



Amerikansk fodbold
Cheerleading
Flag football
www.daff.dk

Mikro - regler for efteråret 2025

Ændringer for efterårssæsonen 2025 er markeret i **GUL**

Aldersklasse

For efterårs 2025 er det spillere fra årgang 2015-2016.

De gældende regler for amerikansk fodbold (i skrivende stund IFAF) anvendes i DAFF Mikro række for amerikansk fodbold. Dog med følgende undtagelser og tilføjelser.

Stævneafvikling

Den arrangerende klub skal altid udpege en stævneleder.

Senest 45 min. før start skal der afholdes et "stævnemøde" hvor stævnearrangør, dommere og trænere gennemgår dagens program, regler, spilletid mm.

Bane str. min. 35 yards lang, dog gerne 40 eller 45 yards, hvis det er muligt at rykke endzone.

Medics

Stævnearrangøren har ansvaret for at der er en kvalificeret "Medic" til stede under hele stævnet. Medic skal som Mikromum have et førstehjælpskursus.

Omklædningsrum

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

Dommere

Stævnearrangøren stiller med dommere.

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

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

Dommerne skal være bekendt med reglerne for Mikrorækken.

Dommerne skal deltage på stævnemødet

Dommerne skal være iført fuld dommeruniform.

Trænere og holdledere

Hvert hold skal som Mikromum 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.

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

Trænere må gerne være på banen under kampen for at coache. Det henstilles til at trænere coacher fra sidelinjen og ikke står på banen.

Stilling og score

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

Vægtklasser (Mikro)

Der er ingen vægtgrænser på Mikro i et forsøg på bedre at leve op til DAFF's ATK.

Udstyr

Alle spillere SKAL bære fuldt udstyr, jf. IFAF-reglerne. Trænerne er ansvarlige for dette og SKAL før hver kamp sikre, at alle spillere bærer korrekt udstyr.

Straf for overtrædelse: Udvisning til dette er bragt i orden.

Turnovers

Der spilles ikke med live turnovers.

I tilfælde af en interception, skal bolden erklæres død, og tilhører det forsvarende hold.

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

- Ved Fumbles der sker over LOS har defense (Hold B) bolden.
- Ved Fumbles der sker i forbindelse med snap/handoff/pitch bag LOS beholder offense (Hold A) bolden.

EKSEMPLER:

- a) Ved en løs bold (fumble) ved snappet mellem C og QB SKAL bolden erklæres død og offense (Hold A) mister en down, men beholder bolden – medmindre det var på et 4. down spil, der blev fumble. Første dårlige snap er gratis (replay of down). Kan QB'en/RB'en samle bolden op uden sikkerhedsrisiko, behøves spillet ikke fløjtes død.
- b) Ved en fumble i åbent spil fx ved tackling SKAL bolden erklæres død med det samme, og gå til hold A eller B jævnfør ovenfor.

Playclock

Play-clock benyttes ikke på Mikro, men man skal bestræbe sig efter et max på 40-50 sek.

Spark (Specialteams)

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

Fiktivt punt: Det hold der i boldbesiddelse af bolden kan til en 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 flyttet 30 yards skal placeres indenfor det forsvarende holds 20-yardlinje, spottes bolden i stedet på 20-yardlinjen).

Spot af bold

Fuld bane: Der startes, ved start af kampen og efter scoring, på egen 25 yardlinje. Ved turnovers, hvor holdet har fået besiddelse af bolden inden for holdets egen 25 yardlinjen, flyttes bolden ud til holdets egen 25 yardlinjen. Ved turnover uden for egen 25 yardlinje placeres bolden på det spot, hvor holdet fik besiddelse på bolden.

Jf. de nye IFAF regler.

Halv bane: Der startes, ved start af kampen og efter scoring, på 35 yardlinjen. Der kan ikke aldrig snappes udenfor 35-yard linjen.

Hvis banen/banerne er længere – f.eks. 40 yards eller 45 yards – startes der ved hhv. 40 yards & 45 yards, så det følger banens længde.

Bolden spottes altid midt mellem de to sidelinjer.

Regler og straffe

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

Der må ikke blokeres under hoften, undtagelser a-c til regel 9.1.6 er **ikke** gældende, undtagen mod boldholderen eller i et forsøg på at komme til boldholderen.

Offside (Regel 7-1-5)

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

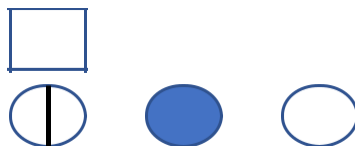
Straf for overtrædelse: 5 yards fra forrige spot.

Defensive Formationer

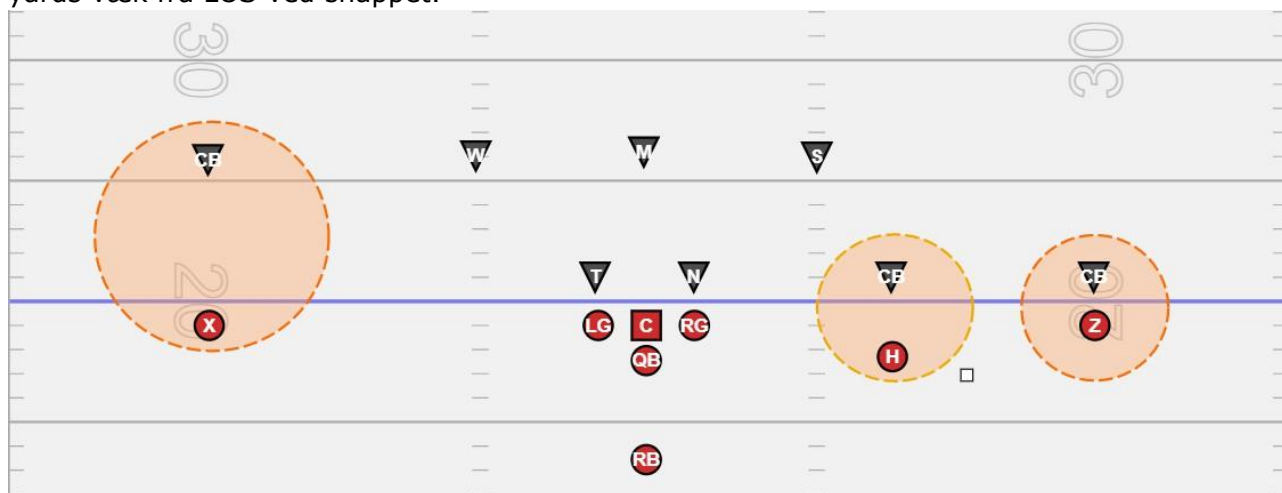
Defense må ved snappet ikke have flere linjemænd end antallet af linjemænd som offense har linet op inden for tackleboksen.

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

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

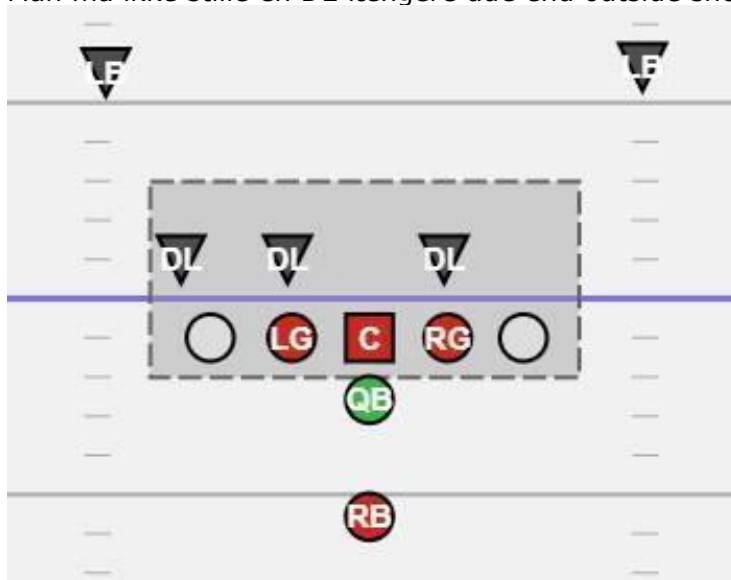


Alle forsvarsspillere som IKKE er en på DL (har en hånd jorden) skal stå Minimum 5 yards væk fra LOS ved snappet.



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

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

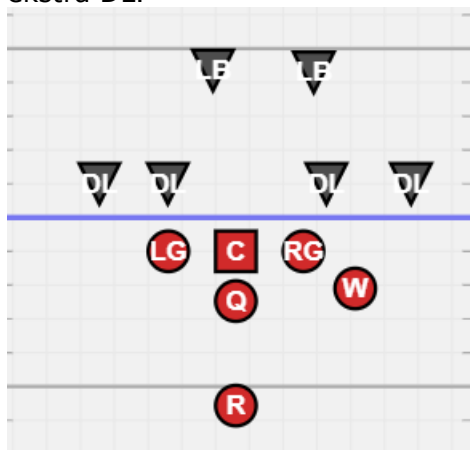


Offensive formationer

Offensive formationer følger reglerne for 8 mandsfootball.

Det vil sige at der på et given spil ikke må være mere end 3 spillere i backfield – dette betyder at der som Mikromum skal være 5 spillere på LOS før formationen, er lovlig.

Hvis en spiller der er i backfield placerer sig i tackle boxen og ikke mere end 1 yard fra LOS, må forsvaret betragte ham som en ekstra blockingsspiller, og må derfor bruge en ekstra DL.



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 QB har givet et hand off eller udført et fake handoff.

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

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

Ved unsportsmanlike conduct, skal spilleren sendes til sidelinjen, til "talk" med sin træner. Spilleren kan første vende tilbage til banen på det efterfølgende drive om end det er offense eller defense.