**Retningslinjer for Xercize Fotball**

**Rev. 24.02.18**

*Retningslinjene for Xercize Fotball (XF) er laget for å bidra til at gjennomføringen av turneringer og arrangementer i XF skal gå så bra som mulig, at opplegget skal bli forutsigbart og for at hver enkelt klubb skal vite hvilke retningslinjer og oppgaver som gjelder.*

*Alle kontaktpersoner, lagledere, dommere og andre aktører må sette seg godt inn i retningslinjene og følge disse.*

## Aldersnivåer:

1.1.1Det vil i XF være ulike aldersnivåer som spiller litt ulike turneringer. Disse er angitt nedenfor. Klubber i XF oppfordres da til å ha treninger for disse aldersgruppene.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kjønn** | **Alder (født)** | **Turneringer** |
| Gutter G8 | 2011 – 2010 | BVC |
| Gutter G10 | 2009 – 2008 | VLL |
| Gutter G13 | 2007 – 2005 | OFL, VLL, BVC, BC |
| Gutter G16 | 2004 – 2002 | OFL, VLL, BVC, BC |
| Gutter G20 | 2001 – 1998 | OFL, VLL, BVC, BC |
| Gutter G23 | 2001 – 1995 | OFL, VLL |
| Jenter J8 | 2011 – 2010 | BVC |
| Jenter J10 | 2009 – 2008 | BVC, VLL |
| Jenter J13 | 2007 – 2005 | OFL, VLL, BVC, BC |
| Jenter J16 | 2004 – 2002 | OFL, VLL, BVC, BC |
| Jenter J23 | 2001 – 1995 | OFL, VLL, BVC, BC |

1.1.2 Den nedre aldersgrensen for hver divisjon er ment som en veiledende grense, og det er ikke forbudt å spille med yngre spillere. Allikevel vil vi oppfordre hver enkelt klubb til og ikke benytte seg av for mange yngre spillere samtidig.

1.1.3 I divisjonene Gutter G23 og Jenter J23 kan hvert lag benytte  
4 spillere på banen samtidig som overskrider aldersgrensen.

1.1.4 Hvis en klubb stiller med flere lag i en aldersgruppe, kan det søkes om at spillere som er yngst i aldersgruppen spiller for det andre laget ved behov. Det er uansett viktig at spillerne som opprinnelig er på laget prioriteres først, og at det rulleres blant de yngste som får spille for andre lag.

1.1.5 For G23 og J23 gjelder regelen i 1.1.4 for de 2 yngste årskullene.

1.1.6 Det er kun tillatt å spille med spillere som er registrert i menigheten i klubbens område. Om spillere flytter midt i sesongen kan de velge å fullføre sesongen før de melder overgang. Det samme gjelder spillere som kommer flyttende, de kan melde overgang før sesongen om det er hensiktsmessig.

## Problemer med å stille lag

1.2.1 Hvis en klubb har problemer med å stille lag, kan det søkes om dispensasjon for en eller flere navngitte spillere. Det må da søkes med navn og fødselsdato for spilleren. En dispensasjon kan enten søkes for en bestemt turnering eller for hele året og alle arrangement i Xercize Fotball. Søknaden skal sendes inn av klubbleder, som må gå god for behovet i søknaden.

1.2.2 For divisjonene J23 og G23 vil ytterligere dispensasjoner være upersonlige, og det må derfor ikke søkes med navn.

1.2.3 Dispensasjonen skal tas med på hver kamp.

1.2.4 Dispensasjoner kan også søkes om for enkeltkamper.

# Arrangering av kamper

## Ansvar for kampgjennomføring

2.1.1 Hver klubb har hovedansvaret for planlegging og gjennomføringen av sine hjemmekamper.

2.1.2 I cuper og turneringer har Xercize Fotball i samråd med arrangørklubb ansvaret for gjennomføring av alle kamper.

2.1.3 I hver klubb skal det være en kontaktperson som har det overliggende ansvaret for at hjemmekampene gjennomføres i henhold til reglene, og som fører dialogen med XF.

2.1.4 Begge lag har ansvar for å møte opp til avtalt tidspunkt og til de vilkårene som fremgår av kampreglene.

## Tidspunkt for kampene

2.2.1 Oppsett for alle turneringer settes opp minst 2 uker før turneringsstart, og hver kamp tildeles en kampdato.

2.2.2 For Oslofjordligaen vil veiledende kampoppsett sendes ut i forkant, og klubbene har da tid til å terminfeste sine kamper før fristen i 2.2.1.

2.2.3 Hvis en kamp ikke lar seg gjennomføre, er det mulig å søke om utsettelse. Det er uansett maksimalt tillatt å ha en utsatt kamp uten kamptidspunkt samtidig.

2.2.3 Ved endring av kamptidspunktet skal sekretariatet underrettes. Begge lag må da være enige i endringen. I cuper må også alle endringer avklares med turneringsledelsen før de kan effektiviseres.

## Kampleder/dommer

2.3.1 Alle kamper som gjennomføres skal ha en kampleder (dommer). For aldersgruppene J13 og J16 bør det være jentedommer, og klubbene bør etterstrebe dette.

2.3.2 Dommeren i alle divisjoner må være en ansvarlig person som er bevisst på det ansvaret som ligger på en kampleder og som har gjort seg godt kjent med kampreglene og dømmer ut ifra disse. For den eldste gutteklassen kan ikke kamplederen komme fra samme klubb som et av lagene i kampen.

2.3.3 Dommeren skal ha dommeroverdel, være utstyrt med gult/rødt kort og fløyte. I tillegg skal dommeren være kledd på en sportslig og profesjonell måte. Det er altså ikke tillatt å møte opp til kamp i jeans.

2.3.4 For å sikre god dømming må dommeren være en godkjent OFL dommer og ha de kursene og kompetansen som kreves.

2.3.5 I klassen G23 skal dommerteamet være fra en uavhengig by. Dommeroppsettet skal være satt opp fra Xercize Fotball. Eventuelle endringer skal gjøres i samråd med dommeransvarlig i Xercize Fotball.

2.3.6 Dommeren skal holde rede på tiden og holde regnskap med resultatet i kampen.

2.3.7 Dommeren skal etter eget skjønn stanse, utsette eller avbryte kampen for enhver overtredelse av spillereglene.

2.3.8 Dommer skal gripe inn ovenfor enhver leder eller trener som ikke oppfører seg på ansvarlig måte og etter eget skjønn bortvise de fra spillebanen og dens umiddelbare nærhet.

2.3.9 Den viktigste oppgaven for en dommer er å være der for spillerne og spillet. Dommerne skal betrakte fotball som en lek for spillerne i barne- og ungdomsfotball. For de yngre klassene, skal dommeren veilede spillerne når det gjøres feil og forklare hvorfor det blåses. Dommeren skal alltid sørge for at alle spillerne behandles likt.

## Trener

2.4.1 Alle lag i Xercize Fotball skal ha en ansvarlig trener, og i alle kamper må det være en person som har treneransvaret.

2.4.2 En trener er et eksempel for egne spillere, motstanderspillere, publikum og andre involverte. En trener må derfor oppføre seg ekstra bra.

2.4.3 En trener må være bevisst på at han er der for spillerne sine, ikke seg selv.

2.4.4 En trener skal bidra til å gjøre dommeren god. En trener må forklare og forsvare avgjørelser ovenfor spillerne sine, ikke bidra til frustrasjon.

2.4.5 En trener skal sørge for at Fair-Play regler under punkt 3 følges.

## Andre krav ved arrangering av kamper

2.5.1 Hjemmelaget skal ved arrangering av kamper sørge for salg av mat og drikke.

2.5.2 Banen og fasiliteter må være iht Kampregler i Xercize Fotball.

2.5.4 Det skal være muligheter for toalett og skifte ved kampene.

## Rapportering etter kamper

2.5.1 Etter gjennomført kamp skal en e-mail sendes Xercize Zport som oppdaterer hjemmesiden med informasjonen.

2.5.2 Mailen skal inneholde lag, resultat, eventuelle kort utdelt, lagoppstillinger og navnet på kampleder.

2.5.3 Kamprapporter skal sendes ligaadministrasjonen så snart som mulig, og senest 2 dager etter at kampen er spilt.

2.5.4 I turneringer er det alltid dommeren som er ansvarlig for rapportering av resultat.

# Fair Play

3.1.1 Alle spillere skal hilse på motstanderlaget før kamp, og takke det andre lags spillere for kampen etter kampslutt.

3.1.2 Kapteinene for hvert lag skal hilse på hverandre og dommeren før kampen.

3.1.3 Begge lags trenere skal hilse på hverandre før og etter kamp.

3.1.4 Alle aktørene i kampene skal vise gode holdninger før, under og etter kampslutt.

3.1.5 Ved brudd på fair play reglene kan klubbene bli bøtelagt.

# Tabell

4.1.1 En seier gir 3 poeng, mens et uavgjortresultat gir 1 poeng til hvert lag. Et tap gir 0 poeng.

4.1.2 En kamp kan maksimalt gi målforskjell +5/-5.

4.1.3 En kamp kan maksimalt gi 5 mål i målprotokollen pr spiller. Alle mål telles ellers i målprotokollen, selv om målene ikke telles i resultatet (ved over +5 mål)

4.1.4 Poengsummen til hvert lag bestemmer deres posisjon på tabellen. Det laget som får flest poeng ved ligaslutt ender øverst i divisjonen, og har vunnet ligaen. Vinnerlaget mottar en vandrepokal som beholdes til det er utnevnt en ny ligavinner (altså 1 år). Ved tap eller skade på pokalen blir klubben ansvarlig. I turneringer er pokalen til odel eie.

4.1.5 Hvis 2 eller flere lag ligger på samme poengsum, er det målforskjellen som er avgjørende. Hvis også denne er lik er det flest antall scorede mål som teller.

4.1.6 Hvis både målforskjell og antall scorede mål er likt, så avgjøres tabellposisjon ved en straffekonk.

4.1.7 Hvis lag trekkes før ½ turneringen er gjennomført, så nulles alle kampene laget har vært involvert i. Om lages trekkes når mer enn ½ turneringen er gjennomført, så settes resterende kamper til 0-3 tap.

4.1.8 Hvis en spiller spiller for flere lag iht 1.1.4 eller andre godkjente årsaker, så gjelder både mål og gule/røde kort pr lag.

# Betaling for deltakelse

5.1.1 Medlemsavgiften for den enkelte klubben regnes ut ifra hvor mange lag man stiller. For alle turneringer og arrangementer er det egne deltakerpriser som settes i samarbeid med Xercize Fotball. I de tilfellene hvor det er pris pr deltaker, faktureres også hele summen via klubben.

5.1.2 Lag som er påmeldt til et arrangement, men som meldes av før arrangementet starter, vil måtte betale hele medlemsavgiften. Lag som blir trukket etter arrangementstart vil måtte betale hele medlemsavgiften og 3000 kr i bot.

# Straff/sanksjoner

6.1.1 Hvis noen av reglene for Xercize Fotball brytes, vil lag/spillere/trenere/andre aktører kunne bli straffet med poengtrekk, bøter/kompensasjon/karantene eller andre sanksjoner.

6.1.2 Eventuelle straffer bestemmes av Xercize Fotball.

6.1.3 Hvis et lag bryter noen av reglene i § 2, så vil det andre laget kunne bli tildelt poengene.

6.1.4 Hvis en kamp ikke blir gjennomført skal det lages med minst skyld tildeles poengene. Resultatet i tildelte kamper settes til 3-0. Hvis begge lag har like mye skyld skal begge lag tildeles 1 poeng hver.

6.1.5 Laget som er skyld i at kampen ikke blir gjennomført skal betale kr 1000 i gebyr til Xercize Fotball. Hvis motstanderlaget blir skadelidende, så skal de få 1000 kr i kompensasjon fra Xercize Fotball

6.1.6 3 gule kort i løpet av sesongen gir karantene i den påfølgende kamper. Eventuelle  
karantener gjelder innenfor hvert arrangement, og tas ikke med til neste år.

6.1.7 Rødt kort i ligakamp medfører automatisk 1 kamp karantene. Suspensjonen i ligakamp kan påklages om den menes å være feil. Klubben er selv ansvarlig for å følge opp suspensjonen.

Rødt kort i turneringsspill tas opp til vurdering av turneringsledelsen ved hvert tilfelle. Rødt kort som følge av stygt spill vil som oftest gi karantene, mens røde kort som ikke skyldes stygt spill/stygg oppførsel hvor spilleren også oppfører seg pent i etterkant vil som oftest ikke gi noen karantene. Når avgjørelsen er bestemt av turneringsledelsen kan den ikke påklages.

6.1.8 Hvis klubber ikke stiller dommerteam til arrangementer som avtalt, så påløper det 1000 kr i bot pr dommerteam som mangler, som betales Xercize Fotball. For Oslofjordligaen gjelder dette da pr kamp. For å stille uten linjedommere blir det bot på kr 400. Hvis et lag blir skadelidende som følge av at man ikke stiller dommere, så har laget/klubben rett på kompensasjon tilsvarende boten fra Xercize Fotball.

# Endringer i retningslinjene

7.1.1 Xercize Fotball kan til enhver tid foreta endringer i retningslinjene for Oslofjordligaen.

7.1.2 Ved endringer i reglementet blir de nye reglene sendt til kontaktpersonene i alle klubbene Det er da disse sitt ansvar at alle laglederne setter seg inn i de nye reglene.