



FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO LEGA NAZIONALE DILETTANTI C.R. SICILIA

I° EVENTO PROMOZIONALE SPERIMENTALE WALKING FOOTBALL

“Passo lento, emozioni veloci”

Il Comitato Regionale Sicilia della Lega Nazionale Dilettanti, nell’ambito delle proprie azioni volte alla promozione dello sport come strumento di benessere, inclusione e partecipazione sociale, indice e organizza un evento promozionale sperimentale di “Walking Football” che si terrà nelle giornate di sabato 25 e domenica 26 ottobre, presso il Centro Sportivo New Garden Center, sito in Via Beato Angelico 100, 90145 Palermo e presso le altre sedi Provinciali che saranno comunicate dalle Delegazioni di competenza, le quali potranno organizzare iniziative simili anche entro la fine del mese di Novembre.

L’iniziativa propone una disciplina innovativa e accessibile, che unisce la passione per il calcio alla valorizzazione del movimento moderato e consapevole, attraverso la socializzazione e il sostegno ai valori fondanti della LND.

Di seguito si riportano il Regolamento e le Modalità di partecipazione all’iniziativa.

REGOLAMENTO

TERRENO DA GIOCO

1) Terreno di gioco:

1.1 - Il terreno di gioco predefinito per il Walking Football dev'essere di dimensioni minime di 16x32 metri (lunghezza e larghezza) fino ad un massimo di 30x45 metri.

1.2 - Il dischetto del centrocampo deve essere posizionato esattamente al centro del terreno di gioco e sarà utilizzato per l'inizio dei tempi di gioco e per riprendere la partita dopo l'assegnazione di una rete segnata.

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

1.4 - L'area di porta deve essere chiaramente indicata in entrambe le estremità del campo, con una circonferenza a semicerchio con raggio tra i quattro ed i sei metri.

1.5 - Il dischetto del rigore dev'essere posizionato in linea verticale rispetto al centro della porta, a metri 6 di distanza dalla linea di porta.

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

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

SQUADRE PARTECIPANTI

2) **Squadre:**

2.1 - Possono prendere parte all'evento tutte le società già affiliate alla F.I.G.C. - L.N.D. o le società che per l'occasione effettueranno l'affiliazione della propria società secondo quanto previsto dalle vigenti normative nell'ambito dell'attività amatoriale.

2.2 Il costo della partecipazione è fissato in **€100,00**. Al fine della ratifica dell'iscrizione, è necessario aver saldato tale cifra. Le società che non avranno ottemperato al pagamento verranno escluse dalla manifestazione.

2.3 - Ogni squadra per iniziare una partita, può schierare in campo un minimo di 4 giocatori, indipendentemente dal ruolo, fino ad un massimo di 6 giocatori, di cui 5 di movimento più un portiere.

2.4 - Ogni squadra può inserire in distinta un massimo di 12 giocatori di cui i 6 che siederanno in panchina, dovranno indossare una pettorina o un capo d'abbigliamento diverso dalla maglia di gioco.

2.5 - I dirigenti che andranno in panchina, dovranno tutti essere in distinta.

2.6 - Tutti i giocatori e dirigenti che sono in distinta, devono essere tesserati e riconoscibili con tessera e documenti di identità durante l'appello effettuato dal direttore di gara prima dell'inizio della partita. Le distinte saranno fornite dall'organizzazione.

CALCIATORI

3) **Categorie:**

3.1 - Possono partecipare tutti i calciatori che abbiano compiuto anagraficamente il cinquantesimo anno di età e tutte le calciatrici che abbiano compiuto il quarantesimo anno di età.

3.2 - Tutti gli atleti dovranno essere regolarmente tesserati per la stagione in corso. Per i calciatori in assenza di vincolo sarà possibile effettuare il tesseramento previsto per le attività amatoriali al costo di € 6,00, tale tesseramento sarà valido per la durata dell'evento.

3.3 Tutti partecipanti dovranno obbligatoriamente essere in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica in corso di validità.

3.4 - Se durante un incontro, per motivi disciplinari o di infortuni, il numero di giocatori dovesse scendere sotto 4 unità indipendentemente dal ruolo, la gara verrà sospesa e verrà assegnata la sconfitta con il risultato di 0 - 6.

3.5 - Ogni società può iscrivere più squadre ma i giocatori NON possono essere intercambiabili.

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

4) Equipaggiamento:

4.1 - L'equipaggiamento dei giocatori è costituito da: maglia, pantaloncini, calzettoni, scarpe, sotto maglie che devono essere di colore inerente alla maglia da gioco. L'utilizzo dei parastinchi è facoltativo.

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

5) Scarpe:

5.1 - Per l'incolumità fisica dei tesserati è consentito utilizzare solo scarpe idonee per l'attività in campi in erba artificiale.

5.2 - Sono vietate scarpe con tacchetti metallici.

5.3 - I giocatori devono inoltre astenersi dall'indossare oggetti potenzialmente pericolosi quali: orologi, bracciali, anelli, catene, orecchini. Sarà comunque discrezione del direttore di gara valutare la pericolosità degli oggetti indossati.

REGOLE DI GIOCO

6) INFRAZIONI:

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

6.2 • tutti i contatti fallosi;

6.3 • tutti i falli di mano;

6.4 • giocare il pallone da terra.

6.5 • colpire il pallone di testa

6.6 • giocare il pallone mentre ci si appoggia a terra con parti del corpo diverse dai piedi

6.7 • camminata irregolare (superamento della camminata consentita);

6.8 • sostituzioni di giocatori effettuate in modo non conforme al regolamento.

6.9 • il pallone che supera l'altezza massima consentita

7) INFRAZIONI CARTELLINO GIALLO

7.1 - Fallo di gioco scorretto

7.2 - Fallo di mano volontario

7.3 - Trattenuta (falli antisportivi)

7.4 - Corsa antisportiva verso un avversario lanciato a rete.

In questo caso se l'attaccante ha il vantaggio di gioco, l'arbitro lascerà proseguire l'azione e, al termine della quale sanzionerà con il cartellino giallo il difensore indipendentemente dall'esito dell'azione.

7.5 - Al secondo cartellino giallo, scatterà l'espulsione diretta del giocatore e non potrà più essere sostituito.

8) INFRAZIONI CARTELLINO ROSSO

8.1 - Ingiurie: ogni tipo di espressione blasfema verso giocatori o verso l'arbitro sarà punita con un'espulsione diretta del giocatore per tutto l'incontro, senza possibilità di sostituzione, cartellino rosso.

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

8.3 - Entrata in scivolata:

l'entrata in scivolata sull'avversario è sanzionata con espulsione diretta del giocatore per tutto l'incontro, senza possibilità di sostituzione, cartellino rosso.

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

8.5 - Solo il capitano ha facoltà di "parlare" in modo educato con l'arbitro.

9) SANZIONI

9.1 - Espulsioni:

Le espulsioni dirette verranno punite con l'inibizione del calciatore dalla partita successiva.

10) Altezza del pallone:

10.1 - Il pallone è considerato regolarmente giocabile solo se la sua traiettoria non supera l'altezza della testa del giocatore ricevente nel momento in cui tenta il controllo.

Questo criterio si applica anche alle rimesse in gioco del portiere.

10.2 - Ogni qualvolta il pallone supera l'altezza consentita, il gioco verrà interrotto e ci sarà una punizione nel punto più alto della parabola contro la squadra il cui giocatore ha toccato per ultimo il pallone.

10.3 - Non è considerata infrazione un tiro diretto verso la porta, pur superando tale altezza. Nell'eventualità che la palla entri in porta, il gol sarà considerato valido.

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

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

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

10.7 - Se la salita del pallone è causata da pali, traversa, dal portiere, ed esce dall'area di rigore rimanendo nel terreno di gioco, l'arbitro interromperà l'azione e restituirà il pallone al portiere, il quale potrà immediatamente riprendere il giuoco.

10.8 - Se la salita del pallone è causata da pali, traversa, dal portiere, ed esce dal terreno di gioco, si riprende con un calcio laterale o un calcio d'angolo a favore della squadra che ha calciato se la palla è stata respinta dal portiere, se la palla invece ha colpito palo o traversa, riprenderà il gioco la squadra difensiva.

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

11) Area di porta:

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

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

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

11.4 - Un giocatore dopo aver calciato il pallone da fuori area e lo slancio lo conduce dentro l'area non sarà sanzionato.

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

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

11.7 - Un attaccante che entri volontariamente nell'area di rigore avversaria sarà sanzionato con il cartellino giallo e calcio di punizione a tre metri dall'area.

12) Portiere:

12.1 - Il portiere può prendere in mano il pallone nel retro passaggio di un compagno.

12.2 - Nel caso un portiere segnasse una rete, questa sarà annullata ed il pallone verrà consegnato al portiere avversario. Il portiere non può calciare i calci di rigore ad eccezione della serie di rigori prevista nell'eventualità che una gara delle fasi finali dovesse finire con il risultato di parità.

12.3 - Dal momento in cui entra in possesso del pallone un portiere, ha sette secondi di tempo utile per far ripartire l'azione. Se in questo lasso di tempo il pallone non è uscito dall'area, l'arbitro decreterà un calcio di punizione a tre metri dall'area stessa in relazione al punto più vicino al portiere.

Il rilancio del portiere deve essere eseguito nel rispetto della regola per l'altezza del pallone, ossia con i piedi o con un movimento non superiore alla propria spalla.

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

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

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

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

13) Calci di rigore:

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

13.2 - Se il portiere durante un'azione avversaria, oltrepassa la linea della propria area ed esce dal proprio spazio difensivo, verrà decretato un calcio di rigore.

13.3 - Se il portiere esce dalla propria area mentre un suo compagno effettua un retro passaggio e lui si posiziona tra il proprio compagno ed un avversario sarà un calcio di rigore.

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

13.5 - Durante la battuta del calcio di rigore, "tutti i giocatori", dovranno disporsi formando una linea retta immaginaria, la quale nel punto più vicino al pallone dovrà essere ad una distanza minima di metri 3.

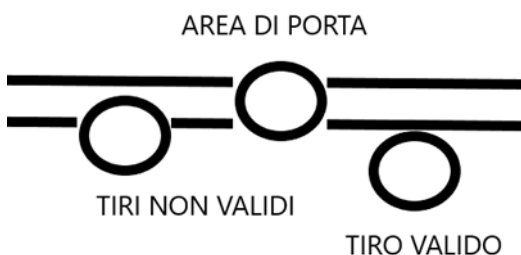
14) Rimesse laterali e calcio d'angolo:

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

14.2 - Durante una rimessa laterale o di un calcio d'angolo non occorre il fischio dell'arbitro per riprendere il gioco.

14.3 - Se la rimessa laterale viene eseguita in modo irregolare verrà assegnata alla squadra avversaria.

14.4 - il tiro sarà regolare se il pallone non avrà contatto con la linea dell'area di porta. Un minimo contatto del pallone sulla verticale della linea sarà considerato ingresso del pallone stesso in area e quindi non più calciabile se non dal portiere.



15) Punizioni:

15.1 - Tutti i calci di punizione sono indiretti, ed occorre attendere il fischio dell'arbitro.

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

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

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

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

16) Sostituzioni - Panchine

16.1 - Sostituzioni

Le sostituzioni sono libere e dovranno essere effettuate esclusivamente in prossimità della linea mediana (centrocampo).

16.2 - Panchine

I calciatori in panchina devono indossare una pettorina, che dovrà essere consegnata al compagno al momento della sostituzione.

17) Durata degli incontri

17.1 Gli incontri avranno la durata di un unico tempo da 30 minuti, non effettivi.

18) Classifica Gironi:

18.1 - Per determinare la classifica e la graduatoria, sarà utilizzato il seguente criterio:

- **vittoria 3 punti**
- **pareggio 1 punto**
- **sconfitta 0 punti**

18.2 - In caso di parità tra due squadre al termine dei gironi si terrà conto nell'ordine di:

- ***dei punti conseguiti negli incontri diretti fra tutte le squadre;***
- ***della differenza fra reti segnate e subite nei medesimi incontri;***
- ***della differenza fra reti segnate e subite nell'intero Girone;***
- ***del maggior numero di reti segnate nell'intero Girone;***
- ***del sorteggio***

19) Gare di Finali:

In caso di parità al termine della gara, al fine di determinare le vincenti, verranno calciati n° 3 tiri di rigore. In caso di ulteriore parità si procederà con i rigori ad oltranza.

REFERENTE WALKING FOOTBALL SICILIA

2025 - 2026

Antonio Rubino - ninorubino@gmail.com

Per informazioni

ninorubino@gmail.com

sicilia.segreteria@lnd.it