



Amerikansk fodbold  
Cheerleading  
Flag football  
www.daff.dk

## **U13 - One-page regler for 2026**

Ændringer for sæsonen 2026 er markeret i **GUL**

De gældende regler for amerikansk fodbold anvendes i DAFF **U13**-rækken. Dog med følgende undtagelser og tilføjelser. Det er kun en one-page og ved tvivl henvises til det komplette regelsæt.

### **Aldersklasse**

For 20**26** er det spillere fra årgang **2013-2013**.

### **Spilleregler og sikkerhed**

- Ingen scoreboard eller statistik over vundne/tabe kampe.
- **Der er ingen vægtgrænser på U13.**
- Der spilles med live interceptions og fumbles, hvis der spilles på fuld bane, med visse sikkerhedsforbehold. På halv bane er bolden død ved en turnover.
- Turnovers i forbindelse med snap, handoff eller pitch betragtes ikke som en turnover, men loss of down.
- Der spilles med soft punt, hvilket betyder ingen rush ved punts, og bolden må ikke returneres.
- Bolden spottes altid i midten mellem de to sidelinjer.

**Fuld bane:** Kampen og spil efter scoring starter på egen 25-yard linje. Et hold kan aldrig starte indenfor egen 25-yard linje.

**Halv bane:** Kampen og spil efter scoring starter på 35-yard linjen. Der kan ikke aldrig snappes udenfor 35-yard linjen.

- Trænere må være på banen for at coache, men opfordres til coaching fra sidelinjen.

### **Blokeringer, forsvar og blitz**

- Blokering under hoften er ikke tilladt, undtagen mod boldholderen.
- Forsvar må ikke have flere linjemænd end offense i tackleboksen.
- Blitz er tilladt, men ikke i A-gaps og kun fra min. 5 yards dybde. En træner kan altid veto dette, så blitz ikke er tilladt i en pågældende kamp.

### **Udvisning & karantæne**

- Dommere vurderer, om en udvist spiller, også skal udelukkes fra resten af stævnet.
- Unsportsmanlike conduct medfører en "talk" med træner og er udelukket til næste drive.