

Mikro - Regler for foråret 2024

Ændringer for sæsonen 2024 er markeret i **GULT**
Vægtklasser til rettelse (ikke rettet endnu) markeret med **GRØNT**



Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Aldersklasse

For mikro 2024 forår er det spillere fra årgangene: 2013-2014

De gældende regler for tackle football (i skrivende stund IFAF) anvendes i DAFFs Mikro tackle football. Dog med følgende undtagelser og tilføjelser.

Kampafvikling

Alle kampe afvikles i stævneformat. Stævnerne planlægges på det årlige planlægningsmøde. Alle klubber kan byde ind, som stævnearrangør.

Der spilles som udgangspunkt 8 mands football.

Stævneafvikling

Den arrangerende klub skal altid udpege en stævneleder.

De deltagende klubber skal bekræfte deres deltagelse til stævneleder seneste 10 dage før stævnet.

Senest 60 min. før start skal der afholdes et "stævnemøde" hvor stævnearrangør, dommere og trænere gennemgår dagens program, regler, spilletid mm.

Banen

Kampe kan spilles på halv bane, hvor der startes fra 35-yard linien. Spiller og trænerbokse følger samme regler som på en alm. IFAF-bane.

8-mandsbanen måler 80 yards (100 yards inkl. endzones) x 35 yards (9 yards ind fra hver side ift. alm. str. bane). Hashmarks bruges ikke.

Boldstørrelse

Der spilles med bolde af typen Wilson size K2 eller lignede. Kampbolden må gerne være composite.

Spilletid

Kampe á max 30 minutter. Klokken stopper IKKE ved eventuelle skader. Der spilles med løbende tid.

Spilletiden tilpasses de enkelte stævner efter antallet af baner og hold.

Stilling og score

Der føres ikke statistik over vundne og tabte kampe, og der må under kampene ikke føres scoreboard.



Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Vægtklasser (Mikro)

Ingen spillere over **45 kg** på Mikro må bære bolden over LOS (Line of Scrimmage).

Offense: Spillere på over **45 kg** må kun spille OL/ WR /QB.

Defense: Spillere over **50 kg** må KUN spille DL.

Spillere over **45 kg** må gerne gribe bolden over Line of Scrimmage, dog udelukkende fra en WR-position.

Spillere over **55 kg** skal have dispensation for at kunne deltage i Mikro rækken.

Ansvar for at vægtklasserne overholdes ligger hos den pågældende spillers head coach og klubformand. I tvivlstilfælde kan modstanderholdet efterfølgende rette henvendelse til DAFF. Der skal og må **IKKE** kontrolvejes spillere til stævnerne.

Dommere

Stævnearrangøren stiller med dommere.

Der dømmes med 4 mands crew – dog kan 3 mands crew tillades.

Minimum to dommere skal have licens og være over 18 år.

Dommerne skal være bekendt med reglerne for Mikro rækken.

Konsekvens for manglende dommer: Se selvdømmer

Dommerne skal være omklædt 60 min. før start til briefing (de skal deltage på stævnemødet).

Dommerne skal være iført fuld dommeruniform.

Trænere og holdledere

Hvert hold skal som minimum være repræsenteret af 2 myndige personer. En klub, der ikke stiller med et helt hold, skal stille med 1 myndig person, der er ansvarlig for klubbens deltagende spillere.

Alle trænere der befinder sig i et holds spillerboks, skal have gennemført DAFF E-læringskursus F-licens

Trænere skal være iført Teamwear (som minimum T-shirt/sweatshirt i klubfarver og med klubbens logo).

Trænere må gerne være på banen under kampen for at coache, **der skal under ingen omstændigheder diskuteres med dommerne.**

Medics

Stævnearrangøren har ansvaret for at der som minimum er en kvalificeret "medic" til stede under hele stævnet. Medic skal som minimum have et førstehjælpskursus og bære tøj, der nemt kan findes.

Omklædningsrum

Omklædningsrum etc. skal være åbne senest 1,5 time før kickoff for første kamp.

Udstyr



Alle spillere SKAL bære fuldt udstyr, jf. IFAF reglerne. Trænerne er ansvarlige for at sikre, at alle spillere bærer korrekt udstyr.

Straf for overtrædelse: 15 yards fra basic spot (som UNS) og udvisning fra den pågældende kamp (S23 og S47).

Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Spark (Specialteams)

Der spilles ikke med spark. Dvs. at regel 6 og regler relateret til spark ikke er gældende i Mikro.

Hvis et hold alligevel sparker bolden, straffes det i henhold til regelbogens regel 6-3-10-b (5 yards fra spottet for fejlen, ikke loss of down). Sparket får bolden til at dø.

Turnovers

Kommer det forsvarende hold i besiddelse af bolden ved at gribe et kast, der er kastet af det angribende hold (interception), skal bolden erklæres død, og tilhører det forsvarende hold.

Ved fumbles eller bagudrettede kast, der ender på jorden, erklæres bolden død, og tildeles:

- Det forsvarende hold ved fumbles/bagudrettede kast over line of scrimmage
- Det angribende hold ved fumbles/bagudrettede kast bag line of scrimmage

I begge tilfælde tildeles bolden på spottet for fumbler/det bagudrettede kast.

Spot efter turnover: Ved turnovers, hvor holdet har fået besiddelse af bolden inden for holdets egen 20-yardlinje, flyttes bolden ud til holdets egen 20-yardlinje. Ved turnover uden for egen 20-yardlinje placeres bolden på det spot, hvor holdet fik besiddelse på bolden (se ovenfor ift. løse bolde).

EKSEMPLER:

- a) Ved en løs bold ved snappet mellem C og QB **SKAL bolden erklæres død**.
Det angribende hold mister en down og spiller videre.
- b) Opstår der en fumble ifm. en tackling i åbent spil **SKAL bolden erklæres død** med det samme, og bolden tilfalder efterfølgende:
 - a. fumble over LOS. Det forsvarende hold på spottet for fumbler
 - b. fumble bag LOS: Det angribende hold på spottet for fumbler

Reglerne vedrørende fumbles er indført på baggrund af sikkerheden omkring vores unge spillere og hensyntagen til vores dommere. Der må ikke kunne sås tvivl omkring disse kendelser til stævner.

Spot af bold og Fiktivt punt

Spot ved start af kampe: Der startes, ved start af en halvleg og efter scoring, på egen 20-yardlinje. Hvis banen er i halv længde, startes der på 35-yardlinjen, og der spilles ned mod endzone.

Fiktivt punt: Det hold der i boldbesiddelse af bolden kan til enhver tid bruge en down på at flytte bolden 30 yards og derefter miste retten til bolden. Reglerne for spot efter

turnovers er også gældende for fiktivt punt (dvs. hvis bolden efter at være blevet spottet på 30 yards skal placeres indenfor det forsvarende holds 20-yardlinje, spottes bolden i stedet på 20-yardlinjen).

Bolden spottes altid midt imellem de to sidelinjer.



Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Regler og straffe

Blokering under hoften (Regel 2-3-2 og 9-1-6)

Der må ikke blokeres under hoften, undtaget mod boldholderen, så regel 9-1-6 er **ikke** gældende. Kontakt under hoften i et forsøg på at nå boldholderen er dog tilladt.

Crack back blocks

Der må **ikke** "crack back" blokeres. Et crack back block defineres som en blokering af en angribende spiller, som er opstillet uden for tackleboksen, i en retning væk fra denne spillers ved snappets tætteste sidelinje, mod en forsvarsspiller der ved snappet var opstillet indenfor rammerne af den fiktivt forlængede tacklebox (3 yards til hver side fra midterste linjemand). Ved tvivl er det en fejl.

Undtagelser:

- a) Et crack back block lavet mod en forsvarsspiller som tydeligt har set den blokerende spiller og vender med front mod den blokerende spiller.
- b) Et crack back block lavet mod en forsvarsspiller som befinder sig 10 yards eller mere over den neutrale zone.

Straf for overtrædelse: 15 yards fra basic spot (S40). Grove overtrædelser straffes med udvisning (S47).

Blind-side Bloks

Der må **ikke** blind-side blokeres. Et blind-side blokering er en blokering ude i det åbne ("open field"), der starter udenfor den blokerede spillers synsfelt eller på anden måde sådan, at modstanderen ikke rimeligt kan forsvare sig selv imod blokeringen. (Regel 2-3-7 i IFAF regelbogen)

Undtagelser

- a) Et blind-side blok lavet mod en forsvarsspiller som tydeligt har set den blokerende spiller og vender med front mod den blokerende spiller.
- b) En ikke-kraftfuld blokering

Straf for overtrædelse: 15 yards fra basic spot (S40). Grove overtrædelser straffes med udvisning (S47).

Offside (Regel 7-1-5)

Alle typer offside (også inkluderet 7-1-5-b-1) er kategoriseret som dead ball straffe.

Straf for overtrædelse: 5 yards fra forrige spot.



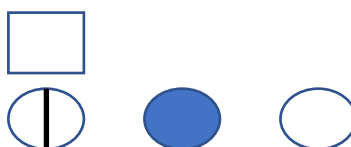
Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Defensive Formationer

Defense må ved snappet ikke have flere linjemænd end antallet af linjemænd som offense har linet op inden for tackleboksen.

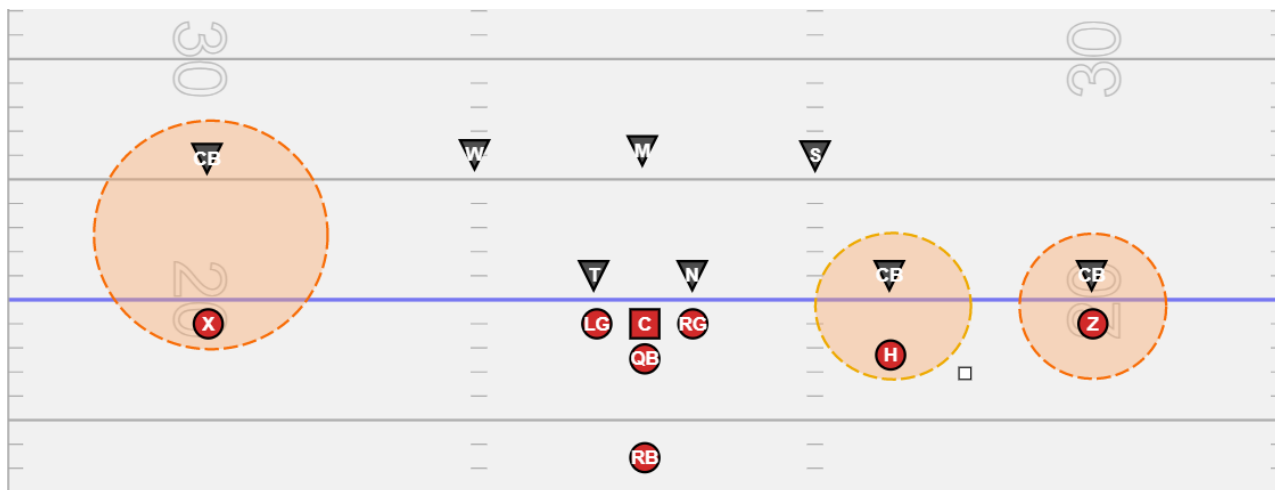
Defense linjemænd defineres som spillere, der har mindst en hånd i jorden og er placeret inden for 2 yards af den neutrale zone.

Defense må **IKKE** stille en linjemand lige overfor den offensive center. Nærmeste defensive linjemand til den offensive center må ikke stå tættere på end head up på den offensive guard.



Straf for overtrædelse: 5 yards fra forrige spot (S19).

Alle forsvarsspillere som IKKE er DL (har en hånd jorden) skal stå minimum 5 yards væk fra LOS ved snappet.

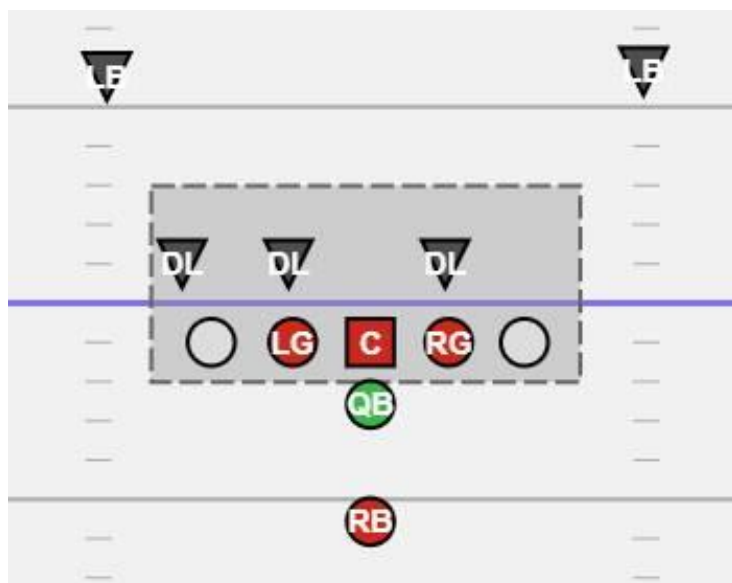


Disse spillere må godt bevæge sig fremad på snappet, men må ikke krydse LOS inden QB har lavet et hand-off/fake hand-off eller forladt lommen (udenfor guards). CB må dog godt stå tættere på en WR, men de skal dække den direkte WR. CB uden en direkte WR at dække, tæller som en LB.

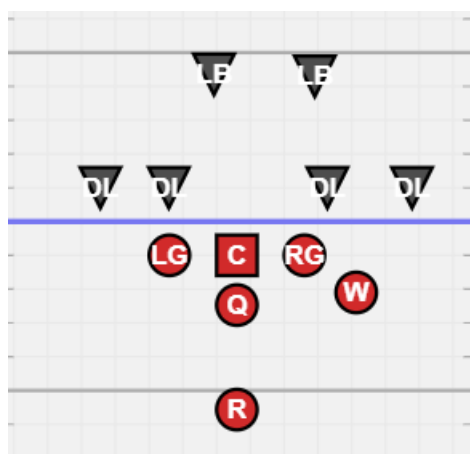


Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Man må ikke stille en DE længere ude end outside shoulder af TE eller en 'fiktiv TE'



En offensiv spiller, der står i tackle boksen og ikke mere end 1 yard fra LOS, er defineret som en ekstra linjespiller.



Blitz

Der må **IKKE** blitzes.

Et blitz er defineret som en defensiv spiller, der ikke har en hånd i jorden ved spillets start og som krydser den neutrale zone før, at QB har givet et hand off eller udført et fake handoff.

Straf for overtrædelse: 5 yards fra forrige spot (S19).



Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Straffe der i henhold til IFAF-reglerne udmåles som 10 yard straffe, dvs. holding, blokering i ryggen, ulovligt bat samt ulovligt at sparke en løs bold udmåles i Mikro som 5 yards straffe.

Ved straffe kan holdet godt blive rykket inden for egen 20-yardlinje, dog er IFAF reglerne om half distance penalty enforcement stadig gældende (regel 10-2-6).

Udvisning

Såfremt en spiller udvises fra en kamp, er det dommernes vurdering, om spilleren skal udelukkes for at deltage i de resterende kampe ved stævnet, eller kun skal udelukkes for den enkelte kamp. Udvises en spiller i den sidste kamp ved et stævne, har spilleren karantæne ved første kamp til det kommende stævne.

Dog kan en spiller, der er udvist for manglende udstyr deltage i holdets næste kampe, såfremt spilleren ikke længere mangler udstyr.

Ansvar for at karantænen overholdes ligger hos den pågældende spillers head coach og klubformand.



Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Godkendte kendelser (eksempler på brug af reglerne)

Udstyr

Spiller A24 bærer ikke knæbeskyttere. Dommeren opdager dette

A) før kampen. B) Under kampen.

Kendelse:

A) A24 kan ikke få lov at spille, før han bærer knæbeskyttere som lever op til reglerne.

B) A24 udvises resten af kampen og holdet straffes med 15 yards.

Punt og turnovers

4. down og 10 til hold A på A-20. Hold A meddeler dommerne at de ønsker at foretage et fiktivt punt.

Kendelse:

Bolden flyttes 30 yards til B-30. Da banen er 80 yards i længde, vil det fiktive punt flytte bolden 30 yards til B-30.

4. down og 10 til hold A på A-35. Hold A meddeler dommerne at de ønsker at foretage et fiktivt punt.

Kendelse:

Bolden flyttes 25 yards til B-20. Da banen er 80 yards i længde, vil det fiktive punt flytte bolden 30 yards til B-15, og dermed inden for hold B's 20-yardlinie. Da bolden ved turnovers som minimum skal placeres på egen 20-yardlinie, placeres bolden på B-20.

4. down og 10 til hold A på A-20. Hold A foretager et regulært punt hvor der sparkes fra A-15.

Kendelse:

Ulovligt spark af hold A, 5 yards straf fra spottet for fejlen, men ikke loss of down. Spillet stoppes idet der sparkes til bolden. 4. down og 15 til hold A på A-10.

4. down og 10 til hold A på A-35. Running back A27 løber bolden til A-38 hvor han tackles af B27

Kendelse:

1. down og 10 til hold B på A-38.

3. down og 12 til hold A på B-24. QB A7's kast bliver interceptet A) i Endzone, B) på B-2, C) B-22.

Kendelse:

A) Spillet er dødt og bolden tilhører hold B. 1. down og 10 på B-20

B) Spillet er dødt og bolden tilhører hold B. 1. down og 10 på B-20

C) Spillet er dødt og bolden tilhører hold B. 1. down og 10 på B-22



Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Crack back blocks

1. down og 10 til hold A på A-20. Receiver A80, som er linet op på line of scrimmage uden for tackleboksen, blokerer: A) B90 som var linet up inden for den forlængede tackleboks, og mindre end 1 yard fra line of scrimmage med mindst 1 hånd i jorden ved spillets start, B) B55 som var linet op mere end en yard fra line of scrimmage inden for den forlængede tackleboks, C) B99 som var linet op mindre en 1 yard fra line of scrimmage, med mindst en hånd i jorden ved spillets start, uden for den forlængede tackleboks, D) B99 som står på A-35 midt imellem de to sidelinjer.

Kendelse:

- A) Ulovlig crack back blokering. 15 yards straf fra basic spot
- B) Ulovlig crack back blokering. 15 yards straf fra basic spot
- C) Lovlig blokering
- D) Lovlig blokering

Blind-side blocks

B44 løber frem for at stoppe A12 på A-20. Under spillet kommer A35 imod B44 omkring midten af banen fra hans blinde vinkel og blokerer B44 (a) med strakte arme; (b) med en "screen type" blokering; (c) ved at angribe med kraftfuld kontakt med skulderen i brystet på B44; (d) ved at angribe med kraftfuld kontakt med skulderen i hovedet på B44. A12 løber bolden til B-20.

Kendelse:

- A) Ingen overtrædelse.
- B) Ingen overtrædelse.
- C) Personlig fejl overtrædelse, blind-side blokering, 15 yards straf fra basic spot
- D) Personlig fejl overtrædelse, blind-side blokering med "targeting", 15 yards straf fra basic spot og A35 bliver diskvalificeret.

Lave blokeringer

2. down og 5, hold A. Under spillet A) blokerer A85 forsvarsspiller B30 under hoften, B) blokerer B30 offensiv linjemand A75 under hoften, C) rammer B45 leadblocker A30 under hoften i et reelt forsøg på at nå boldholderen.

Kendelse:

- A) Ulovlig lav blokering begået af hold A, 15 yards straf til hold A fra basic spot
- B) Ulovlig lav blokering begået af hold B, 15 yards straf til hold B fra basic spot
- C) Lovligt spil

2. down og 5, hold A. Under spillet tackler B12 boldholder A86 i knæene.

Kendelse:

Lovligt spil. Der er tilladt at blokere og tackle under hoften, hvis det er mod boldholderen.

Offside

2. down og 5, hold A på A-25. Ved spillets start, er A95 i den neutrale zone, og: A) han har kontakt med en offensiv linjemand, B) han er i position til at kunne nå quarterbacken uhindret, C) han har hverken kontakt med en offensiv linjemand, eller er i position til at kunne nå quarterbacken uhindret.

Kendelse:



Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

I alle tre tilfælde skal spillet stoppes idet hold A sætter bolden i spil med et lovlig snap.
Offside i Mikro er en dead ball fejl, og spillet afbrydes med det samme, når det sættes i gang.

1. down og 10 til hold A på A-30.

Udvisninger

Spiller B37 udvises for en grov overtrædelse A) i stævnets første kamp. B) i stævnets sidste kamp.

Kendelse:

- A) Spiller B37 kan ikke spille ved yderligere kampe i stævnet.
- B) Spiller B37 har karantæne i første kamp ved næste stævne.

Spiller B37 udvises i en kamp for manglende udstyr.

Kendelse:

B37 kan deltage, så snart spilleren ikke længere mangler udstyr.