durante l'effettuazione di una sostituzione, il **calciatore sostituto** entra sul rettangolo di gioco prima che ne sia completamente uscito il calciatore sostituito, l'arbitro, fatta salva l'applicazione dell'eventuale norma del vantaggio:
- interromperà il gioco;
 - infliggerà l'ammonizione al calciatore sostituto, mostrandogli il cartellino giallo;
 - gli ordinerà, se del caso, di uscire dal terreno di gioco per completare la procedura di sostituzione;
 - accorderà un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.
15. Se durante l'effettuazione di una sostituzione, il calciatore sostituto entra sul rettangolo di gioco da un punto che non sia quello della propria zona sostituzioni, o il giocatore sostituito esce dal terreno di gioco da un punto che non sia quello della propria zona sostituzioni, l'arbitro, fatta salva l'applicazione dell'eventuale norma del vantaggio:
- interromperà il gioco;
 - infliggerà l'ammonizione al calciatore inadempiente, mostrandogli il cartellino giallo;
 - gli ordinerà, di uscire dal terreno di gioco per completare la procedura di sostituzione;
 - accorderà un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.
16. In ogni caso, il calcio di punizione dovrà essere battuto nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'interruzione del gioco. Se il pallone però si trovava all'interno dell'area di rigore della squadra che ha commesso l'infrazione, il calcio di punizione indiretto a favore della squadra attaccante, sarà calciato da un punto della linea dell'area di rigore più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il gioco è stato interrotto.

Regola 4 Equipaggiamento dei Giocatori

1. L'equipaggiamento o l'abbigliamento dei calciatori non deve in alcun caso risultare pericoloso per sé o per gli altri
2. E' vietato pertanto anche indossare anelli, orologi, braccialetti, orecchini e monili di qualsiasi genere. E' vietato usare nastro adesivo per coprire i monili, che devono essere pertanto rimossi.
3. L'equipaggiamento normalmente consiste in una maglietta numerata, pantaloncini o pantaloni lunghi, calze e un paio di scarpe adatte al terreno di gioco. L'uso delle scarpe è obbligatorio.
4. Le scarpe devono essere adatte al terreno di gioco Non possono essere assolutamente indossate calzature con tacchetti metallici o al cui interno ci sia materiale metallico.
5. **L'uso dei parastinchi è obbligatorio.** Devono essere coperti interamente dai calzettoni ed essere di materiale adeguato.
6. Eventuali infrazioni saranno sanzionate dall'arbitro con il divieto di partecipazione alla gara o con l'allontanamento del giocatore inadempiente, sino a che esso non abbia regolarizzato il suo abbigliamento o le sue calzature, o non abbia eliminato gli oggetti considerati pericolosi.
7. Non è necessario interrompere il gioco. Il calciatore non in regola sarà fatto uscire dal terreno di gioco alla prima interruzione dello stesso.
8. Se tuttavia dopo aver rilevato l'infrazione l'arbitro interrompe il gioco egli allontanerà il giocatore inadempiente affinché provveda a regolarizzare la sua posizione, e riprenderà il gioco accordando un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.
9. Il calciatore rientrerà sul terreno di gioco solo durante un'interruzione dello stesso e previo il consenso dell'arbitro, che accorderà dopo aver controllato la regolarità dell'equipaggiamento.

10. Eventuali infrazioni a quanto prescritto al comma precedente saranno sanzionate con l'ammonizione del calciatore inadempiente e la concessione di un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria, da battere dal punto in cui era il pallone quando il gioco è stato interrotto.
11. Ogni giocatore deve indossare una maglia numerata. La mancanza di numeri sulla maglia non può comunque pregiudicare la partecipazione di un giocatore alla gara se lo stesso sia distinguibile dagli altri giocatori della propria squadra.
12. Ogni giocatore della stessa squadra non può essere contraddistinto da un numero uguale a quello di un compagno di squadra. Il portiere deve indossare una maglia che consenta di distinguerlo facilmente dagli altri calciatori e dagli arbitri.
13. Ogni squadra deve indossare maglie di colori differenti. E' nei poteri dell'arbitro, quando due squadre si presentano in campo con divise di colore uguale o simile e, a suo giudizio, tale somiglianza viene a creare difficoltà all'assolvimento della sua funzione, ordinare la sostituzione delle maglie.
14. In caso di maglie di colore compatibile, spetta alla squadra di casa, o prima nominata, cambiarle.
15. Nel caso che essa non abbia altre maglie da gioco, i propri calciatori possono indossare casacche, purché di colore differente da quello delle maglie dell'altra squadra.
16. Se i colori delle divise di una delle due squadre, o delle casacche, sono confondibili con quelli della divisa arbitrale, e l'arbitro non dispone di altra divisa, spetta alla squadra ospitante o ai gestori dell'impianto, provvedere in modo tale da risolvere il problema.

Regola 5 L'Arbitro

1. Ogni gara è diretta da un arbitro, designato dal Comitato Provinciale AICS.
1. L'autorità e l'esercizio dei poteri che sono conferiti all'arbitro dalle Regole del Gioco, iniziano nel momento in cui giunge nel luogo dove è ubicato il campo di gioco e cessano quando se ne è allontanato definitivamente. Egli è comunque tenuto a menzionare nel proprio rapporto qualsiasi infrazione verificatasi anche lontano dal terreno di gioco o dalla sede della gara.
2. Il suo potere di infliggere punizioni si estende alle infrazioni commesse durante le interruzioni del gioco ed anche quando il pallone avrà cessato di essere in gioco.
3. Nell'esercizio della sua autorità l'arbitro deve:
 - a. vigilare sul rispetto delle Regole del Gioco;
 - b. assicurare il controllo della gara, eventualmente in collaborazione con il secondo arbitro;
 - c. assicurarsi che siano stati messi a disposizione i palloni prescritti dalla Regola 2;
 - d. assicurarsi che l'equipaggiamento dei giocatori rispetti i requisiti della Regola 4;
 - e. prendere nota dei fatti relativi al gioco avvenuti prima, durante e dopo la gara;
 - f. prendere nota dei fatti cumulativi di cui alla successiva regola;
 - g. fungere da cronometrista ufficiale della gara;
 - h. lasciare proseguire il gioco quando la squadra che ha subito un fallo può avvantaggiarsene e punire il fallo inizialmente commesso se il vantaggio accordato non si è concretizzato. L'arbitro cioè deve astenersi dall'infliggere punizioni nei casi in cui ritiene che, facendolo, risulterebbe avvantaggiata la squadra che ha commesso l'infrazione, lasciando proseguire il gioco. Qualora il presunto vantaggio non si concretizzi nell'immediatezza (entro 2-3 secondi), e purché il pallone non abbia superato le linee perimetrali, l'arbitro fermerà il gioco e punirà il fallo iniziale ferma restando l'eventuale sanzione disciplinare. ***Dopo il quinto fallo cumulativo si dovrà di norma accordare il tiro libero, essendo quasi sempre più favorevole del vantaggio***
 - i. punire il fallo più grave quando un calciatore commette simultaneamente più falli;
 - j. interrompere temporaneamente o anche definitivamente il gioco per qualsiasi infrazione alle Regole;
 - k. sospendere temporaneamente la gara, oppure decretarne la fine, oppure decretarne la continuazione pro forma, a sua discrezione, ogni qualvolta lo ritenga necessario per l'inclemenza degli elementi atmosferici, l'intrusione di spettatori od altre cause;
 - l. in particolare, l'arbitro deve astenersi dall'iniziare o far proseguire la gara qualora si verificano fatti o situazioni che, a suo giudizio, ritenga pregiudizievoli per la incolumità propria, per quella

dei suoi assistenti o dei calciatori, tali che non gli consentano di dirigerla in piena indipendenza di giudizio. Prima di adottare tali eccezionali decisioni, l'arbitro, se le circostanze lo consentono, deve porre in essere tutte le misure disciplinari che sono in suo potere;

- m. qualora le circostanze non lo consentano, o i provvedimenti assunti non conseguano il ripristino delle condizioni di normalità, l'arbitro deve sospendere definitivamente la gara o, a sua insindacabile giudizio, continuarne la direzione proforma, esclusivamente al fine di evitare il verificarsi di eventi di maggiore gravità. Tale seconda decisione potrà essere comunicata, se del caso, nel momento e nei modi più opportuni, agli assistenti dell'arbitro, e dovrà essere segnalata nel referto, precisando esaurientemente i motivi che la hanno determinata, nonché il minuto esatto in cui la gara è stata ritenuta non più regolare. La valutazione dei fatti ai fini del risultato della gara è demandata alla competenza degli Organi disciplinari.
- n. interrompere la gara se, a suo avviso, un calciatore è infortunato seriamente, e farlo trasportare al di fuori del terreno di giuoco;
- o. lasciare proseguire il gioco fino a quando il pallone cessa di essere in giuoco se, a suo avviso, un calciatore è solo lievemente infortunato;
- p. fare in modo che ogni calciatore che presenti una ferita sanguinante esca dal terreno di gioco. Il calciatore potrà rientrarvi solo su assenso dell'arbitro dopo che il medesimo si sarà assicurato che l'emorragia sia stata arrestata;
- q. adottare provvedimenti disciplinari nei confronti dei calciatori che hanno commesso un fallo passibile di ammonizione o di espulsione. L'arbitro non è tenuto ad intervenire immediatamente, ma deve farlo alla prima interruzione di gioco, salvo che il calciatore sia da espellere e partecipi attivamente all'azione. In tal caso, il gioco dovrà essere interrotto e ripreso, dopo aver assunto il provvedimento disciplinare, con una rimessa da parte dell'arbitro nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'interruzione;
- r. adottare provvedimenti nei confronti dei dirigenti di squadra che non tengono un comportamento responsabile e, a sua discrezione, allontanarli dal recinto di gioco;
- s. intervenire su segnalazione dell'eventuale secondo arbitro, per quanto concerne incidenti sfuggiti al suo controllo;
- t. fare in modo che nessuna persona non autorizzata entri nel terreno di gioco;
- u. dare il segnale di ripresa della gara dopo un'interruzione del gioco;
- v. redigere un rapporto sulla gara e inviarlo al Comitato Provinciale AICS. Con il rapporto dovranno essere comunicati i nominativi dei tesserati o espulsi e dei calciatori ammoniti, specificando se il fatto è avvenuto durante la gara, prima o al termine della stessa, e per i tesserati espulsi specificando dettagliatamente i motivi dei provvedimenti disciplinari assunti.

Le decisioni dell'arbitro su fatti relativi al gioco sono inappellabili.

L'arbitro può ritornare su una sua decisione soltanto se ritiene che la stessa sia errata o, a sua discrezione, a seguito della segnalazione dell'eventuale secondo arbitro, sempre che il gioco non sia stato ripreso e la gara non sia terminata.

Regola 6 Il secondo Arbitro

0. Quando per una gara è designato un secondo arbitro, essi si deve posizionare sul lato del terreno di gioco opposto a quello del primo arbitro.
1. Nel caso che la gara sia diretta da due arbitri, fermo restando che entrambi esercitano gli stessi poteri, a quello di essi descritto alla regola 5 spetterà il ruolo di cronometrista ufficiale, e sarà denominato **primo arbitro**.
2. Al primo arbitro, che agirà dal lato opposto delle panchine, compete pertanto in via esclusiva:
 - a) svolgere le funzioni di cronometrista
 - b) decidere eventuali recuperi
 - c) fischiare l'inizio e la fine dei due tempi regolamentari e degli eventuali tempi supplementari;
 - d) interrompere temporaneamente o definitivamente una gara per cause che ne impongano detta decisione;

- e) effettuare i sorteggi che si rendono necessari nel corso della gara;
 - f) decidere se i palloni sono conformi a quanto prescritto dalla regola 2
 - g) decidere verso quale porta saranno calciati gli eventuali tiri di rigore e annotare la loro sequenza
3. Al secondo arbitro, quando presente, che agirà dal lato delle panchine, compete in via esclusiva:
- a. autorizzare, dopo aver verificato se è trascorso il prescritto tempo di penalità, l'ingresso sul terreno di gioco del calciatore che sostituisce il compagno espulso;
 - b. controllare che le sostituzioni "volanti" avvengano regolarmente;
 - c. concedere e annotare gli eventuali time out concessi ai sensi della regola specifica;
 - d. fischiare l'interruzione della gara a seguito della concessione del time out. La ripresa della gara sarà invece fischiata dall'arbitro più vicino al punto da dove la gara riprende;
 - e. identificare gli eventuali calciatori ritardatari già presenti sull'elenco di gara;
 - f. verificare l'avvenuta regolarizzazione dell'abbigliamento da parte del calciatore fatto uscire dal terreno di gioco per tali motivi, prima di autorizzarne il rientro;
4. In caso di discordanza tra i due arbitri su decisioni tecniche o disciplinari da assumere, avrà priorità la decisione assunta dal primo arbitro.

Appendice alla Regola 5 e 6: I Segnali dell'arbitro

Calcio di punizione diretto

L'arbitro tiene un braccio orizzontalmente puntando nella direzione in cui il calcio di punizione deve essere effettuato. Egli punta verso il suolo con l'indice della mano dell'altro braccio per indicare che questo deve essere conteggiato come un fallo cumulativo.

Calcio di punizione indiretto

L'arbitro solleva il braccio (col palmo della mano aperto e le dita giunte) e lo tiene in questa posizione fino a quando il pallone non è di nuovo in giuoco.

Quinto fallo cumulativo

L'arbitro solleva il braccio con le cinque dita separate, indicandolo esplicitamente, in particolare al portiere della squadra che ha commesso il fallo.

Calcio d'inizio

L'arbitro fischia e tiene un braccio orizzontale, puntando nella direzione in cui il calcio deve essere battuto.

Rimessa dalla linea laterale

L'arbitro tiene un braccio orizzontale puntando nella direzione in cui la rimessa laterale deve essere effettuata.

Vantaggio

L'arbitro tiene tutte e due le braccia stese orizzontalmente.

Ammonizione

L'arbitro tiene il braccio sollevato mentre mostra il cartellino giallo. L'arbitro si assicurerà che il calciatore in questione sia messo al corrente della sanzione.

Espulsione

L'arbitro tiene il braccio sollevato mentre mostra il cartellino rosso. L'arbitro si assicurerà che sia il calciatore in questione sia messo al corrente della sanzione

Conteggio dei 4 secondi

L'arbitro tiene sollevato il braccio, chiudendo ed aprendo il pugno mentre segna consecutivamente il conto alla rovescia di 4 secondi.

Time-out

L'arbitro solleva entrambe le braccia all'altezza del torace mentre congiunge i due palmi della mano in un segnale "a forma di T".

Regola 7 Cronometrista e terzo arbitro

1. Nelle gare dei campionati AICS non è prevista la designazione di un cronometrista o di un terzo arbitro.
2. Le funzioni del cronometrista sono svolte dal primo arbitro; le funzioni del terzo arbitro sono svolte contemporaneamente dal primo e dal secondo arbitro, quando presente.

Regola 8 Durata della gara

1. Ogni gara ha la durata di **due tempi di 25 minuti ciascuno**, con una frazione di intervallo.
2. Salvo caso eccezionali e a discrezionalità degli arbitri, **l'intervallo non può essere inferiore a 5 minuti né superiore a 10 minuti**.
3. Il gioco deve essere obbligatoriamente prolungato per consentire l'effettuazione di un calcio di rigore o di un tiro libero a tempo scaduto, sino a che essi non hanno prodotto i loro effetti.
4. Gli effetti si considerano prodotti quando è stata segnata una rete senza l'intervento di altri giocatori che non siano il portiere o il giocatore che ha calciato il rigore o il tiro libero, quando la palla è rimbalzata sul terreno di gioco dopo avere colpito un palo o la traversa e senza terminare in rete, quando la palla è finita fuori dalle linee laterali o è stata parata dal portiere senza poi terminare in rete.
5. La durata dei tempi di gara può essere inoltre prolungata, a discrezione dell'arbitro, qualora egli ravveda che si sono verificate condizioni da indurlo al prolungamento. (A titolo puramente esemplificativo: sanzioni disciplinari, infortuni di gioco, interruzione prolungata del gioco per motivi diversi).
6. Ogni squadra ha a disposizione per ciascun tempo di gara **un minuto di "time out"**, a cui può rinunciare senza avere però il diritto di chiederne due nell'altro tempo di gara;
7. Non può essere richiesto il time out negli eventuali tempi supplementari;
8. Il time out deve essere richiesto al *secondo arbitro* o, in mancanza di questi, al *primo arbitro*, dall'allenatore, o, in mancanza di questi, dal capitano della squadra interessata;
9. Il time out può essere chiesto in qualsiasi momento ma può essere concesso solo a gioco fermo, quando la squadra che lo ha chiesto è in possesso del pallone;
10. Il time out **deve essere obbligatoriamente recuperato**;
11. Allo scopo, non essendo nelle gare AICS previsto il tempo effettivo, l'arbitro, fermerà il suo cronometro dal momento in cui fischia la concessione del time out al momento in cui fischia la ripresa del gioco.

Istruzioni Supplementari alla Regola 8. Tempi supplementari e calci di rigore.

1. Laddove il regolamento della competizione prevede che deve esserci una squadra vincente al termine di una gara terminata in parità, al termine dei tempi regolamentari si disputeranno due tempi supplementari, o si procederà con i calci di rigore, o si darà eventualmente luogo ad entrambi.
2. Per particolari manifestazioni, i regolamenti specifici delle stesse possono prevedere sistemi diversi per determinare la squadra vincente quando i tempi regolamentari o gli eventuali tempi supplementari terminano in parità, senza la disputa dei tempi supplementari o senza la disputa dei calci di rigore.
3. Se il regolamento della competizione prevede la disputa dei tempi supplementari, si disputeranno due tempi supplementari di **5 minuti** ciascuno. L'arbitro, al termine dei tempi regolamentari, effettuerà un nuovo sorteggio, dando inizio entro 5 minuti al gioco stesso. Nessun riposo dovrà essere accordato alla fine del primo tempo supplementare.
4. Se il regolamento della competizione prevede i calci di rigore al termine di una gara terminata in parità al termine dei tempi regolamentari, o di una gara terminata in parità anche dopo la disputa dei tempi supplementari, al termine del secondo tempo regolamentare o supplementare si procederà con i calci di rigore. Prima che essi siano effettuati, il primo arbitro dovrà osservare le seguenti modalità:

sceglie la porta verso la quale saranno battuti tutti i tiri di rigore;

procede con i capitani al sorteggio della squadra che deve eseguire il primo tiro di rigore; il sorteggio, per mezzo del lancio della moneta, determina la squadra che avrà facoltà di decidere se iniziare o meno la serie dei calci di rigore

annota per iscritto la sequenza di ciascun tiro in porta.

6. Ciascuna squadra esegue cinque tiri di rigore, osservando le seguenti modalità:

- i calci di rigore devono essere battuti alternativamente da ciascuna squadra, da 5 diversi calciatori;
- i nomi ed i numeri dei giocatori che battono i primi cinque tiri di rigore devono essere comunicati all'arbitro dai capitani delle rispettive squadre, prima dell'esecuzione dei tiri di rigore e debbono essere compresi nella lista dei 12 nominativi presentata all'inizio della gara; non ha importanza che essi abbiano finito la gara come titolari o come giocatori a disposizione. Tutti i calciatori infatti che alla fine della gara o dei tempi supplementari (se previsti) erano inseriti sulla nota di gara, non siano usciti dal recinto di gioco e siano utilizzabili, sono autorizzati a partecipare alla esecuzione dei tiri;
- la squadra che termina una gara con un numero di calciatori utilizzabili maggiore rispetto alla squadra avversaria, è tenuta a ridurlo uguagliando il numero di quest'ultima;
- a tal fine, il capitano della squadra con il maggior numero di calciatori, prima dell'esecuzione dei tiri di rigore, comunicherà all'arbitro i nomi dei giocatori che saranno in ogni caso esclusi dall'esecuzione dei tiri di rigore;
- se, prima che entrambe le squadre abbiano battuto cinque tiri, una delle due avrà segnato più reti di quante potrebbe segnarne l'altra qualora completasse la propria serie di cinque, l'esecuzione dei tiri deve cessare;
- al termine della serie di cinque calci di rigore, o nell'ipotesi di cui al punto precedente, la squadra che avrà segnato il maggior numero di reti, qualunque sia il numero di tiri eseguiti, risulterà vincitrice;
- se, dopo che entrambe le squadre avranno battuto cinque tiri, risulterà che hanno segnato un eguale numero di reti, o nessuna, si dovranno effettuare i calci di rigore "a oltranza"

7. Per effettuare i calci di rigore ad oltranza si devono osservare le seguenti modalità:

- a. l'esecuzione dei tiri deve continuare alternativamente e nello stesso ordine;
- b. i calciatori che dovranno battere i tiri ad oltranza dovranno essere diversi da coloro che hanno calciato i primi cinque tiri utilizzando tutti i calciatori indicati nella distinta e presenti sul rettangolo di gioco (compresi i portieri);
- c. esauriti questi, riprenderanno a tirare i calciatori che hanno battuto i primi cinque tiri di rigore, seguendo lo stesso precedente ordine;
- d. l'esecuzione dei calci di rigore ad oltranza cesserà quando tutte e due le squadre avranno battuto eguale numero di tiri (non necessariamente cinque) ed una delle due avrà segnato una rete più dell'altra;

Nessun calciatore espulso potrà prendere parte all'effettuazione dei calci di rigore;

Tutti i calciatori aventi diritto possono in qualsiasi momento assumere il ruolo di portiere

Prima di dare inizio all'esecuzione dei tiri di rigore, l'arbitro deve assicurarsi che un uguale numero di calciatori che eseguiranno i tiri per ciascuna squadra si trovi all'interno del cerchio centrale, nella metà campo opposta a quella in cui vengono battuti i calci di rigore..

Regola 9 Calcio d'Inizio e Ripresa del Gioco

1. Il calcio d'inizio è un modo di cominciare la gara o riprendere il gioco:

- all'inizio della gara;
- dopo che una rete è stata segnata;
- all'inizio del secondo tempo di gioco;
- all'inizio di ciascun tempo supplementare.

2. Una rete può essere segnata direttamente su calcio d'inizio

3. All'inizio della gara, la scelta del terreno è stabilita con sorteggio. La squadra favorita dalla sorte sceglie la porta contro cui attaccherà nel primo periodo di gioco.
4. All'altra squadra sarà assegnato il calcio d'inizio della gara.
5. La squadra che ha scelto il terreno eseguirà il calcio d'inizio del secondo tempo.
6. All'inizio del secondo tempo di gara, le squadre invertono le rispettive metà del terreno ed attaccano in direzione della porta opposta.
7. Per battere il calcio di inizio, si devono osservare le seguenti procedure:
 - tutti i calciatori devono disporsi all'interno della propria metà del terreno di gioco;
 - i calciatori della squadra che non esegue il calcio d'inizio devono posizionarsi a non meno di m.3 dal pallone, fino a quando lo stesso non sia in gioco;
 - il pallone è posto a terra sul punto centrale del terreno di gioco;
 - l'arbitro emette il fischio che autorizza il calcio d'inizio;
 - il pallone è considerato in gioco dopo che è stato calciato e si è mosso in avanti;
 - l'esecutore del calcio d'inizio non può giocare una seconda volta il pallone prima che lo stesso sia stato toccato da un altro calciatore. Se l'esecutore del calcio d'inizio gioca il pallone una seconda volta prima che lo stesso sia stato toccato da un altro calciatore, alla squadra avversaria è accordato un calcio di punizione indiretto nel punto in cui l'infrazione è stata commessa.
8. Quando una squadra ha degnato una rete, spetta alla squadra che ha subito la stessa riprendere il gioco con un nuovo calcio d'inizio.
9. Per tutte le altre infrazioni nella procedura del calcio d'inizio, il calcio d'inizio deve essere ripetuto.
10. Dopo un'interruzione temporanea del gioco provocata da una causa non prevista nelle Regole di Gioco, la gara deve essere ripresa con una rimessa da parte dell'arbitro.
11. L'arbitro lascia cadere il pallone a terra nel punto dove si trovava al momento in cui il gioco è stato fermato. Il gioco riprende non appena il pallone tocca il terreno di gioco.
12. Se al momento della suddetta interruzione temporanea del gioco, il pallone si trovava nell'area di porta, la rimessa da parte dell'arbitro deve essere effettuata sulla linea dell'area di porta parallela alla linea di porta, nel punto più vicino a quello in cui si trovava il pallone al momento dell'arresto del gioco.
13. La rimessa da parte dell'arbitro deve essere ripetuta se:
 - il pallone è toccato da un calciatore prima di entrare in contatto con il terreno di gioco;
 - il pallone esce dal terreno di gioco, dopo essere rimbalzato sullo stesso, senza che nessun calciatore l'abbia toccato.

Regola 10 Pallone in gioco e non in gioco

1. Il pallone non è in gioco:
 - quando ha interamente oltrepassato, sia per terra sia in aria, una linea laterale o una linea di porta;
 - quando il gioco è stata interrotto dall'arbitro.
2. In caso di **copertura del terreno di gioco** con palloni pressostatici, reti o altro materiale, **se il pallone tocca tali coperture** in un punto all'interno del terreno di gioco, **esso non è più giocabile**.
3. Il gioco va pertanto interrotto e successivamente ripreso con un **fallo laterale** a favore della squadra avversaria a quella in cui un giocatore ha toccato per ultimo il pallone.
4. Il fallo laterale va battuto in un punto della linea laterale perpendicolare al punto dove il pallone ha toccato la copertura.
5. Il pallone è in gioco in ogni altro momento, dall'inizio alla fine della gara, compresi i casi seguenti:
 - quando rimbalza nel terreno di gioco dopo aver colpito un palo o la sbarra trasversale della porta o l'asta di una bandierina d'angolo;
 - quando rimbalza nel terreno di gioco dopo avere colpito l'arbitro o un assistente dell'arbitro che si trovi all'interno del terreno stesso;

- nel caso di una presunta infrazione alle Regole del Gioco, fino a quando l'arbitro non sia intervenuto in merito.
4. L'arbitro deve fischiare per segnalare l'interruzione o la ripresa del gioco nei seguenti casi:
 - Calcio d'inizio;
 - Ripresa del gioco dopo la segnatura di una rete;
 - Sanzioni tecniche e/o disciplinari;
 - Convalida di una rete;
 - Fine dei tempi di gara;
 - Effettuazione di un calcio di rigore
 - Effettuazione di un tiro libero
 - Interruzione del gioco per altre cause previste dal regolamento;
 5. L'arbitro non deve fischiare quando il pallone esce dal terreno di gioco, salvo che i giocatori non se ne avvedano e continuano a giocare;
 6. L'arbitro inoltre non deve fischiare nei seguenti casi, purché non intercorra molto tempo tra l'assegnazione della ripresa e la sua effettuazione (ad esempio per soccorrere un giocatore infortunato, per effettuare una sostituzione, per comminare un'ammonizione od un'espulsione, per verificare la distanza regolamentare):
 - Calcio d'angolo
 - Calcio di rinvio
 - Calcio di punizione
 - Rimessa da parte dell'arbitro
 - Rimessa dalle linee laterali

Regola 11 Segnatura di una rete

- 1) Salvo le eccezioni previste dalle Regole del Gioco, una rete risulta segnata quando il pallone ha interamente oltrepassato la linea di porta, tra i pali e sotto la sbarra trasversale, purché non sia stato lanciato, portato o colpito intenzionalmente con la mano o con il braccio da un calciatore della squadra attaccante.
- 2) La squadra che avrà segnato il maggiore numero di reti vincerà la gara.
- 3) Se non sarà stata segnata alcuna rete o se le squadre avranno segnato un eguale numero di reti, la gara risulterà conclusa in parità.
- 4) Per le partite che si concludono in parità, i regolamenti della manifestazione possono prevedere, per determinare la squadra vincente, la disputa dei tempi supplementari, o dei calci di rigore o di entrambi, secondo quanto stabilito dalla regola 8 e dalle sue istruzioni supplementari;

Regola 12 Falli e comportamento antisportivo

1. Per comportamento antisportivo si intende falli, atti, gesti od atteggiamenti contrari allo spirito del gioco o contro gli ufficiali di gara; per condotta violenta si intende falli, atti o gesti che arrecano o tendono ad arrecare a chicchessia un danno fisico o morale; per condotta gravemente sleale si intende falli che impediscano alla squadra avversaria di segnare una rete o la privano di un'evidente occasione da rete. Di conseguenza, i falli e le scorrettezze devono essere puniti come segue:
 1. **Calcio di punizione diretto:**
 - a. Un calcio di punizione diretto è accordato alla squadra avversaria del calciatore che a giudizio dell'arbitro, commette per negligenza (cioè mancanza di un corretto autocontrollo nell'affrontare un avversario), imprudenza (cioè comportamento di noncuranza nel contrastare un avversario in azione di gioco, che non tiene conto del rischio e delle conseguenze per l'avversario), o vigoria sproporzionata (cioè impiego di eccessiva potenza fisica rispetto alla normale esigenza nel contrasto tra avversari, con il rischio considerevole di arrecare un danno fisico) uno dei **sei falli seguenti**:
 - b. dare o tentare di dare un calcio ad un avversario;
 - c. fare o tentare di fare uno sgambetto ad un avversario;

- d. saltare su di un avversario;
 - e. caricare un avversario, **anche con la spalla**;
 - f. colpire o tentare di colpire un avversario;
 - g. spingere un avversario;
2. Un calcio di punizione diretto è parimenti accordato alla squadra avversaria del calciatore che commette uno dei **cinque falli seguenti**:
- a. trattenerne un avversario;
 - b. sputare contro un avversario;
 - c. tentare di giocare il pallone intervenendo in scivolata da tergo su un avversario che sia in possesso del pallone o che sia in procinto di giocarlo (contrasto da tergo scivolato). Questa norma non si applica al portiere che si trova nella propria area di rigore, purché egli non giochi in maniera imprudente, spericolata o con sproporzionata vigoria;
 - d. toccare deliberatamente un avversario prima del pallone durante il tentativo di guadagnare il possesso di palla
 - e. giocare volontariamente il pallone con le mani (ad eccezione del portiere quando si trova nella propria area di rigore).
1. Il calcio di punizione diretto va battuto dal punto in cui è stato commesso il fallo, salvo per quanto previsto dalle successive regole del gioco.
2. I falli sopra elencati, e solo essi, sono considerati **falli cumulativi**.
3. Se un calciatore della squadra difendente commette intenzionalmente, all'interno della propria area di rigore, uno dei suddetti undici falli, deve essere punito con un calcio di rigore, indipendentemente dalla posizione del pallone, se lo stesso è in gioco.

Calcio di punizione indiretto:

4. Un calcio di punizione indiretto è accordato alla squadra avversaria del calciatore che a giudizio dell'arbitro, commette una delle seguenti infrazioni:
- d) gioca in modo pericoloso;
 - e) impedisce intenzionalmente la progressione di un avversario senza che il pallone sia giocato (gioco di ostruzione)
 - f) ostacola il portiere nell'atto di liberarsi del pallone che ha tra le mani;
 - g) non esegue i calci di punizione, i calci di rigore, i tiri liberi, i falli laterali e i calci d'angolo a suo favore nei termini di cui alle successive regole.
 - h) commette una qualsiasi altra infrazione che il presente regolamento punisce con un calcio di punizione indiretto;
 - i) commette qualsiasi altra infrazione, non precedentemente menzionata nella Regola 12, per la quale il gioco viene interrotto per ammonire o espellere un calciatore;
5. Un calcio di punizione indiretto è accordato inoltre alla squadra avversaria del calciatore che, giocando da portiere, a giudizio dell'arbitro, commette una delle seguenti infrazioni:
- d) tocca o controlla il pallone con le **mani** nella propria area di rigore dopo che questo gli è stato **volontariamente** passato da un compagno di squadra **con i piedi**;
 - e) tocca o controlla il pallone con le **mani** nella propria area di rigore dopo che questo gli è stato passato direttamente su una **rimessa** laterale effettuata da un compagno di squadra;
 - f) tocca nuovamente il pallone con le **mani**, dopo essersene spossessato, prima che lo stesso sia stato toccato da un altro calciatore;
 - g) tocca o controlla il pallone con le **mani** nella propria area di rigore, o con i **piedi** in qualsiasi parte del campo, tranne nella metà campo avversaria, per **più di quattro secondi**;
9. Il portiere sarà considerato in possesso del pallone se lo avrà toccato con una qualsiasi parte delle mani o delle braccia. È ugualmente considerato in possesso del pallone nel momento in cui lo fa rimbalzare intenzionalmente sulle mani o sulle braccia. Non è da considerarsi invece in possesso del pallone quando, a giudizio dell'arbitro, il pallone rimbalza accidentalmente sul portiere. Non è da considerare spossessarsi del pallone quando il portiere lo fa rimbalzare prima di calciarlo. In

generale, lasciare il pallone dalle mani e calciarlo sono considerate un'unica azione e pertanto non è consentito ad un avversario del portiere impedire che egli lanci il pallone con le mani.

10. Il calcio di punizione indiretto deve essere battuto nel punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che questa non sia stata commessa all'interno della propria area di rigore. In questo caso il calcio di punizione dovrà essere battuto da un punto della linea dell'area di rigore che sia il più vicino possibile a quello dove è stata commessa l'infrazione;
11. I calci di punizione indiretti non sono conteggiati ai fini dell'assegnazione dei tiri liberi.
12. Un calciatore sarà **ammonito**, mostrandogli il cartellino giallo, quando commette una delle seguenti infrazioni:
 - si rende colpevole di un comportamento antisportivo;
 - manifesta la propria disapprovazione con parole o gesti;
 - trasgredisce ripetutamente le regole del gioco;
 - ritarda la ripresa del gioco;
 - non rispetta la distanza prescritta nei calci d'angolo, nei calci di punizione e nelle rimesse laterali;
 - entra o rientra nel terreno di gioco senza il preventivo assenso dell'arbitro (tranne nel caso delle sostituzioni volanti)
 - effettua una sostituzione "volante", entrando nel rettangolo di gioco prima che il compagno sostituito ne sia uscito oppure entra o esce da una parte diversa dalla "zona delle sostituzioni"
 - abbandona deliberatamente il rettangolo di gioco senza il preventivo assenso dell'arbitro;
12. Un calciatore sarà inoltre ammonito quando:
 - interrompe deliberatamente con un fallo di mano un'azione importante;
 - interrompe deliberatamente con un fallo di gioco un'azione promettente;
 - si toglie la maglia dopo aver segnato una rete
12. Un calciatore di riserva, o sostituito, sarà **ammonito**, mostrandogli il cartellino giallo, quando commette uno dei **tre falli** seguenti:
 - è colpevole di un comportamento antisportivo
 - manifesta disapprovazione con parole o gesti verso una decisione dell'arbitro
 - ritarda la ripresa del gioco
- 14) Un calciatore, sarà espulso dal terreno di gioco, mostrandogli il cartellino rosso, quando commette uno dei **falli seguenti**:
 - si rende colpevole di un grave fallo di gioco;
 - si rende colpevole di condotta violenta;
 - sputa contro un avversario o qualsiasi altra persona;
 - impedisce alla squadra avversaria di segnare una rete o la priva di una chiara occasione da rete, toccando volontariamente il pallone con le mani (ciò non si applica al portiere dentro la propria area di rigore);
 - impedisce una chiara occasione da rete ad un calciatore che si dirige verso la porta avversaria commettendo su di lui un fallo punibile con un calcio di punizione o di rigore;
 - usa un linguaggio o fa dei gesti offensivi, ingiuriosi o minacciosi;
 - riceve una seconda ammonizione nel corso della stessa gara.

10. Un calciatore, se espulso, deve abbandonare il recinto di gioco
11. Il cartellino giallo per le ammonizioni e il cartellino rosso per le espulsioni dovrà essere mostrato solo ai calciatori e ai calciatori di riserva.
12. L'arbitro ha l'autorità di comminare sanzioni disciplinari, dal momento in cui fa il suo ingresso nel terreno di giuoco a quello in cui lo abbandona dopo il fischio finale.
13. Egli pertanto è autorizzato, se è ancora sul terreno di gioco, a mostrare il cartellino giallo o rosso anche dopo il fischio finale, e ciò risulta più efficace rispetto alla pratica precedente che si limitava a riportare gli eventuali incidenti avvenuti sul rapporto di gara.
14. Il "tackle" che mette in pericolo l'incolumità fisica dell'avversario, è vietato ed è punito con l'espulsione e con un calcio di punizione diretto.
15. Un calciatore espulso può essere sostituito da un proprio compagno di squadra, previo autorizzazione dell'arbitro, dopo due minuti di gioco successivi all'espulsione, a meno che non venga segnata una rete prima che siano trascorsi i due minuti. In questo ultimo caso dovranno essere osservate le seguenti modalità:
 - se le squadre stanno giocando con 5 calciatori contro 4 e la squadra numericamente superiore segna una rete, la squadra con soli 4 calciatori può essere completata con un quinto calciatore;
 - se le squadre stanno giocando 4 calciatori contro 4 e viene segnata una rete, ambedue le squadre rimangono con lo stesso numero di calciatori;
 - se le squadre stanno giocando con 5 calciatori contro 3, oppure 4 contro 3 e la squadra numericamente superiore segna una rete, alla squadra con 3 calciatori se ne può aggiungere soltanto un altro;
 - se ambedue le squadre stanno giocando con 3 calciatori e viene segnata una rete, le due squadre rimangono con lo stesso numero di calciatori;
 - se la squadra che segna la rete è quella numericamente inferiore, il gioco proseguirà senza modificare il numero di calciatori.
22. Il controllo dei 2 minuti di penalità sarà effettuato dal secondo arbitro, se presente, o dal primo;
23. Il calciatore che entra in campo per sostituire un giocatore espulso, dovrà farlo a gioco fermo e con il consenso dell'arbitro.
24. Se il calciatore un calciatore che stava partecipando come titolare alla gara è considerato espulso dagli arbitri dopo il fischio finale del primo tempo (o del secondo tempo se sono previsti i supplementari, o del primo tempo supplementare), la sua squadra non dovrà riprendere il gioco in inferiorità numerica ma potrà riprendere la ulteriore frazione di gioco sempre con lo stesso numero di calciatori in campo alla fine del periodo precedente.

Regola 13 Calci di Punizione

1. I calci di punizione sono distinti in:
 - a. "Diretti" (per mezzo dei quali può essere segnata direttamente una rete contro la squadra che ha commesso il fallo);
 - b. "Indiretti" (per mezzo dei quali una rete non può essere segnata se il pallone, prima di oltrepassare la linea di porta, non sia stato toccato o giocato da un calciatore diverso da quello che ha battuto la punizione). Per differenziare un calcio di punizione indiretto da uno diretto, l'arbitro, quando accorda un calcio di punizione indiretto, deve segnalarlo alzando un braccio portando la mano al di sopra della testa. Egli manterrà il braccio in tale posizione fino a che il pallone sia stato giocato o toccato da un altro calciatore o abbia cessato di essere in giuoco.
2. Con lo stesso fischio, nello stesso istante in cui è accordato un calcio di punizione, l'arbitro ne autorizza senz'altro l'esecuzione, salvo quando il gioco rimanga interrotto per un periodo di tempo superiore al normale (per esempio per comminare un'ammonizione o un'espulsione), o quando il calciatore che deve calciare la punizione richieda l'intervento dell'arbitro per fare in modo che gli avversari rispettino la prescritta distanza di metri 5. In questi casi un calcio di punizione battuto prima del secondo fischio non deve essere considerato regolare e pertanto deve essere ripetuto.
3. Il calcio di punizione può essere battuto in qualsiasi direzione.

4. I calci di punizione devono essere battuti entro 4 secondi dal momento in cui il pallone è stato posto sul punto di battuta o, a seguito della richiesta all'arbitro della verifica della distanza, entro 4 secondi dal momento in cui l'arbitro ha nuovamente fischiato per la ripresa del gioco.
5. In caso di inosservanza del termine stabilito, sarà accordata una punizione indiretta alla squadra avversaria.
6. Nella esecuzione di un calcio di punizione, diretto od indiretto, il pallone deve essere fermo e collocato sul punto previsto dalla norma regolamentare. Il calcio di punizione, battuto con il pallone in movimento o collocato in un punto diverso da quello previsto dalla norma regolamentare, non deve essere considerato regolare e pertanto deve essere ripetuto.
7. Il calciatore che lo ha calciato non potrà giocarlo una seconda volta fino a quando il pallone stesso non sia stato toccato o giocato da un altro calciatore.
8. Se il calciatore che ha battuto il calcio di punizione tocca una seconda volta il pallone prima che questo sia giocato da un altro calciatore, deve essere concesso, a favore della squadra avversaria, un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, a meno che quest'ultima non sia stata commessa da un calciatore all'interno dell'area di porta avversaria, nel qual caso il calcio di punizione sarà battuto da un punto qualsiasi dell'area di porta.
9. I calciatori che non si dispongono a distanza regolamentare dal pallone quando è battuto un calcio di punizione devono essere ammoniti e, nel caso di recidiva, espulsi. Agli arbitri è richiesto in particolare di considerare condotta scorretta ogni tentativo di ritardare l'esecuzione di un calcio di punizione, anche avanzando per ridurre la distanza regolamentare.
10. Un calciatore che batte un calcio di punizione, diretto od indiretto, può rinunciare, se lo ritiene opportuno, al rispetto da parte degli avversari della distanza prescritta dalla Regola.
11. Quando un calciatore batte un calcio di punizione diretto o indiretto dall'interno della propria area di rigore, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza non inferiore a m. 5 dal pallone e rimanere al di fuori dell'area di rigore fino a quando il pallone non sia stato calciato al di fuori della stessa.
12. Il pallone sarà in gioco dal momento in cui è stato toccato, si è mosso ed è uscito dall'area di rigore verso il terreno di gioco.
13. Se un calciatore della squadra avversaria entra nell'area di rigore o si avvicina a meno di m. 5 dal pallone, secondo i casi e comunque prima che il calcio di punizione sia stato battuto, l'arbitro dovrà ritardarne l'esecuzione fino a quando non sia rispettata la Regola.
14. Il portiere non potrà ricevere il pallone fra le mani al fine di rilanciarlo successivamente in gioco.
15. Se il pallone non è stato calciato direttamente in gioco, fuori dell'area di rigore, il calcio di punizione deve essere ripetuto.
16. Se un calciatore batte un calcio di punizione diretto o indiretto dall'esterno della propria area di rigore, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza non inferiore a m. 5 dal pallone fino a quando questo non sia in gioco, salvo che si dispongano sulla propria linea di porta, fra i pali della stessa.
17. Il pallone sarà considerato in gioco quando è calciato e si muove.
18. Salvo che non esistano altre prescrizioni nelle Regole riguardanti il punto dal quale deve essere battuto un calcio di punizione:
 - Ogni calcio di punizione accordato alla squadra difendente all'interno della propria area di rigore, può essere battuto da un punto qualsiasi della stessa area di rigore.
 - Ogni calcio di punizione indiretto accordato alla squadra attaccante, all'interno dell'area di rigore avversaria, deve essere battuto dalla linea dell'area di rigore parallela alla linea di porta, dal punto più vicino a quello dove il fallo è stato commesso.
19. Con un calcio di punizione diretto può essere segnata una rete soltanto contro la squadra che lo subisce.
20. Se nella esecuzione di un calcio di punizione (diretto od indiretto), battuto dall'esterno dell'area di rigore, un calciatore calcia il pallone direttamente nella propria porta, l'arbitro farà riprendere il gioco con un calcio d'angolo.

21. Se nella esecuzione di un calcio di punizione indiretto il pallone è calciato direttamente nella porta avversaria, l'arbitro farà riprendere il gioco con un calcio di rinvio.

Regola 14 Falli Cumulativi

1. Ogni volta che un giocatore commette uno dei falli previsti tra quelli sanzionabili con un calcio di punizione diretto od un calcio di rigore, il fallo sarà conteggiato come un fallo cumulativo.
2. Dopo che ogni squadra avrà commesso, per ogni tempo di gara, 5 falli cumulativi, ogni ulteriore fallo commesso, se rientrante tra i suddetti, e se commesso fuori dalla propria area di rigore, darà origine ad un tiro libero (in pratica dal sesto fallo compreso in poi, tutti quei falli, e solo quelli, che danno origine ad un calcio di punizione diretto, daranno origine ad un tiro libero).
3. Se il fallo è stato commesso nella propria area di rigore, darà naturalmente origine ad un calcio di rigore.
4. Con un tiro libero si può segnare direttamente una rete
5. Il tiro libero è calciato dal punto di tiro libero, distante 10 metri dalla linea di porta.
6. Se il fallo che ha originato il tiro libero è stato commesso in una qualsiasi parte di campo di fronte alla linea immaginaria che passa attraverso il punto di tiro libero, ma fuori dall'area di rigore, la squadra che batte il tiro libero può scegliere se effettuarlo dal punto di tiro libero o dal punto in cui è stato commesso il fallo.
7. Il tiro libero non potrà comunque essere battuto ad una distanza dalla porta inferiore a sei metri
8. Il tiro libero battuto prima del fischio arbitrale o da una posizione diversa prescritta dalla presente regola, deve essere ripetuto
9. Il giocatore che batte il tiro libero deve essere preventivamente identificato
10. Nessuna barriera può essere posta tra il giocatore che batte il tiro libero e il portiere
11. Tutti i giocatori, eccetto chi batte il tiro libero e il portiere della squadra difendente, devono porsi ad una distanza di 5 metri dal pallone, dietro la linea immaginaria passante per il punto da cui il tiro libero è battuto, parallelamente alla linea di porta ed al di fuori dell'area di rigore. Essi non potranno in alcun modo ostacolare il calciatore che effettuerà il tiro libero
12. Il portiere può porsi in qualunque parte dell'area di rigore, ad una distanza di almeno 5 metri dal punto in cui è calciato il tiro libero, e può muoversi durante l'effettuazione del tiro libero
13. Il calciatore che effettua il tiro libero deve calciare con l'intenzione di segnare una rete, e non può passare il pallone ad un compagno di squadra.
14. Colui che batte il tiro libero deve calciare il pallone in avanti e non potrà giocarlo una seconda volta fino a quando lo stesso non sarà toccato o giocato da un altro calciatore (**non può pertanto toccare nuovamente il pallone che ha colpito un palo o una traversa se esso non è stato toccato anche da un altro giocatore**).
15. Dal momento in cui il tiro libero è stato battuto, nessun giocatore, ad eccezione del portiere della squadra difendente, può toccare il pallone prima che esso sia stato toccato dal portiere stesso, o sia entrato in rete, o abbia colpito un palo o la traversa, o sia uscito dal fondo, con l'eccezione vista ai punti precedenti;
16. Durante il tiro libero non si applica la norma dei 4 secondi. Se il calciatore incaricato di calciare il tiro libero ne ritarda volontariamente l'esecuzione, dovrà essere ammonito per condotta scorretta. Il tiro libero comunque deve, in ogni caso, essere calciato dalla squadra alla quale è stato assegnato.
17. Il pallone sarà considerato in gioco quando è calciato in avanti e si muove.
18. Se il tiro libero è concesso allo scadere di uno dei tempi regolamentari o supplementari, la gara deve essere prolungata per la sola esecuzione di detto tiro libero.
19. La rete sarà considerata valida anche se il pallone tocca uno o entrambi i pali della porta, oppure la sbarra trasversale o il portiere o una combinazione di uno o più dei suddetti elementi, purché non sia stata commessa alcuna infrazione
20. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa da un calciatore della squadra difendente, il tiro libero, se la rete non è stata segnata, deve essere ripetuto.

21. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa da un calciatore della squadra attaccante, diverso da quello che ha calciato il pallone, se la rete è stata segnata, questa sarà annullata ed il tiro libero dovrà essere ripetuto.
22. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa dal calciatore che ha battuto il tiro libero ed il fallo è stato commesso con il pallone in gioco, la squadra avversaria batterà un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è stato commesso il fallo,
23. Al termine del primo tempo di gara i falli sono azzerati.
24. Nel caso di disputa dei supplementari, i falli commessi nel primo tempo supplementare si sommano a quelli commessi nel secondo tempo di gara, e i falli commessi nel secondo tempo supplementare si sommano a quelli commessi nel primo tempo supplementare e nel secondo tempo di gara.

Regola 15 Calci di Rigore

1. Quando un giocatore, nella propria area di rigore, commette uno dei falli sanzionabili con un calcio di punizione diretto, alla squadra avversaria sarà accordato **un calcio di rigore**.
2. **I calci di rigore devono essere battuti dal punto del calcio di rigore.**
3. Colui che batte il calcio di rigore deve calciare il pallone in avanti e non potrà giocarlo una seconda volta fino a quando lo stesso non sarà stato giocato o toccato da un altro calciatore.
4. Il pallone sarà considerato in gioco quando è calciato in avanti e si muove.
5. Se il calcio di rigore è concesso allo scadere di uno dei tempi regolamentari o supplementari, la gara deve essere prolungata per la sola esecuzione di detto calcio di rigore.
6. La rete sarà considerata valida anche se il pallone tocca uno o entrambi i pali della porta, oppure la sbarra trasversale o il portiere o una combinazione di uno o più dei suddetti elementi, purché non sia stata commessa alcuna infrazione.
7. Prima dell'esecuzione, tutti i calciatori, ad eccezione del calciatore che batte il calcio di rigore e del portiere della squadra che lo subisce, devono stare all'interno del rettangolo di gioco ma fuori dell'area di rigore, ad una distanza di almeno 5 metri dal punto del calcio di rigore.
8. Il portiere difendente deve trovarsi sulla propria linea di porta, tra i pali della stessa e senza muovere i piedi fino a quando il pallone non è calciato.
9. Con un calcio di rigore si può segnare direttamente una rete.
10. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa da un calciatore della squadra difendente, il calcio di rigore, se la rete non è stata segnata, deve essere ripetuto;
11. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa da un calciatore della squadra attaccante, diverso da quello che ha calciato il pallone,
 - se la rete è stata segnata, questa sarà annullata ed il calcio di rigore ripetuto;
 - se la rete non è stata segnata, l'arbitro riprenderà il gioco con un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria;
12. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa dal calciatore che ha battuto il calcio di rigore ed il fallo è stato commesso con il pallone in gioco, la squadra avversaria batterà un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è stato commesso il fallo.
13. Se l'arbitro emette il fischio per l'esecuzione del calcio di rigore e, prima che il pallone sia in gioco, il calciatore incaricato del calcio di rigore infrange le Regole del Gioco, l'arbitro permette ugualmente l'esecuzione del tiro.
 - se il pallone entra in porta, il calcio di rigore dovrà essere ripetuto;
 - se il pallone non entra in porta, l'arbitro interrompe il gioco e lo riprende con un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria dal punto in cui l'infrazione è avvenuta.

Regola 16 Rimessa dalla linea laterale

1. Quando il pallone oltrepassa interamente, sia a terra sia in aria, una linea laterale, deve essere rimesso in gioco, verso l'interno del terreno di gioco, in una qualsiasi direzione, da un calciatore della squadra opposta a quella del calciatore che lo ha toccato per ultimo.

2. Una rete **non può** essere segnata direttamente su fallo laterale. In tal caso verrà assegnata una rimessa dal fondo
3. **I falli laterali si battono con i piedi.**
4. Dal momento in cui il giocatore che batte il fallo è pervenuto in possesso del pallone, **deve porlo immediatamente sulla linea laterale** nel punto in cui il pallone è uscito dal terreno di gioco.
5. Il pallone deve essere fermo.
6. Il calciatore che esegue la rimessa dalla linea laterale deve avere una parte di ciascun piede o sulla linea laterale o sul campo per destinazione.
7. I giocatori della squadra difendente devono porsi **immediatamente** ad una **distanza di m.5** dal pallone. L'arbitro è incaricato di far osservare la distanza se a suo giudizio esso ostacola la ripresa del gioco..
8. Se i giocatori della squadra difendente non si pongono alla distanza prescritta e l'arbitro, anche su segnalazione della squadra che batte il fallo laterale, impone il rispetto della distanza, nessuna autorizzazione successiva dovrà essere concessa per la ripresa del gioco.
9. Il fallo laterale deve essere battuto entro 4 secondi dal momento in cui il pallone è sulla linea di battuta e gli avversari sono alla prescritta distanza e il calciatore incaricato è nella possibilità di effettuare la rimessa.
10. Il pallone è in gioco quando è stato toccato e si è mosso all'interno del rettangolo di gioco.
11. In caso di infrazioni:
 - a) Se la rimessa dalla linea laterale non è stata effettuata regolarmente, questa deve essere ripetuta da un calciatore della squadra avversaria.
 - b) Se la rimessa laterale è effettuata da un punto diverso da quello in cui il pallone ha oltrepassato la linea, la rimessa deve essere ripetuta da un calciatore della squadra avversaria.
 - c) Se la rimessa laterale non è stata effettuata nei 4 secondi dal momento in cui il calciatore che la deve effettuare è in condizioni di eseguirla regolarmente, questa sarà effettuata da un calciatore della squadra avversaria.
 - d) Se il calciatore che ha effettuato la rimessa dalla linea laterale gioca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, deve essere accordato un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria, dal punto in cui è stata commessa l'infrazione. Se questa è avvenuta all'interno della propria area di rigore, il calcio di punizione indiretto sarà battuto dalla linea dei 6 metri dal punto più vicino a quello dove è avvenuta l'infrazione.
 - h) Se i giocatori della squadra difendente non si pongono alla distanza prescritta, dovranno essere ammoniti.

Regola 17 Rimessa dal fondo

1. La rimessa dal fondo è il modo di riprendere il gioco quando il pallone, toccato per ultimo da un calciatore della squadra attaccante, oltrepassa interamente la linea di porta, sia in terra sia in aria, al di fuori del tratto compreso tra i pali.
2. Una rete **non può** essere segnata direttamente su rimessa dal fondo.
3. La rimessa dal fondo può essere effettuata **solo dal portiere e solo con le mani.**
4. Tutti i **giocatori avversari** devono trovarsi **fuori dall'area di rigore.**
5. Il pallone sarà in gioco quando sarà uscito completamente fuori dall'area di rigore
6. Dopo la rimessa del portiere, nessun giocatore può dunque toccare la palla prima che sia uscita dall'area di rigore.
7. In caso di inosservanza delle predette norme, **la rimessa va ripetuta.**
8. Se, dopo che il pallone è in gioco, il portiere tocca il pallone una seconda volta, prima che sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, è concesso un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che ciò sia avvenuto nell'area di rigore, nel qual caso il calcio di punizione indiretto sarà battuto dalla linea dell'area di rigore, dal punto più vicino a quello in cui è stato commesso il fallo

9. La rimessa va effettuata **entro 4 secondi** dal momento in cui il portiere è venuto in possesso del pallone.
10. In caso di irregolarità, sarà accordata una punizione indiretta alla squadra avversaria, dal punto in cui è stato commesso il fallo, o, se in area di rigore, dalla linea dei sei metri.

Regola 18 Calcio d'Angolo

1. Quando il pallone, toccato per ultimo da un calciatore della squadra difendente, oltrepassa interamente la linea di porta, sia in terra sia in aria, al di fuori del tratto compreso tra i pali, un calciatore della squadra attaccante batterà un calcio d'angolo.
2. Una rete **può** essere segnata direttamente su calcio d'angolo
3. **I calci d'angolo si battono con i piedi**, e si effettuano dal punto di intersezione della linea di fondo con la linea laterale, dalla parte del campo in cui il pallone è uscito dal terreno di gioco.
4. I **giocatori della squadra difendente** devono porsi ad una **distanza di 5 metri dal pallone**, e non possono avvicinarsi fino a quando questo non è in gioco. In caso di inosservanza della distanza, il calcio d'angolo sarà ribattuto.
5. Se i giocatori della squadra difendente non si pongono alla distanza prescritta e l'arbitro, anche su segnalazione della squadra che batte il fallo laterale, impone il rispetto della distanza, nessuna autorizzazione successiva dovrà essere concessa per la ripresa del gioco.
6. I calci d'angolo devono essere effettuati **entro 4 secondi** dal momento in cui il pallone è stato posto sul punto di battuta o, a seguito della richiesta all'arbitro della verifica della distanza, **entro 4 secondi** dal momento in cui l'arbitro ha **autorizzato** la ripresa del gioco.
7. In caso di inosservanza del termine stabilito, sarà accordato un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.
8. Il calciatore che ha battuto il calcio d'angolo non può giocare una seconda volta il pallone fino a quando lo stesso non sia stato toccato o giocato da un altro calciatore. In caso di inosservanza, sarà assegnato un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.



Calcio a 7 Regole del Gioco

CALCIO A 7 REGOLE DEL GIOCO

N.B. Non esiste un regolamento ufficiale FIGC del calcio a 7. Il presente regolamento si basa sull'esperienza e la prassi di questi anni. Sono state apportate le innovazioni necessarie allo svolgimento della nostra attività ufficiale.

Regola 1 Il Terreno di Gioco

1. L'AICS non prescrive misure tassative per il **terreno di gioco**, che potrà avere diverse dimensioni, anche se consiglia che i terreni di gioco rientrino nelle seguenti dimensioni minime e massime:
 - **Lunghezza:** minima metri 45; massima metri 70;
 - **Larghezza:** minima metri 30; massima metri 40;
2. In caso di misure inferiori, l'AICS si riserva di non consentire la disputa delle gare.
3. In ogni caso la lunghezza deve essere maggiore della larghezza.
4. Il rettangolo di gioco è segnato con linee. Tali linee appartengono alle aree da esse delimitate. Le due linee di delimitazione più lunghe sono denominate "linee laterali". Quelle più corte sono denominate "linee di porta".
5. Il rettangolo di gioco è diviso in due parti dalla "linea mediana". Nel centro della linea mediana è segnato un punto intorno al quale è tracciata una circonferenza con un raggio di m. 3.
6. Da entrambe le linee di porta, facendo centro in ciascun palo e con un raggio minimo di m. 9, sono tracciati, verso l'interno del rettangolo di giuoco, due quarti di circonferenza congiunti nella parte superiore da una retta, parallela alla linea di porta, lunga m. 5,00. Lo spazio racchiuso tra queste linee e quella di porta è denominato "**area di rigore**".
7. Le **porte** devono avere le seguenti dimensioni:
un'altezza dal terreno di **metri 2** (misurata dal bordo inferiore della traversa)
una lunghezza di metri 5 (misurata dall'interno dei pali).
8. Le porte possono essere portatili, ma devono essere fissate al suolo in modo sicuro. Le porte mobili non possono essere utilizzate se non rispondono a tali esigenze
9. Non esiste l'area di porta.
10. Il **disco del calcio di rigore** deve essere tracciato a **m.9** di distanza dalla linea di porta, perpendicolarmente al centro della porta stessa.

11. Il **fondo** del terreno di gioco può essere di **qualsiasi materiale**.
12. All'altezza del centrocampo, dalla parte delle panchine, è prevista una zona sostituzioni avente una lunghezza di m.6 (3 metri per ogni metà campo). Si consiglia di delimitare la zona sostituzioni tracciando delle linee perpendicolari alla linea laterale.
13. Su ogni angolo, verso l'interno del terreno di gioco, è preferibile tracciare un quarto di conferenza con un raggio di cm 25;

Regola 2 Il pallone

1. Si gioca con palloni del **n°4** (su terreni in sintetico), o del **n°5** (su terreni in erba o terra battuta).
2. Per ogni gara dovranno essere messi a disposizione **n° 2** palloni regolamentari dalla squadra di casa e uno dalla squadra ospitata.
3. In mancanza assoluta di palloni l'arbitro non dà inizio alla gara o non prosegue nella sua continuazione.

Regola 3 Numero dei Giocatori

1. Ogni squadra è composta da un massimo di **7 giocatori**, uno dei quali deve giocare obbligatoriamente da portiere.
2. La gara non può iniziare o non può proseguire se ogni squadra non è composta da **almeno 5** giocatori.
3. Ogni squadra può inoltre indicare nelle note di gara **un massimo di 5 giocatori sostituiti** (di riserva).
4. E' consentito indicare nelle note di gara giocatori non presenti al momento della chiama arbitrale. Anche i calciatori di riserva sono sottoposti all'autorità ed alla giurisdizione degli arbitri.
5. I calciatori non presenti al momento della chiama arbitrale, ma indicati sulla nota di gara, nel caso sopraggiungano, dovranno presentarsi all'arbitro durante un'interruzione del gioco. Soltanto dopo la loro identificazione potranno prendere parte alla gara
6. I calciatori espulsi dopo l'inizio della gara, non possono essere sostituiti da quelli di riserva.
7. Ogni squadra deve avere per tutta la durata della gara un **capitano**, che può svolgere le sue funzioni anche quando non prende parte al gioco.
8. L'arbitro deve assicurarsi che fino al termine della gara vi siano in gioco, o tra i giocatori sostituiti, i capitani, e che negli elenchi dei calciatori delle due squadre siano specificati oltre a quelli dei capitani, anche i nominativi dei calciatori che eventualmente li sostituiranno.
9. Le sostituzioni sono illimitate e volanti (cioè con il pallone che può anche essere in gioco).
10. Fa eccezione la sostituzione del portiere, che deve essere effettuata a gioco fermo e dopo aver richiesto e ottenuto il consenso dell'arbitro.
11. Il portiere può inoltre scambiare il proprio ruolo con quello di qualsiasi altro calciatore, in qualsiasi momento, a gioco fermo e dopo aver richiesto e ottenuto il consenso dell'arbitro.
12. Il giocatore che riveste il ruolo di portiere dovrà in ogni caso indossare una maglia, o una casacca, di colore diverso da quella degli altri giocatori
13. Un giocatore sostituito può di nuovo prendere parte alla gara, in qualsiasi momento e in qualsiasi ruolo.
14. **Per effettuare le sostituzioni si devono osservare le seguenti prescrizioni:**
 - a) Il giocatore sostituito deve uscire dal rettangolo di gioco nella propria "zona sostituzioni";
 - b) Il giocatore subentrante deve entrare sul rettangolo di gioco dalla stessa zona sostituzioni, e non può farlo prima che il giocatore sostituito sia uscito dal campo;
 - c) la sostituzione si concretizza quando il sostituito è entrato nel rettangolo di gioco. Da quel momento egli diventa un calciatore titolare ed il compagno sostituito cessa di esserlo;
15. Se durante l'effettuazione di una sostituzione, **il calciatore sostituito** entra sul rettangolo di gioco prima che ne sia completamente uscito il calciatore sostituito, l'arbitro, fatta salva l'applicazione dell'eventuale norma del vantaggio:
 - interromperà il gioco;
 - infliggerà l'ammonizione al calciatore sostituito, mostrandogli il cartellino giallo;

- gli ordinerà, se del caso, di uscire dal terreno di gioco per completare la procedura di sostituzione;
 - accorderà un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.
17. Se durante l'effettuazione di una sostituzione, il calciatore sostituito entra sul rettangolo di gioco da un punto che non sia quello della propria zona sostituzioni, o il giocatore sostituito esce dal terreno di gioco da un punto che non sia quello della propria zona sostituzioni, l'arbitro, fatta salva l'applicazione dell'eventuale norma del vantaggio:
- interromperà il gioco;
 - infliggerà l'ammonizione al calciatore inadempiente, mostrandogli il cartellino giallo;
 - gli ordinerà, di uscire dal terreno di gioco per completare la procedura di sostituzione;
 - accorderà un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.
18. In ogni caso, il calcio di punizione dovrà essere battuto nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'interruzione del gioco. Se il pallone però si trovava all'interno dell'area di rigore della squadra che ha commesso l'infrazione, il calcio di punizione indiretto a favore della squadra attaccante, sarà calciato da un punto della linea dell'area di rigore più vicino a quello in cui si trovava il pallone quando il gioco è stato interrotto.

Regola 4 Equipaggiamento dei Giocatori

1. L'equipaggiamento o l'abbigliamento dei calciatori non deve in alcun caso risultare pericoloso per sé o per gli altri giocatori.
2. E' vietato pertanto anche indossare anelli, orologi, braccialetti, orecchini e monili di qualsiasi genere. E' vietato usare nastro adesivo per coprire i monili, che devono essere pertanto rimossi. E' consentito l'uso degli occhiali.
3. Il suo equipaggiamento obbligatorio consiste in una maglietta numerata, pantaloncini o pantaloni lunghi, calzettoni, parastinchi e scarpe.
4. L'uso delle scarpe è obbligatorio. Le scarpe devono essere adatte al terreno di gioco. Non possono essere assolutamente indossate calzature con tacchetti metallici o al cui interno ci sia materiale metallico.
5. **L'uso dei parastinchi è obbligatorio.** Devono essere coperti interamente dai calzettoni ed essere di materiale adeguato.
6. .Eventuali infrazioni saranno sanzionate dall'arbitro con il divieto di partecipazione alla gara o con l'allontanamento del giocatore inadempiente, sino a che esso non abbia regolarizzato il suo abbigliamento o le sue calzature, o non abbia eliminato gli oggetti considerati pericolosi.
7. Non è necessario interrompere il gioco. Il calciatore non in regola sarà fatto uscire dal terreno di gioco alla prima interruzione dello stesso.
8. Se tuttavia dopo aver rilevato l'infrazione l'arbitro interrompe il gioco egli allontanerà il giocatore inadempiente affinché provveda a regolarizzare la sua posizione, e riprenderà il gioco accordando un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.
9. Il calciatore rientrerà sul terreno di gioco solo durante un'interruzione dello stesso e previo il consenso dell'arbitro, che accorderà dopo aver controllato la regolarità dell'equipaggiamento.
10. Eventuali infrazioni a quanto prescritto al comma precedente saranno sanzionate con l'ammonizione del calciatore inadempiente e la concessione di un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria, da battere dal punto in cui era il pallone quando il gioco è stato interrotto.
11. Ogni giocatore deve indossare una maglia numerata. La mancanza di numeri sulla maglia non può comunque pregiudicare la partecipazione di un giocatore alla gara se lo stesso sia distinguibile dagli altri giocatori della propria squadra.
12. Ogni giocatore della stessa squadra non può essere contraddistinto da un numero uguale a quello di un compagno di squadra. Il portiere deve indossare una maglia che consenta di distinguerlo facilmente dagli altri calciatori e dagli arbitri.

13. Ogni squadra deve indossare maglie di colori differenti. E' nei poteri dell'arbitro, quando due squadre si presentano in campo con divise di colore uguale o simile e, a suo giudizio, tale somiglianza viene a creare difficoltà all'assolvimento della sua funzione, ordinare la sostituzione delle maglie.
14. In caso di maglie di colore compatibile, spetta alla squadra di casa, o prima nominata, cambiarle.
15. Nel caso che essa non abbia altre maglie da gioco, i propri calciatori possono indossare casacche, purché di colore differente da quello delle maglie dell'altra squadra.
16. Se i colori delle divise di una delle due squadre, o delle casacche, sono confondibili con quelli della divisa arbitrale, e l'arbitro non dispone di altra divisa, spetta alla squadra ospitante o ai gestori dell'impianto, provvedere in modo tale da risolvere il problema.

Regola 5 L'Arbitro

1. Ogni gara è diretta da un arbitro, designato dal Comitato Provinciale AICS.
2. L'autorità e l'esercizio dei poteri che sono conferiti all'arbitro dalle Regole del Gioco, iniziano nel momento in cui giunge nel luogo dove è ubicato il campo di gioco e cessano quando se ne è allontanato definitivamente. Egli è comunque tenuto a menzionare nel proprio rapporto qualsiasi infrazione verificatasi anche lontano dal terreno di gioco o dalla sede della gara.
3. Il suo potere di infliggere punizioni si estende alle infrazioni commesse durante le interruzioni del gioco ed anche quando il pallone avrà cessato di essere in gioco.
4. Nell'esercizio della sua autorità l'arbitro deve:
 - a. vigilare sul rispetto delle Regole del Gioco;
 - b. assicurare il controllo della gara, eventualmente in collaborazione con il secondo arbitro;
 - c. assicurarsi che siano stati messi a disposizione i palloni prescritti dalla Regola 2;
 - d. assicurarsi che l'equipaggiamento dei giocatori rispetti i requisiti della Regola 4;
 - e. prendere nota dei fatti relativi al gioco avvenuti prima, durante e dopo la gara;
 - f. fungere da cronometrista ufficiale della gara;
 - g. lasciare proseguire il gioco quando la squadra che ha subito un fallo può avvantaggiarsene e punire il fallo inizialmente commesso se il vantaggio accordato non si è concretizzato. L'arbitro cioè deve astenersi dall'infliggere punizioni nei casi in cui ritiene che, facendolo, risulterebbe avvantaggiata la squadra che ha commesso l'infrazione, lasciando proseguire il gioco. Qualora il presunto vantaggio non si concretizzi nell'immediatezza (entro 2-3 secondi), e purché il pallone non abbia superato le linee perimetrali, l'arbitro fermerà il gioco e punirà il fallo iniziale ferma restando l'eventuale sanzione disciplinare.
 - h. punire il fallo più grave quando un calciatore commette simultaneamente più falli;
 - i. interrompere temporaneamente o anche definitivamente il gioco per qualsiasi infrazione alle Regole;
 - j. sospendere temporaneamente la gara, oppure decretarne la fine, oppure decretarne la continuazione pro forma, a sua discrezione, ogni qualvolta lo ritenga necessario per l'inclemenza degli elementi atmosferici, l'intrusione di spettatori od altre cause;
 - k. in particolare, l'arbitro deve astenersi dall'iniziare o far proseguire la gara qualora si verificano fatti o situazioni che, a suo giudizio, ritenga pregiudizievoli per la incolumità propria, per quella dei suoi assistenti o dei calciatori, tali che non gli consentano di dirigerla in piena indipendenza di giudizio. Prima di adottare tali eccezionali decisioni, l'arbitro, se le circostanze lo consentono, deve porre in essere tutte le misure disciplinari che sono in suo potere;
 - l. qualora le circostanze non lo consentano, o i provvedimenti assunti non conseguano il ripristino delle condizioni di normalità, l'arbitro deve sospendere definitivamente la gara o, a sua insindacabile giudizio, continuarne la direzione proforma, esclusivamente al fine di evitare il verificarsi di eventi di maggiore gravità. Tale seconda decisione potrà essere comunicata, se del caso, nel momento e nei modi più opportuni, agli assistenti dell'arbitro, e dovrà essere segnalata nel referto, precisando esaurientemente i motivi che la hanno determinata, nonché il minuto esatto in cui la gara è stata ritenuta non più regolata. La valutazione dei fatti ai fini del risultato della gara è demandata alla competenza degli Organi disciplinari.

- m. interrompere la gara se, a suo avviso, un calciatore è infortunato seriamente, e farlo trasportare al di fuori del terreno di giuoco;
- n. lasciare proseguire il gioco fino a quando il pallone cessa di essere in giuoco se, a suo avviso, un calciatore è solo lievemente infortunato;
- o. fare in modo che ogni calciatore che presenti una ferita sanguinante esca dal terreno di gioco. Il calciatore potrà rientrarvi solo su assenso dell'arbitro dopo che il medesimo si sarà assicurato che l'emorragia sia stata arrestata;
- p. adottare provvedimenti disciplinari nei confronti dei calciatori che hanno commesso un fallo passibile di ammonizione o di espulsione. L'arbitro non è tenuto ad intervenire immediatamente, ma deve farlo alla prima interruzione di gioco, salvo che il calciatore sia da espellere e partecipi attivamente all'azione. In tal caso, il gioco dovrà essere interrotto e ripreso, dopo aver assunto il provvedimento disciplinare, con una rimessa da parte dell'arbitro nel punto in cui si trovava il pallone al momento dell'interruzione;
- q. adottare provvedimenti nei confronti dei dirigenti di squadra che non tengono un comportamento responsabile e, a sua discrezione, allontanarli dal recinto di gioco;
- r. intervenire su segnalazione dell'eventuale secondo arbitro, per quanto concerne incidenti sfuggiti al suo controllo;
- s. fare in modo che nessuna persona non autorizzata entri nel terreno di gioco;
- t. dare il segnale di ripresa della gara dopo un'interruzione del gioco;
- u. redigere un rapporto sulla gara e inviarlo al Comitato Provinciale AICS. Con il rapporto dovranno essere comunicati i nominativi dei tesserati o espulsi e dei calciatori ammoniti, specificando se il fatto è avvenuto durante la gara, prima o al termine della stessa, e per i tesserati espulsi specificando dettagliatamente i motivi dei provvedimenti disciplinari assunti.

Le decisioni dell'arbitro su fatti relativi al gioco sono inappellabili.

L'arbitro può ritornare su una sua decisione soltanto se ritiene che la stessa sia errata o, a sua discrezione, a seguito della segnalazione dell'eventuale secondo arbitro, sempre che il gioco non sia stato ripreso e la gara non sia terminata.

Regola 6 Il secondo Arbitro

1. Quando per una gara è designato un secondo arbitro, esso si deve posizionare sul lato del terreno di gioco opposto a quello del primo arbitro.
2. Nel caso che la gara sia diretta da due arbitri, fermo restando che entrambi esercitano gli stessi poteri, a quello di essi descritto alla regola 5 spetterà il ruolo di cronometrista ufficiale, e sarà denominato **primo arbitro**.
3. Al primo arbitro, che agirà dal lato opposto delle panchine, compete pertanto in via esclusiva:
 - a) svolgere le funzioni di cronometrista
 - b) decidere eventuali recuperi
 - c) fischiare l'inizio e la fine dei due tempi regolamentari e degli eventuali tempi supplementari;
 - d) interrompere temporaneamente o definitivamente una gara per cause che ne impongano detta decisione;
 - e) effettuare i sorteggi che si rendono necessari nel corso della gara;
 - f) decidere se i palloni sono conformi a quanto prescritto dalla regola 2
 - g) decidere verso quale porta saranno calciati gli eventuali tiri di rigore e annotare la loro sequenza
4. Al secondo arbitro, quando presente, che agirà dal lato delle panchine, compete in via esclusiva:
 - a) controllare che le sostituzioni "volanti" avvengano regolarmente;
 - b) concedere e annotare gli eventuali time out concessi ai sensi della regola specifica;
 - c) fischiare l'interruzione della gara a seguito della concessione del time out. La ripresa della gara sarà invece fischiata dall'arbitro più vicino al punto da dove la gara riprende;
 - d) identificare gli eventuali calciatori ritardatari già presenti sull'elenco di gara;

- e) verificare l'avvenuta regolarizzazione dell'abbigliamento da parte del calciatore fatto uscire dal terreno di gioco per tali motivi, prima di autorizzarne il rientro;
5. In caso di discordanza tra i due arbitri su decisioni tecniche o disciplinari da assumere, avrà priorità la decisione assunta dal primo arbitro.

Appendice alla Regola 5 e 6: I Segnali dell'arbitro

Calcio di punizione diretto

L'arbitro tiene un braccio orizzontalmente puntando nella direzione in cui il calcio di punizione deve essere effettuato.

Calcio di punizione indiretto

L'arbitro solleva il braccio (col palmo della mano aperto e le dita giunte) e lo tiene in questa posizione fino a quando il pallone non è di nuovo in giuoco.

Calcio d'inizio

L'arbitro fischia e tiene un braccio orizzontale, puntando nella direzione in cui il calcio deve essere battuto.

Rimessa dalla linea laterale

L'arbitro tiene un braccio orizzontale puntando nella direzione in cui la rimessa laterale deve essere effettuata.

Vantaggio

L'arbitro tiene tutte e due le braccia stese orizzontalmente.

Ammonizione

L'arbitro tiene il braccio sollevato mentre mostra il cartellino giallo. L'arbitro si assicurerà che il calciatore in questione sia messo al corrente della sanzione.

Espulsione

L'arbitro tiene il braccio sollevato mentre mostra il cartellino rosso. L'arbitro si assicurerà che sia il calciatore in questione sia messo al corrente della sanzione.

Time-out

L'arbitro solleva entrambe le braccia all'altezza del torace mentre congiunge i due palmi della mano in un segnale "a forma di T".

Regola 7 Durata della gara

1. Ogni gara ha la durata di **due tempi di 25 minuti ciascuno**, con una frazione di intervallo.
2. Salvo caso eccezionali e a discrezionalità degli arbitri, **l'intervallo non può essere inferiore a 5 minuti né superiore a 10 minuti**.
3. Il gioco deve essere obbligatoriamente prolungato per consentire l'effettuazione di un calcio di rigore, sino a che esso non ha prodotto i suoi effetti.
4. Gli effetti si considerano prodotti quando è stata segnata una rete senza l'intervento di altri giocatori che non siano il portiere o il giocatore che ha calciato il rigore, quando la palla è rimbalzata sul terreno di gioco dopo avere colpito un palo o la traversa e senza terminare in rete, quando la palla è finita fuori dalle linee laterali o è stata parata dal portiere senza poi terminare in rete.
5. La durata dei tempi di gara può essere inoltre prolungata, a discrezione dell'arbitro, qualora egli ravveda che si sono verificate condizioni da indurlo al prolungamento. (A titolo puramente esemplificativo: sanzioni disciplinari, infortuni di gioco, interruzione prolungata del gioco per motivi diversi).
6. Ogni squadra ha a disposizione per ciascun tempo di gara **un minuto di "time out"**, a cui può rinunciare senza avere però il diritto di chiederne due nell'altro tempo di gara;
7. Non può essere richiesto il time out negli eventuali tempi supplementari;
8. Il time out deve essere richiesto al secondo arbitro o, in mancanza di questi, al primo arbitro, dall'allenatore, o, in mancanza di questi, dal capitano della squadra interessata;

9. Il time out può essere chiesto in qualsiasi momento ma può essere concesso solo a gioco fermo, quando la squadra che lo ha chiesto è in possesso del pallone;
10. Il time out **deve essere obbligatoriamente recuperato**;
11. Allo scopo, l'arbitro, fermerà il suo cronometro dal momento in cui fischia la concessione del time out al momento in cui fischia la ripresa del gioco.

Istruzioni Supplementari alla Regola 7. Tempi supplementari e calci di rigore.

1. Laddove il regolamento della competizione prevede che deve esserci una squadra vincente al termine di una gara terminata in parità, al termine dei tempi regolamentari si disputeranno due tempi supplementari, o si procederà con i calci di rigore, o si darà eventualmente luogo ad entrambi.
2. Per particolari manifestazioni, i regolamenti specifici delle stesse possono prevedere sistemi diversi per determinare la squadra vincente quando i tempi regolamentari o gli eventuali tempi supplementari terminano in parità, senza la disputa dei tempi supplementari o senza la disputa dei calci di rigore.
3. Se il regolamento della competizione prevede la disputa dei tempi supplementari, si disputeranno due tempi supplementari di **5 minuti** ciascuno. L'arbitro, al termine dei tempi regolamentari, effettuerà un nuovo sorteggio, dando inizio entro 5 minuti al gioco stesso. Nessun riposo dovrà essere accordato alla fine del primo tempo supplementare.
4. Se il regolamento della competizione prevede i calci di rigore al termine di una gara terminata in parità al termine dei tempi regolamentari, o di una gara terminata in parità anche dopo la disputa dei tempi supplementari, al termine del secondo tempo regolamentare o supplementare si procederà con i calci di rigore. Prima che essi siano effettuati, il primo arbitro dovrà osservare le seguenti modalità:
 - sceglie la porta verso la quale saranno battuti tutti i tiri di rigore;
 - procede con i capitani al sorteggio della squadra che deve eseguire il primo tiro di rigore; il sorteggio, per mezzo del lancio della moneta, determina la squadra che avrà facoltà di decidere se iniziare o meno la serie dei calci di rigore
 - annota per iscritto la sequenza di ciascun tiro in porta.
5. Ciascuna squadra esegue cinque tiri di rigore, osservando le seguenti modalità:
 - i calci di rigore devono essere battuti alternativamente da ciascuna squadra, da 5 diversi calciatori;
 - i nomi ed i numeri dei giocatori che battono i primi cinque tiri di rigore devono essere comunicati all'arbitro dai capitani delle rispettive squadre, prima dell'esecuzione dei tiri di rigore e debbono essere compresi nella lista dei 12 nominativi presentata all'inizio della gara; non ha importanza che essi abbiano finito la gara come titolari o come giocatori a disposizione. Tutti i calciatori infatti che alla fine della gara o dei tempi supplementari (se previsti) erano inseriti sulla nota di gara, non siano usciti dal recinto di gioco e siano utilizzabili, sono autorizzati a partecipare alla esecuzione dei tiri;
 - la squadra che termina una gara con un numero di calciatori utilizzabili maggiore rispetto alla squadra avversaria, è tenuta a ridurlo uguagliando il numero di quest'ultima
 - a tal fine, il capitano della squadra con il maggior numero di calciatori, prima dell'esecuzione dei tiri di rigore, comunicherà all'arbitro i nomi dei giocatori che saranno in ogni caso esclusi dall'esecuzione dei tiri di rigore;
 - se, prima che entrambe le squadre abbiano battuto cinque tiri, una delle due avrà segnato più reti di quante potrebbe segnarne l'altra qualora completasse la propria serie di cinque, l'esecuzione dei tiri deve cessare;
6. Al termine della serie di cinque calci di rigore, o nell'ipotesi di cui al punto precedente, la squadra che avrà segnato il maggior numero di reti, qualunque sia il numero di tiri eseguiti, risulterà vincitrice;
7. Se, dopo che entrambe le squadre avranno battuto cinque tiri, risulterà che hanno segnato un eguale numero di reti, o nessuna, si dovranno effettuare i calci di rigore "a oltranza"

8. Per effettuare i calci di rigore ad oltranza si devono osservare le seguenti modalità:
- l'esecuzione dei tiri deve continuare alternativamente e nello stesso ordine;
 - i calciatori che dovranno battere i tiri ad oltranza dovranno essere diversi da coloro che hanno calciato i primi cinque tiri utilizzando tutti i calciatori indicati nella distinta e presenti sul rettangolo di gioco (compresi i portieri);
 - esauriti questi, riprenderanno a tirare i calciatori che hanno battuto i primi cinque tiri di rigore, seguendo lo stesso precedente ordine;
 - l'esecuzione dei calci di rigore ad oltranza cesserà quando tutte e due le squadre avranno battuto eguale numero di tiri (non necessariamente cinque) ed una delle due avrà segnato una rete più dell'altra;

Nessun calciatore espulso potrà prendere parte all'effettuazione dei calci di rigore;

Tutti i calciatori aventi diritto possono in qualsiasi momento assumere il ruolo di portiere

Prima di dare inizio all'esecuzione dei tiri di rigore, l'arbitro deve assicurarsi che un uguale numero di calciatori che eseguiranno i tiri per ciascuna squadra si trovi all'interno del cerchio centrale, nella metà campo opposta a quella in cui vengono battuti i calci di rigore.

Regola 8 Calcio d'Inizio e Ripresa del Gioco

1. Il calcio d'inizio è un modo di cominciare la gara o riprendere il gioco:
 - all'inizio della gara;
 - dopo che una rete è stata segnata;
 - all'inizio del secondo tempo di gioco;
 - all'inizio di ciascun tempo supplementare.
2. Una rete può essere segnata direttamente su calcio d'inizio
3. All'inizio della gara, la scelta del terreno è stabilita con sorteggio. La squadra favorita dalla sorte sceglie la porta contro cui attaccherà nel primo periodo di gioco.
4. All'altra squadra sarà assegnato il calcio d'inizio della gara.
5. La squadra che ha scelto il terreno eseguirà il calcio d'inizio del secondo tempo.
6. All'inizio del secondo tempo di gara, le squadre invertono le rispettive metà del terreno ed attaccano in direzione della porta opposta.
7. Per battere il calcio di inizio, si devono osservare le seguenti procedure:
 - tutti i calciatori devono disporsi all'interno della propria metà del terreno di gioco;
 - i calciatori della squadra che non esegue il calcio d'inizio devono posizionarsi a non meno di m.3 dal pallone, fino a quando lo stesso non sia in gioco;
 - il pallone è posto a terra sul punto centrale del terreno di gioco;
 - l'arbitro emette il fischio che autorizza il calcio d'inizio;
 - il pallone è considerato in gioco dopo che è stato calciato e si è mosso in avanti;
 - l'esecutore del calcio d'inizio non può giocare una seconda volta il pallone prima che lo stesso sia stato toccato da un altro calciatore. Se l'esecutore del calcio d'inizio gioca il pallone una seconda volta prima che lo stesso sia stato toccato da un altro calciatore, alla squadra avversaria è accordato un calcio di punizione indiretto nel punto in cui l'infrazione è stata commessa.
8. Quando una squadra ha degnato una rete, spetta alla squadra che ha subito la stessa riprendere il gioco con un nuovo calcio d'inizio.
9. Per tutte le altre infrazioni nella procedura del calcio d'inizio, il calcio d'inizio deve essere ripetuto.
10. Dopo un'interruzione temporanea del gioco provocata da una causa non prevista nelle Regole di Gioco, la gara deve essere ripresa con una rimessa da parte dell'arbitro.
11. L'arbitro lascia cadere il pallone a terra nel punto dove si trovava al momento in cui il gioco è stato fermato. Il gioco riprende non appena il pallone tocca il terreno di gioco.
12. Se al momento della suddetta interruzione temporanea del gioco, il pallone si trovava nell'area di porta, la rimessa da parte dell'arbitro deve essere effettuata sulla linea dell'area di porta parallela

alla linea di porta, nel punto più vicino a quello in cui si trovava il pallone al momento dell'arresto del gioco.

13. La rimessa da parte dell'arbitro deve essere ripetuta se:
- il pallone è toccato da un calciatore prima di entrare in contatto con il terreno di gioco;
 - il pallone esce dal terreno di gioco, dopo essere rimbalzato sullo stesso, senza che nessun calciatore l'abbia toccato.

Regola 9 Pallone in gioco e non in gioco

1. Il pallone non è in gioco:
 - quando ha interamente oltrepassato, per terra e in aria, una linea laterale o una linea di porta; o le linee di fondo;
 - quando il gioco è stata interrotto dall'arbitro.
2. In caso di **copertura del terreno di gioco** con palloni pressostatici, reti o altro materiale, **se il pallone tocca tali coperture** in un punto all'interno del terreno di gioco, **esso non è più giocabile**.
3. Il gioco va pertanto interrotto e successivamente ripreso con un **fallo laterale** a favore della squadra avversaria a quella un cui giocatore ha toccato per ultimo il pallone.
4. Il fallo laterale va battuto in un punto della linea laterale perpendicolare al punto dove il pallone ha toccato la copertura.
5. Il pallone è in gioco in ogni altro momento, dall'inizio alla fine della gara, compresi i casi seguenti:
 - quando rimbalza nel terreno di gioco dopo aver colpito un palo o la sbarra trasversale della porta o l'asta di una bandierina d'angolo;
 - quando rimbalza nel terreno di gioco dopo avere colpito l'arbitro o un assistente dell'arbitro che si trovi all'interno del terreno stesso;
 - nel caso di una presunta infrazione alle Regole del Gioco, fino a quando l'arbitro non sia intervenuto in merito.
6. L'arbitro deve fischiare per segnalare l'interruzione o la ripresa del gioco nei seguenti casi:
 - Calcio d'inizio;
 - Ripresa del gioco dopo la segnatura di una rete;
 - Sanzioni tecniche e/o disciplinari;
 - Convalida di una rete;
 - Fine dei tempi di gara;
 - Effettuazione di un calcio di rigore
 - Effettuazione di un tiro libero
 - Interruzione del gioco per altre cause previste dal regolamento;
7. L'arbitro non deve fischiare quando il pallone esce dal terreno di gioco, salvo che i giocatori non se ne avvedano e continuano a giocare;
8. L'arbitro inoltre non deve fischiare nei seguenti casi, purché non intercorra molto tempo tra l'assegnazione della ripresa e la sua effettuazione (ad esempio per soccorrere un giocatore infortunato, per effettuare una sostituzione, per comminare un'ammonizione od un'espulsione, per verificare la distanza regolamentare):
 - Calcio d'angolo
 - Calcio di rinvio
 - Calcio di punizione
 - Rimessa da parte dell'arbitro
 - Rimessa dalle linee laterali

Regola 10 Segnatura di una rete

1. Salvo le eccezioni previste dalle Regole del Gioco, una rete risulta segnata quando il pallone ha interamente oltrepassato la linea di porta, tra i pali e sotto la sbarra trasversale, purché non sia stato lanciato, portato o colpito intenzionalmente con la mano o con il braccio da un calciatore della squadra attaccante.

2. La squadra che avrà segnato il maggiore numero di reti vincerà la gara.
3. Se non sarà stata segnata alcuna rete o se le squadre avranno segnato un eguale numero di reti, la gara risulterà conclusa in parità.
4. Per le partite che si concludono in parità, i regolamenti della manifestazione possono prevedere, per determinare la squadra vincente, la disputa dei tempi supplementari, o dei calci di rigore o di entrambi, secondo quanto stabilito dalla regola 7 e dalle sue istruzioni supplementari;

Regola 11 Falli e comportamento antisportivo

1. Per comportamento antisportivo si intende falli, atti, gesti od atteggiamenti contrari allo spirito del gioco o contro gli ufficiali di gara; per condotta violenta si intende falli, atti o gesti che arrecano o tendono ad arrecare a chicchessia un danno fisico o morale; per condotta gravemente sleale si intende falli che impediscano alla squadra avversaria di segnare una rete o la privano di un'evidente occasione da rete. Di conseguenza, i falli e le scorrettezze devono essere puniti come segue:

Calcio di punizione diretto:

2. Un calcio di punizione diretto è accordato alla squadra avversaria del calciatore che a giudizio dell'arbitro, commette per negligenza (cioè mancanza di un corretto autocontrollo nell'affrontare un avversario), imprudenza (cioè comportamento di noncuranza nel contrastare un avversario in azione di gioco, che non tiene conto del rischio e delle conseguenze per l'avversario), o vigoria sproporzionata (cioè impiego di eccessiva potenza fisica rispetto alla normale esigenza nel contrasto tra avversari, con il rischio considerevole di arrecare un danno fisico) uno dei **sei falli seguenti**:
 - dare o tentare di dare un calcio ad un avversario;
 - fare o tentare di fare uno sgambetto ad un avversario;
 - saltare su di un avversario;
 - caricare un avversario;
 - colpire o tentare di colpire un avversario;
 - spingere un avversario;
3. Un calcio di punizione diretto è parimenti accordato alla squadra avversaria del calciatore che commette uno dei quattro **falli seguenti**:
 - trattenere un avversario;
 - sputare contro un avversario;
 - toccare deliberatamente un avversario prima del pallone durante il tentativo di guadagnare il possesso di palla
 - giocare volontariamente il pallone con le mani (ad eccezione del portiere quando si trova nella propria area di rigore).
- calcio di punizione diretto è parimenti accordato alla squadra avversaria del calciatore che commette uno dei **tre**
4. Il calcio di punizione diretto va battuto dal punto in cui è stato commesso il fallo, salvo per quanto previsto dalle successive regole del gioco.
5. Se un calciatore della squadra difendente commette intenzionalmente, all'interno della propria area di rigore, uno dei suddetti dieci falli, deve essere punito con un calcio di rigore, indipendentemente dalla posizione del pallone, se lo stesso è in gioco.

Calcio di punizione indiretto:

6. Un calcio di punizione indiretto è accordato alla squadra avversaria del calciatore che a giudizio dell'arbitro, commette una delle seguenti infrazioni:
 - gioca in modo pericoloso;
 - impedisce intenzionalmente la progressione di un avversario senza che il pallone sia giocato (gioco di ostruzione)
 - ostacola il portiere nell'atto di liberarsi del pallone che ha tra le mani;
 - commette una qualsiasi altra infrazione che il presente regolamento punisce con un calcio di punizione indiretto;

- commette qualsiasi altra infrazione, non precedentemente menzionata nella Regola 11, per la quale il gioco viene interrotto per ammonire o espellere un calciatore;
7. Un calcio di punizione indiretto è accordato inoltre alla squadra avversaria del calciatore che, giocando da portiere, a giudizio dell'arbitro, commette una delle seguenti infrazioni:
- tocca o controlla il pallone con le mani nella propria area di rigore dopo che questo gli è stato volontariamente passato da un compagno di squadra con i piedi;
 - tocca o controlla il pallone con le mani nella propria area di rigore dopo che questo gli è stato passato direttamente su una rimessa in gioco effettuata da un compagno di squadra;
 - tocca nuovamente il pallone con le mani, dopo essersene spossessato, prima che lo stesso sia stato toccato da un altro calciatore;
 - tocca o controlla il pallone con le mani nella propria area di rigore per più di sei secondi; .
9. Il portiere sarà considerato in possesso del pallone se lo avrà toccato con una qualsiasi parte delle mani o delle braccia. È ugualmente considerato in possesso del pallone nel momento in cui lo fa rimbalzare intenzionalmente sulle mani o sulle braccia. Non è da considerarsi invece in possesso del pallone quando, a giudizio dell'arbitro, il pallone rimbalza accidentalmente sul portiere. Non è da considerare spossessarsi del pallone quando il portiere lo fa rimbalzare prima di calciarlo. In generale, lasciare il pallone dalle mani e calciarlo sono considerate un'unica azione e pertanto non è consentito ad un avversario del portiere impedire che egli lanci il pallone con le mani.
10. Il calcio di punizione indiretto deve essere battuto nel punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che questa non sia stata commessa all'interno della propria area di rigore. In questo caso il calcio di punizione dovrà essere battuto da un punto della linea dell'area di rigore che sia il più vicino possibile a quello dove è stata commessa l'infrazione;
11. Un calciatore sarà **ammonito**, mostrandogli il cartellino giallo, quando commette una delle seguenti infrazioni:
- si rende colpevole di un comportamento antisportivo;
 - manifesta la propria disapprovazione con parole o gesti;
 - trasgredisce ripetutamente le regole del gioco;
 - ritarda la ripresa del gioco;
 - non rispetta la distanza prescritta nei calci d'angolo, nei calci di punizione e nelle rimesse laterali;
 - entra o rientra nel terreno di gioco senza il preventivo assenso dell'arbitro (tranne nel caso delle sostituzioni volanti)
 - effettua una sostituzione "volante", entrando nel rettangolo di gioco prima che il compagno sostituito ne sia uscito oppure entra o esce da una parte diversa dalla "zona delle sostituzioni"
 - abbandona deliberatamente il rettangolo di gioco senza il preventivo assenso dell'arbitro;
13. Un calciatore sarà inoltre ammonito quando:
- interrompe deliberatamente con un fallo di mano un'azione importante;
 - interrompe deliberatamente con un fallo di gioco un'azione promettente;
 - si toglie la maglia dopo aver segnato una rete
13. Un calciatore di riserva, o sostituito, sarà **ammonito**, mostrandogli il cartellino giallo, quando commette uno dei **tre falli** seguenti:
- è colpevole di un comportamento antisportivo
 - manifesta disapprovazione con parole o gesti verso una decisione dell'arbitro
 - ritarda la ripresa del gioco
- 15) Un calciatore, sarà espulso dal terreno di gioco, mostrandogli il cartellino rosso, quando commette uno dei **falli seguenti**:
- si rende colpevole di un grave fallo di gioco;
 - si rende colpevole di condotta violenta;
 - sputa contro un avversario o qualsiasi altra persona;

- impedisce alla squadra avversaria di segnare una rete o la priva di una chiara occasione da rete, toccando volontariamente il pallone con le mani (ciò non si applica al portiere dentro la propria area di rigore);
 - impedisce una chiara occasione da rete ad un calciatore che si dirige verso la porta avversaria commettendo su di lui un fallo punibile con un calcio di punizione o di rigore;
 - usa un linguaggio o fa dei gesti offensivi, ingiuriosi o minacciosi;
 - riceve una seconda ammonizione nel corso della stessa gara.
16. Un calciatore, se espulso, deve abbandonare il recinto di gioco
 17. Il cartellino giallo per le ammonizioni e il cartellino rosso per le espulsioni dovrà essere mostrato solo ai calciatori e ai calciatori di riserva.
 18. L'arbitro ha l'autorità di comminare sanzioni disciplinari, dal momento in cui fa il suo ingresso nel terreno di giuoco a quello in cui lo abbandona dopo il fischio finale.
 19. Egli pertanto è autorizzato, se è ancora sul terreno di gioco, a mostrare il cartellino giallo o rosso anche dopo il fischio finale, e ciò risulta più efficace rispetto alla pratica precedente che si limitava a riportare gli eventuali incidenti avvenuti sul rapporto di gara.
 20. Il "tackle" che mette in pericolo l'incolumità fisica dell'avversario, è vietato ed è punito con l'espulsione e con un calcio di punizione diretto.

Regola 12 Calci di Punizione

1. I calci di punizione sono distinti in:
 - "Diretti" (per mezzo dei quali può essere segnata direttamente una rete contro la squadra che ha commesso il fallo);
 - "Indiretti" (per mezzo dei quali una rete non può essere segnata se il pallone, prima di oltrepassare la linea di porta, non sia stato toccato o giocato da un calciatore diverso da quello che ha battuto la punizione).
2. Per differenziare un calcio di punizione indiretto da uno diretto, l'arbitro, quando accorda un calcio di punizione indiretto, deve segnalarlo alzando un braccio portando la mano al di sopra della testa. Egli manterrà il braccio in tale posizione fino a che il pallone sia stato giocato o toccato da un altro calciatore o abbia cessato di essere in giuoco.
3. Con lo stesso fischio, nello stesso istante in cui è accordato un calcio di punizione, l'arbitro ne autorizza senz'altro l'esecuzione, salvo quando il gioco rimanga interrotto per un periodo di tempo superiore al normale (per esempio per comminare un'ammonizione o un'espulsione), o quando il calciatore che deve calciare la punizione richiama l'intervento dell'arbitro per fare in modo che gli avversari rispettino la **prescritta distanza di metri 7**. In questi casi un calcio di punizione battuto prima del secondo fischio non deve essere considerato regolare e pertanto deve essere ripetuto.
4. Il calcio di punizione può essere battuto in qualsiasi direzione.
5. Nella esecuzione di un calcio di punizione, diretto od indiretto, il pallone deve essere fermo e collocato sul punto previsto dalla norma regolamentare. Il calcio di punizione, battuto con il pallone in movimento o collocato in un punto diverso da quello previsto dalla norma regolamentare, non deve essere considerato regolare e pertanto deve essere ripetuto.
6. Il calciatore che lo ha calciato non potrà giocarlo una seconda volta fino a quando il pallone stesso non sia stato toccato o giocato da un altro calciatore.
7. Se il calciatore che ha battuto il calcio di punizione tocca una seconda volta il pallone prima che questo sia giocato da un altro calciatore, deve essere concesso, a favore della squadra avversaria, un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, a meno che quest'ultima non sia stata commessa da un calciatore all'interno dell'area di porta avversaria, nel qual caso il calcio di punizione sarà battuto da un punto qualsiasi dell'area di porta.
8. I calciatori che non si dispongono a distanza regolamentare dal pallone quando è battuto un calcio di punizione devono essere ammoniti e, nel caso di recidiva, espulsi. Agli arbitri è richiesto in particolare di considerare condotta scorretta ogni tentativo di ritardare l'esecuzione di un calcio di punizione, anche avanzando per ridurre la distanza regolamentare.

9. Un calciatore che batte un calcio di punizione, diretto od indiretto, può rinunciare, se lo ritiene opportuno, al rispetto da parte degli avversari della distanza prescritta dalla Regola.
10. Quando un calciatore batte un calcio di punizione diretto o indiretto dall'interno della propria area di rigore, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza non inferiore a m. 7 dal pallone e rimanere al di fuori dell'area di rigore fino a quando il pallone non sia stato calciato al di fuori della stessa.
11. Il pallone sarà in gioco dal momento in cui è stato toccato, si è mosso ed è uscito dall'area di rigore verso il terreno di gioco.
12. Se un calciatore della squadra avversaria entra nell'area di rigore o si avvicina a meno di m. 7 dal pallone, secondo i casi e comunque prima che il calcio di punizione sia stato battuto, l'arbitro dovrà ritardarne l'esecuzione fino a quando non sia rispettata la Regola.
13. Il portiere non potrà ricevere il pallone fra le mani al fine di rilanciarlo successivamente in gioco.
14. Se il pallone non è stato calciato direttamente in gioco, fuori dell'area di rigore, il calcio di punizione deve essere ripetuto.
15. Se un calciatore batte un calcio di punizione diretto o indiretto dall'esterno della propria area di rigore, tutti i calciatori della squadra avversaria devono trovarsi ad una distanza non inferiore a m. 7 dal pallone fino a quando questo non sia in giuoco, salvo che si dispongano sulla propria linea di porta, fra i pali della stessa.
16. Il pallone sarà considerato in giuoco quando è calciato e si muove.
17. Salvo che non esistano altre prescrizioni nelle Regole riguardanti il punto dal quale deve essere battuto un calcio di punizione:
 - Ogni calcio di punizione accordato alla squadra difendente all'interno della propria area di rigore, può essere battuto da un punto qualsiasi della stessa area di rigore.
 - Ogni calcio di punizione indiretto accordato alla squadra attaccante, all'interno dell'area di rigore avversaria, deve essere battuto dalla linea dell'area di rigore parallela alla linea di porta, dal punto più vicino a quello dove il fallo è stato commesso.
18. Con un calcio di punizione diretto può essere segnata una rete solo contro la squadra che lo subisce.
19. Se nella esecuzione di un calcio di punizione (diretto od indiretto), battuto dall'esterno dell'area di rigore, un calciatore calcia il pallone direttamente nella propria porta, l'arbitro farà riprendere il giuoco con un calcio d'angolo.
20. Se nella esecuzione di un calcio di punizione indiretto il pallone è calciato direttamente nella porta avversaria, l'arbitro farà riprendere il giuoco con un calcio di rinvio.

Regola 13 Calci di Rigore

1. Quando un giocatore, nella propria area di rigore, commette uno dei dieci falli previsti tra quelli di cui ai punti 2 e 3 della regola 11, alla squadra avversaria sarà accordato **un calcio di rigore**.
2. **I calci di rigore devono essere battuti dal punto del calcio di rigore.**
3. Colui che batte il calcio di rigore deve calciare il pallone in avanti e non potrà giocarlo una seconda volta fino a quando lo stesso non sarà stato giocato o toccato da un altro calciatore.
4. Il pallone sarà considerato in giuoco quando è calciato in avanti e si muove.
5. Se il calcio di rigore è concesso allo scadere di uno dei tempi regolamentari o supplementari, la gara deve essere prolungata per la sola esecuzione di detto calcio di rigore.
6. La rete sarà considerata valida anche se il pallone tocca uno o entrambi i pali della porta, oppure la sbarra trasversale o il portiere o una combinazione di uno o più dei suddetti elementi, purché non sia stata commessa alcuna infrazione.
7. Prima dell'esecuzione, tutti i calciatori, ad eccezione del calciatore che batte il calcio di rigore e del portiere della squadra che lo subisce, devono stare all'interno del rettangolo di giuoco ma fuori dell'area di rigore, ad una distanza di almeno 7 metri dal punto del calcio di rigore.
8. Il portiere difendente deve trovarsi sulla propria linea di porta, tra i pali della stessa e senza muovere i piedi fino a quando il pallone non è calciato.
9. Con un calcio di rigore si può segnare direttamente una rete.

10. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa da un calciatore della squadra difendente, il calcio di rigore, se la rete non è stata segnata, deve essere ripetuto;
14. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa da un calciatore della squadra attaccante, diverso da quello che ha calciato il pallone,
 - se la rete è stata segnata, questa sarà annullata ed il calcio di rigore ripetuto;
 - se la rete non è stata segnata, l'arbitro riprenderà il gioco con un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria;
15. Per qualsiasi infrazione a questa Regola, se commessa dal calciatore che ha battuto il calcio di rigore ed il fallo è stato commesso con il pallone in gioco, la squadra avversaria batterà un calcio di punizione indiretto dal punto in cui è stato commesso il fallo.
16. Se l'arbitro emette il fischio per l'esecuzione del calcio di rigore e, prima che il pallone sia in gioco, il calciatore incaricato del calcio di rigore infrange le Regole del Giuoco, l'arbitro permette ugualmente l'esecuzione del tiro.
 - se il pallone entra in porta, il calcio di rigore dovrà essere ripetuto;
 - se il pallone non entra in porta, l'arbitro interrompe il giuoco e lo riprende con un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria.

Regola 14 Rimessa dalla linea laterale

1. Quando il pallone oltrepassa interamente, sia a terra sia in aria, una linea laterale, deve essere rimesso in gioco, verso l'interno del terreno di gioco, in una qualsiasi direzione, da un calciatore della squadra opposta a quella del calciatore che lo ha toccato per ultimo.
 2. Una rete **non può** essere segnata direttamente su fallo laterale
 3. **I falli laterali si battono con le mani.**
 4. Dal momento in cui il giocatore che batte il fallo è pervenuto in possesso del pallone, deve porlo immediatamente **sulla linea laterale** nel punto in cui il pallone è uscito dal terreno di gioco (linea di battuta).
 5. Il pallone deve essere fermo.
 6. Il calciatore che esegue la rimessa dalla linea laterale deve avere una parte di ciascun piede o sulla linea laterale o sul campo per destinazione.
 7. I giocatori della squadra difendente devono porsi **immediatamente** ad una **distanza di m.7** dal pallone. L'arbitro è incaricato di far osservare la distanza se a suo giudizio esso ostacola la ripresa del gioco.
 8. Se i giocatori della squadra difendente non si pongono alla distanza prescritta e l'arbitro, anche su segnalazione della squadra che batte il fallo laterale, impone il rispetto della distanza, nessuna autorizzazione successiva dovrà essere concessa per la ripresa del gioco.
 9. Il pallone è in gioco quando è stato toccato e si è mosso all'interno del rettangolo di gioco.
- In caso di infrazioni:
- a) Se la rimessa dalla linea laterale non è stata effettuata regolarmente, questa deve essere ripetuta da un calciatore della squadra avversaria.
 - b) Se la rimessa laterale è effettuata da un punto diverso da quello in cui il pallone ha oltrepassato la linea, la rimessa deve essere ripetuta da un calciatore della squadra avversaria.
 - 2) Se il calciatore che ha effettuato la rimessa dalla linea laterale gioca una seconda volta il pallone prima che questo sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, deve essere accordato un calcio di punizione indiretto a favore della squadra avversaria, dal punto in cui è stata commessa l'infrazione. Se questa è avvenuta all'interno della propria area di rigore, il calcio di punizione indiretto sarà battuto dalla linea dei 9 metri dal punto più vicino a quello dove è avvenuta l'infrazione.
 - d) Se i giocatori della squadra difendente non si pongono alla distanza prescritta, dovranno essere ammoniti.

Regola 15 Calci d'Angolo

Quando il pallone, toccato per ultimo da un calciatore della squadra difendente, oltrepassa interamente la linea di porta, sia in terra sia in aria, al di fuori del tratto compreso tra i pali, un calciatore della squadra attaccante batterà un calcio d'angolo.

Una rete può essere segnata direttamente su calcio d'angolo

I calci d'angolo si battono con i piedi, dal punto di intersezione della linea di fondo con la linea laterale, dalla parte del campo in cui il pallone è uscito dal terreno di gioco.

I giocatori della squadra difendente devono porsi ad una distanza di 7 metri dal pallone, e non possono avvicinarsi fino a quando questo non è in gioco. In caso di inosservanza della distanza, il calcio d'angolo sarà ribattuto.

L'arbitro farà osservare il rispetto della distanza, anche su richiesta della squadra offendentente.

Il calciatore che ha battuto il calcio d'angolo non può giocare una seconda volta il pallone fino a quando lo stesso non sia stato toccato o giocato da un altro calciatore. In caso di inosservanza, sarà assegnato un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria.

Regola 17 Rimessa dal fondo

1. La rimessa dal fondo è il modo di riprendere il gioco quando il pallone, toccato per ultimo da un calciatore della squadra attaccante, oltrepassa interamente la linea di porta, sia in terra sia in aria, al di fuori del tratto compreso tra i pali.
2. **Una rete non può essere segnata direttamente su rimessa dal fondo.**
3. La rimessa dal fondo può essere effettuata **solo dal portiere e solo con le mani.**
4. Tutti i **giocatori avversari** devono trovarsi **fuori dall'area di rigore.**
5. Il pallone sarà in gioco quando sarà uscito completamente fuori dall'area di rigore
6. Dopo la rimessa del portiere, nessun giocatore può dunque toccare la palla prima che sia uscita dall'area di rigore.
7. In caso di inosservanza delle predette norme, **la rimessa va ripetuta.**
8. Se, dopo che il pallone è in gioco, il portiere tocca il pallone una seconda volta, prima che sia stato toccato o giocato da un altro calciatore, è concesso un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria dal punto in cui è stata commessa l'infrazione, salvo che ciò sia avvenuto nell'area di rigore, nel qual caso il calcio di punizione indiretto sarà battuto dalla linea dell'area di rigore, dal punto più vicino a quello in cui è stato commesso il fallo
9. La rimessa va effettuata **entro 6 secondi** dal momento in cui il portiere è venuto in possesso del pallone.
10. In caso di irregolarità, sarà accordata una punizione indiretta alla squadra avversaria, dal punto in cui è stato commesso il fallo, o, se in area di rigore, dalla linea dei nove metri.