

Inbjudan till

# **IFK Uppsala Indoor Cup**

Lötens fotbollshall (tidigare Anders Diös-hallen),  
Uppsala

den 22-23 mars 2025

för flickor födda 2012, 2013, 2014 och 2015



IFK Uppsala arrangerar för 23:e året sin populära inomhusturnering för flicklag. Cupen heter IFK Uppsala Indoor Cup.

## Cupfakta

<b>Arrangör</b>	IFK Uppsala
<b>Datum</b>	22-23 mars 2025
<b>Klasser</b>	Flickor födda 2012, 2013, 2014 och 2015.  <u>Speldagar:</u> Flickor 2012, söndag 23 mars Flickor 2013, lördag 22 mars Flickor 2014, söndag 23 mars Flickor 2015, lördag 22 mars
<b>Spelform</b>	Gruppspel (minst tre matcher per lag). Varje lag spelar endast en dag. Gruppsegrare i klass F2012 och F2013 går vidare till slutspel i cupform. Inget slutspel för F2014 och F2015 enligt beslut av Svenska Fotbollförbundet.
<b>Priser</b>	Medaljer till samtliga deltagande spelare. Pokal till finallag i F2012 och F2013.
<b>Spelplats</b>	Lötens fotbollshall (tidigare Anders Diös-hallen), Uppsala. Modernt konstgräs, 40x26 meter, 7-mannamål.
<b>Regler</b>	Se nästa sida! (6 spelare på plan samtidigt, 5+målvakt).
<b>Tillstånd</b>	Beviljat av Upplands Fotbollförbund.
<b>Startavgift</b>	1 500 kr per lag.
<b>Anmälan</b>	Laget är anmält när: - anmälningsformuläret på <a href="http://www.ifkuppsala.se">www.ifkuppsala.se</a> fyllts i, <b>och</b> startavgiften betalats till IFK Uppsalas plusgirokonto 9 83 23-9. Max. två lag per förening och åldersgrupp. <b>Anmälan senast 31/1 2025</b>

- Spelprogram** Publiceras på [www.ifk uppsala.se](http://www.ifk uppsala.se) senast **vecka 10**.
- Övrigt** **Anmäl i god tid eftersom det är begränsat antal platser.**
- Upplysningar** [cup2025@ifk uppsala.se](mailto:cup2025@ifk uppsala.se)  
Anders Näslund 070-340 53 24  
Fredrik Jansson 070-148 23 55

## Tävlingsregler

Matchtiden är 1x15 minuter. Klockan stoppas endast vid längre avbrott (på tecken från domaren).

6 spelare samtidigt på plan (5+målvakt). Antal avbytare: max. 6. Vid ny match får nya spelare användas.

OBS! Dispens för högst två överåriga per lag (högst två år för gamla) kan beviljas efter motiverad ansökan.

Möjligheten att spela med överåriga spelare får inte utnyttjas för att förstärka laget. Syftet är i första hand att skapa möjlighet för föreningar med få spelare att delta, samt att erbjuda spel för överåriga som annars skulle sakna lag i sin åldersgrupp. Båda överåriga får inte vara på plan samtidigt.

Om det finns särskilda omständigheter kan mer långtgående dispens beviljas, utöver ovanstående.

Ansök i god tid före tävlingen om ditt lag vill ha dispens. Endast skriftlig ansökan till [cup2025@ifk uppsala.se](mailto:cup2025@ifk uppsala.se).

Förening som ställer upp med två lag i samma åldersgrupp får inte låta spelare representera mer än ett av dessa lag.

**I F2012- och F2013-klasserna går gruppsegrarna vidare till slutspel.**  
Vid oavgjort i slutspel avgör straffsparkläggning.

I finalmatch spelas dock först maximalt 10 minuters förlängning med Golden Goal.

Inga tabeller eller slutspel för F2014 och F2015.

# Spelregler

I princip tillämpas Svenska Fotbollförbundets regler för barn- och ungdomsfotboll i spelformen 7 mot 7, med vissa ändringar. (Observera dock att matcherna med hänsyn till spelytan spelas med sex spelare i varje lag.)

Notera följande:

- **Avspark:** Mål kan inte göras direkt på avspark.
- **Inspark** istället för inkast. Mål kan inte göras direkt på inspark.
- **Indirekt frispark:** Mål kan inte göras direkt på indirekt frispark.
- **Avsiktig passning till egen målvakt:** Målvakten **får inte** ta bollen med händerna.
- **Målvaktsutkast:** Retreatlinje tillämpas. Spelet sätts igång genom att målvakten rullar eller kastar ut bollen. Målvakten får även lägga ner bollen till sig själv och slå en passning med fötterna (gäller även när bollen gått död över kortlinjen). Målvakten får inte kasta eller sparka bollen direkt över halva plan när hon greppat bollen eller sedan den gått död över kortlinjen. Bestraffning: indirekt frispark från valfri plats på mittlinjen.
- **Om bollen spelas upp i taket** tilldöms det andra laget indirekt frispark på mittlinjen.
- **Avstånd vid inspark, frispark och hörnsparck:** 5 meter.
- **Flygande byten** tillämpas.
- **Utvisning** för lindrig förseelse är 5 minuter. Vid grov utvisning (och det har aldrig förekommit i turneringens historia) tillämpas matchstraff. Utvisad spelare får ersättas av en annan spelare. Grov utvisning innebär automatisk avstängning i lagets nästa match i cupen. Tävlingsstyrelsen kan besluta om ytterligare avstängning under tävlingen.