



Belangrijkste spelregels in het zaalvoetbal van SZC datum 19-09-2026

1. De aftrap:

De bal moet stilliggen en mag in alle richtingen worden gespeeld.

Een doelpunt mag vanaf de aftrap rechtstreeks in het doel van het andere team worden gescoord.

2. De doelworp:

De keeper mag de bal zowel bovenhands als onderhands uitgooien, van binnen de doelcirkel. De doelworp dient binnen 4 seconden genomen te worden, **anders wordt het een hoekschop voor de tegenstander. Zie ook punt 20.**

3. De intrap:

De bal moet stilliggen op de zijlijn. De speler die de bal intrapt staat met een voet buiten en mag met een voet binnen het speelveld staan. De bal moet op de lijn liggen en mag niet bewegen. Tegenstanders staan op minimaal 5 meter afstand. Er mag geen doelpunt rechtstreeks vanuit een intrap worden gescoord.

De intrap moet binnen 4 seconden worden genomen. Dit gaat in zodra de nemer de bal controleert en klaarlegt, of vanaf het moment dat de scheidsrechter aangeeft dat het spel hervat kan worden. Bij overschrijding van de tijdslimiet gaat de intrap naar de tegenstander.

4. De hoekschop:

De bal dient op de punt van de doellijn en de zijlijn stil te liggen.

5. De vrije schop:

De bal dient op de plaats van de overtreding stil te liggen. De scheidsrechter geeft aan of het een directe dan wel indirecte vrijeschop betreft.

6. De strafschoot:

Deze dient genomen te worden vanaf het 6-meter punt. De bal moet stilliggen en de aanloop moet ononderbroken zijn. De speler die de strafschoot neemt dient binnen de stippellijn (9-meter lijn) te blijven. Alle andere spelers dienen buiten de stippellijn te blijven, tot de strafschoot genomen is.

7. De afstand van de bal voor de tegenstander:

De afstand bij een intrap – hoekschop – vrijeschop dient minimaal vijf meter te zijn. Al deze spelhervattingen moeten binnen 4 seconden genomen worden.

8. Terugspelen op de doelverdediger:

Als de doelverdediger de bal in het spel brengt, mag de bal door zijn medespelers niet meer terug gespeeld worden op de doelverdediger.

Uitzonderingen: intrap, vrije trap of hoekschop, en als de tegenstander de bal aangeraakt heeft.

Als de doelverdediger op de helft van de tegenstander staat mag de doelverdediger meevoetballen maar als de doelverdediger weer op zijn eigen helft staat gelden bovenstaande regels weer.

Het toegestaan om een veldspeler als doelverdediger (vliegende keeper) in te zetten. Deze speler dient een afwijkend shirt of hesje te dragen. Voor deze (vliegende) keeper gelden dezelfde regels als voor de eigenlijke keeper.

9. Lichamelijk contact:

Het is niet toegestaan om de bal van achteren of tussen de benen weg te trappen of weg te spelen bij de tegenspeler. Iedere vorm van lichamelijk contact is niet toegestaan, behalve een correcte zuivere schouderduw. Ook is het niet toegestaan om met de armen de tegenstander het spelen van de bal te beperken of onmogelijk te maken.

Het maken van slidings is niet geoorloofd.

10. De speeltijd:

De speeltijd bestaat uit twee keer 25 minuten.

In het bekertoernooi dienen er bij een gelijke eindstand strafschoppen genomen te worden door elk team. Drie strafschoppen om en om. Is de stand daarna nog gelijk worden er om en om strafschoppen genomen tot er een winnaar is. Iedere speler mag maar één strafschop nemen totdat iedereen aan de beurt is geweest.

11. De teams:

Een wedstrijd wordt gespeeld door twee teams, elk met maximaal vijf spelers, van wie er één de doelverdediger moet zijn. Een wedstrijd mag niet worden hervat als een van beide teams minder dan drie spelers heeft. Hoewel een wedstrijd niet mag beginnen als één van beide teams uit minder dan drie spelers bestaat, wordt een minimumaantal van vier spelers, inclusief doelverdediger, vereist bij aanvang van een wedstrijd.

Als een wedstrijd moet worden gestaakt omdat een van de teams minder dan drie spelers kan opstellen heeft het betreffende team de wedstrijd reglementair verloren.

Alle veldspelers van een team dienen hetzelfde tenue te dragen, en de keeper een in kleur duidelijk afwijkend tenue. Bij gelijksoortig tenue moet de uitspelende ploeg met hesjes spelen. De teams mogen niet meer dan 11 spelers inzetten 5 spelers in het speelveld 6 spelers op de wisselbank.

12. De aanvoerder:

De aanvoerder van elk team is verplicht een aanvoerdersband te dragen, dit om duidelijk te maken met de communicatie van de scheidsrechter.

13. De scheidsrechter:

De beslissingen van de scheidsrechter zijn bindend. Deze scheidsrechters zijn erkende KNVB-scheidsrechters.

14. Het wedstrijdformulier:

Het formulier wordt aangeleverd met de namen van alle spelers vooraf ingevuld. De aanvoerder of coach van de teams kruisen aan welke spelers er daadwerkelijk meedoen. Als er een speler bij is die aangemeld is bij Twan Könings maar nog niet op het formulier staat moet de naam van die speler met de hand bijgeschreven worden. Duidelijk leesbaar!

Gele en rode kaarten worden door de scheidsrechter meteen ingevuld in de daarvoor bestemde vakjes op het formulier. De speler die een kaart ontvangen heeft is verplicht om zijn naam te

noemen zodat de scheidsrechter het juiste vakje kan invullen. De aanvoerder of coach kunnen dit ook doen. De wedstrijd wordt vervolgd nadat de naam van de betreffende speler is genoteerd.

15. Afmelden:

Iedere speler is verplicht tijdens de wedstrijd binnen het speelveld te blijven. Mocht een speler eerder het speelveld verlaten dient deze zich duidelijk af te melden bij de scheidsrechter.

16. Belediging, grof taalgebruik:

Grof taalgebruik en/of belediging van een mede- of tegenspeler of coach en of scheidsrechter wordt direct bestraft met de rode kaart.

17. De wissels:

Een speler die het speelveld betreedt dient te wachten tot zijn medespeler het speelveld verlaten heeft. De wissel dient plaats te vinden in de wissel zone, deze is herkenbaar aan de twee verticale zwarte lijnen aan de zijlijnen van het speelveld. Een wisselspeler die een intrap wilt nemen dient het eerst het speelveld geheel te betreden alvorens de intrap te nemen. Op de wisselbank mogen alleen de coach, verzorger en maximaal 6 wisselers plaats te nemen.

18. De straf tijd:

Als een speler de gele kaart door de scheidsrechter getoond krijgt dan moet de speler 2 minuten aan de kant plaats nemen. Als de tegenstander binnen deze 2 minuten een doelpunt maakt mag de gestrafte speler of een andere speler van het team terugkeren in het speelveld.

Bij een rode kaart dient de speler de zaal te verlaten, en het team 5 minuten met een speler minder de wedstrijd voortzetten. Als de tegenstander binnen deze 5 minuten een doelpunt maakt mag het gestrafte team een andere speler uit het team inzetten om te spelen.

Wanneer er twee spelers tegelijk een gele kaart getoond krijgen moeten deze twee spelers bij een doelpunt gewoon hun straf van twee minuten uitzitten omdat beide teams in ondertal zijn.

Mocht er een speler zijn die twee keer de gele kaart getoond krijgt dan is dit rood en dient de speler de zaal te verlaten en moet het team van de gestrafte speler 7 minuten met een speler minder verder spelen. Als er door de tegenstander gescoord wordt vervalt eerst de 2-minuten straf tijd en moet het team nog 5 minuten met een speler minder verder voetballen. Als wederom door de tegenstander gescoord wordt dan mag een andere speler van het team het speelveld weer betreden.

19. Overige:

De aanvoerder mag na de wedstrijd met de scheidsrechter praten over een beslissing van de scheidsrechter, maar hier wordt geen discussie over gemaakt.

De scheidsrechter zal proberen zijn beslissing duidelijk toe te lichten.

20. Tijdens de teamsvergadering is een en ander nog eens toegelicht:

Elk team heeft een aanvoerder. Deze noteert ook de gele kaarten op het wedstrijdformulier.

Van achteren aanvallen is een overtreding.

Bal van achter tussen de benen wegspelen is overtreding.

Schouderduw mag alleen op gelijke hoogte. Schouderduw in de lucht is een overtreding.

Keeper heeft 4 seconden. Bij overtreding volgt er een hoekschoot door de tegenpartij.

Terugspelen op de keeper mag uitsluitend van de andere helft of als de bal door de tegenstander wordt aangeraakt.

Alle slidings zijn verboden.

Vastpakken shirtje is een overtreding.

Bij een opstootje wordt spel stilgelegd. Beiden worden bestraft.