

Walking football Turnier in VISP

Dienstag, 26. Mai 2026

Regeln

Für Freundschaftsturniere, die im Jahr 2026 von Pro Senectute und dem Schweizerischen Fussballverband organisiert werden, gelten die folgenden Regeln. Sie sind auf der Grundlage des *UEFA-Leitfadens 2024 für die Freizeitversion des Walking Football* angepasst.

§ 1 | SPIELER / ALTER

Die Spiele werden 5 gegen 5 ohne Torwart ausgetragen. Die Mannschaften bestehen aus mindestens 6 Spielern oder Spielerinnen (mindestens 5 SpielerInnen und ein/e AuswechselspielerIn). Es gibt keine Beschränkung der Anzahl SpielerInnen pro Mannschaft.

Es gibt nur eine Altersklasse: 55+. Die Geburtsdaten der Spieler werden bei der Anmeldung angegeben. Die Turnierorganisation behält sich das Recht vor, die Prüfung des Personalausweises der angemeldeten Spieler zu verlangen.

Die Teams können gemischt sein oder nur aus Männern oder Frauen bestehen.

§ 2 | GRÖSSE DES SPIELFELDS

Länge: mindestens 35m/maximal 50m Breite:

mindestens 20m/maximal 35m

Normalerweise gibt es auf einem Standard-Fußballfeld mit 11 gegen 11 vier kleine Walking-Fußballfelder.

§ 3 | RENNEN / LAUFEN

Es ist verboten, mit oder ohne Ball zu rennen. Es muss immer mindestens ein Fuss auf dem Boden bleiben. Jeder Verstoß gegen diese Regel führt zu einem Freistoß.

§ 4 | KÖRPERKONTAKT

Es ist kein Körperkontakt erlaubt (auch das Festhalten eines Spielers am Trikot). Jede Verletzung dieser Regel führt zu einem indirekten Freistoss. Tacklings (Grätsche) sind ebenfalls verboten und führen direkt zu einem Elfmeter.

§ 5 | TOR UND TORZONEN

Eine halbkreisförmige neutrale Zone wird einen Meter vor dem Tor mit Tellern markiert; diese Zone darf nicht betreten werden, sonst wird ein Freistoß für die gegnerische Mannschaft gepfiffen. Tore können nur aus der offensiven Hälfte des Spielfelds erzielt werden.

§ 6 | SCHIEDSRICHTER

Für die Spiele der Vorrunden oder/und Qualifikationsrunden gibt es keinen Schiedsrichter für die Spiele, sondern einen Schiedsrichter-Experten, der für vier Felder zur Verfügung steht. Die Mannschaften wenden die Regeln selbst an und achten dabei auf Fairplay, können aber den Schiedsrichter-Experten zur Überprüfung der Anwendung der Regeln heranziehen. Für die Finalspiele steht ein Schiedsrichter zur Verfügung.

§ 7 | AN- UND ABSPIELE

An- und Abspiele erfolgen neben dem Tor, vor der Torlinie und unbedingt in Form eines Bodenpasses.

§ 8 | EINWURF

Einwürfe werden mit dem Fuss in Form eines Bodenpasses an der Stelle ausgeführt, an der der Ball das Spielfeld verlassen hat.

§ 9 | ECKBALL

Eckbälle werden zwingend als Bodenpass ausgeführt. Der Gegner muss mindestens fünf Schritte entfernt stehen.

§ 10 | FREISTOSS / ELFMETER

Jeder Verstoss wird mit einem Freistoss geahndet. Der Freistoss wird immer in der Mitte der Spielfeldhälfte ausgeführt, in der das Vergehen stattgefunden hat. Der Gegner muss mindestens fünf Schritte entfernt stehen.

Bei einem groben Verstoss gegen eine Spielregel und im Widerspruch zum Fairplay (z. B. Foulspiel, Ball auf das Tor mit der Hand gestoppt, Ball auf das Tor in der geschützten Torzone gestoppt, eine wütende Geste) wird ein Elfmeter gepfiffen. Der Schuss erfolgt aus dem Mittelfeld in das leere Tor.

§ 11 | SPIELERAUSWECHSEL / AUFSTELLUNGSWECHSEL

Auswechslungen oder Aufstellungswechsel können frei und ohne Unterbrechung des Spiels vorgenommen werden. Der Spieler oder die Spielerin, der/die das Spielfeld betritt, muss zuerst die Hand des Spielers oder der Spielerin abklatschen, der/die das Spielfeld verlässt.

Auswechslungen und Aufstellungswechsel dürfen nur in der Mitte des Spielfelds stattfinden.

§ 12 | SPIELHÖHE BALL

Es ist verboten, oberhalb der Hüfthöhe zu spielen. Verstöße werden mit einem indirekten Freistoss geahndet.

§ 13 | ABSEITS

Die Abseitsregel wird aufgehoben.

Links und Informationen:

UEFA : [Boîte à outils du football en marchant | UEFA.com](#) / Recreational Walking football guidance - Laws of the game 2024