



Bijlage 2: Spelregels 5vs5 tackle football

American Football Bond Nederland

Deze versie van de spelregels 5vs5 tackle football vervangt alle voorgaande versies.

Datum	Versie	Wijzigingen
10-06-2016	1.0	Initiële opzet

## **1. Veld**

- 1.1. 5-Man Tackle wordt gespeeld op een veld van 40 bij 80 yards.
- 1.2. Binnen het speelveld is aan beide zijden een 10 yards endzone.
- 1.3. De Goal lines die de endzone afbakenen zijn onderdeel van de endzone
- 1.4. De buiten lijnen zijn geen onderdeel van het speelveld of de endzones

## **2. Coin toss**

- 2.1. Captains van beide teams zullen deelnemen aan de coin toss uitgevoerd door de referee of onder auspiciën van de referee.
- 2.2. De captain van het bezoekende team called de coin toss.
- 2.3. Het winnende team van de coin toss heeft de keuze om te beginnen met Offense of Defense.
- 2.4. Het verliezende team heeft dezelfde keuze voor de start van de tweede helft van de wedstrijd.

## **3. Wedstrijd**

- 3.1. De wedstrijd begint vanaf de 5 yard-lijn van de offense.
- 3.2. De offense heeft 4 pogingen om 15 yards te overbruggen (first down). Lukt dit, dan krijgt de offense wederom 4 pogingen, etc. Lukt het de offense niet om first down te halen, dan krijgt het andere team de aanval vanaf het punt waar de offense gestopt is.
- 3.3. Onderscheppingen van de bal door de defense mogen direct teruggelopen worden. Op het punt waar de speler die de bal onderschepte, getackeld wordt, begint de eerste poging van het nieuwe aanvallende team.

## **4. De tijd**

- 4.1. De wedstrijd duurt 4x20 minuten "running clock".
- 4.2. Na 20 minuten wordt er gewisseld van speelhelft.
- 4.3. Na 2x20 minuten is er een halftime van 10 minuten.
- 4.4. De offense heeft 30 seconden om de aanval te starten. Penalty: delay of game, dead ball foul, 5-yard penalty from previous spot
- 4.5. Elk team heeft 3 time-outs van 30 seconden per helft tijdens een time-out staat de speelklok stil en start op de snap.
- 4.6. Elke speler in het veld of coach vanuit de team-area kan een time-out aanvragen
- 4.7. Aanvragen voor een time-out door een speler of coach van een team dat geen time-outs meer heeft zal worden genegeerd.
- 4.8. Dead Balls
- 4.9. Het spel ligt stil wanneer: de baldrager buiten de lijnen stapt, bij een score, alles anders dan handen of voeten van de baldrager de grond raakt of een team of de official een time out neemt.
- 4.10. Iedere keer als het spel stilligt, mag er gewisseld worden.

## **5. Scoren**

- 5.1. Een team scoort een touchdown (6 punten) als een van zijn spelers de bal in de end zone brengt. De bal moet in bezit zijn van die speler. De speler hoeft niet in de endzone te zijn maar wel binnen de lijnen van het speelveld.
- 5.2. Na iedere Touchdown krijgt het scorende team één poging om 1 extra punt (vanaf de 6 yard) of 2 extra punten (vanaf de 12 yard) te scoren.
- 5.3. Een team scoort een Safety (2 punten) als de baldrager wordt getackeld in zijn/haar eigen endzone.
- 5.4. Na een safety wordt het spel door het scorende team weer gestart op de 5 eigen yard lijn.

## **6. Snap**

- 6.1. De bal moet door de benen van de Center worden “gesnapt” (achterwaarts gooien).  
Penalty: Illegal Snap, dead ball foul, 5 yards from the previous spot
- 6.2. “Shotgun formation” is toegestaan (lange snap).
- 6.3. Er mag maar 1 offense speler bewegen (in motion) achter de LOS voor de snap. Penalty: Illegal shift, Live ball foul, 5-yard penalty from the previous spot
- 6.4. De speler in motion mag niet voorwaarts bewegen voor de snap Penalty: Illegal motion, Live ball foul, 5-yard penalty from the previous spot
- 6.5. Geen speler zal voor de snap op of voorbij de bal zijn, uitgezonderd de Snapper. Penalty: Offside Defense, Live ball foul, 5-yard penalty from the previous spot  
Penalty: Encroachment Offense, Dead ball foul, 5-yard penalty from the previous spot
- 6.6. Wanneer de snap niet goed ontvangen wordt door de QB direct affluiten en de down direct overnieuw spelen (geen 30 seconden), het is dus geen fumble.

## **7. Gooien**

- 7.1. Voorwaartse passes moeten worden gegooid vanachter de Line of Scrimmage (LOS) er is 1 voorwaartse pass toegestaan. Penalty: Illegal forward pass, Live ball foul, 5-yard penalty from previous spot
- 7.2. De quarterback (QB) moet binnen 5 seconden de bal achter- of zijwaarts afgeven (hand-off) of gooien anders wordt de aanval afgefloten en is de poging voorbij. Penalty: Illegal procedure, Dead ball foul, Loss of down
- 7.3. De QB mag niet geblitzt worden behalve als deze een fake poging heeft gedaan om de bal af te geven aan een medespeler Deze regel veranderd in:
- 7.4. De QB mag door 1 speler geblitzt worden die vanaf 7 yard van de LOS komt. Penalty: Personal Foul, Illegal rushing, live ball foul, 15-yard penalty from the basic spot
- 7.5. De defense mag niet over de LOS komen, behalve als de QB de bal heeft afgegeven of een fake poging heeft gedaan mag de defense de LOS passeren. Penalty: Illegal rushing, live ball foul, 5-yard penalty from the basic spot.

## **8. Vangen**

- 8.1. Alle spelers mogen de bal vangen, ook de QB nadat hij de bal heeft afgegeven.
- 8.2. De receiver moet minimaal 1 voet binnen de lijnen hebben wanneer hij de bal vangt.
- 8.3. Geen speler mag een andere speler belemmeren om een bal te vangen Penalty: Offensive pass interference. Live ball foul, 10 yards penalty from the previous spot and a loss of down  
Penalty: defensive pass interference. Live ball foul, 15-yards penalty from the previous spot if penalty occurs more than 15 yards from the previous spot, otherwise spot foul. Automatic 1st down.

## **9. Lopen**

- 9.1. De QB mag niet met de bal voorbij de LOS lopen. Penalty: Illegal Procedure, live ball foul, 5 yards from the previous spot and loss of down
- 9.2. Alleen achter de LOS zijn directe 'hand-offs' toegestaan. De offense mag meerdere hand-offs uitvoeren (Reverse plays).
- 9.3. De speler die de 'hand-off' heeft gekregen, mag de bal nog gooien mits hij zich achter de LOS bevindt Penalty: Illegal forward pass, live ball foul, 5 yards from the previous spot and loss of down.
- 9.4. Wanneer de bal is afgegeven aan een speler achter de LOS, mogen alle spelers van de defense deze speler aanvallen
- 9.5. Op de plaats waar de baldrager is getackeld, start de volgende aanval.
- 9.6. Blokken in het "Downfield" (gebied na de LOS) is toegestaan, maar alleen boven de heupen Penalty: Blocking below the waist 15 yards from the basic spot
- 9.7. Vasthouden van een speler zonder de bal is niet toegestaan. Penalty: holding, live ball foul, 10 yards from spot of foul, previous spot if by offense and penalty occurs behind the LOS.

## **10. Punt situatie**

- 10.1. Wanneer de offense besluit de vierde poging te punten moet dit duidelijk worden aangegeven. Penalty: Unsportmans Like Conduct, dead ball foul, 15 yard from basic spot.
- 10.2. Als het ontvangende team de bal vangt dan mag hij terug gelopen worden.
- 10.3. Als de bal de grond raakt is hij op dat punt dood en start het ontvangende team met de offense daar waar de bal als eerste de grond heeft geraakt.

## **11. Conduct of player, coaches and spectators**

- 11.1. Excessief harde en/of onnodige tackles zijn niet toegestaan. Penalty: Personal, Live/dead ball foul, 15 yard from basic spot and automatic first down. Also subject for disqualification
- 11.2. Vloeken en schelden is niet toegestaan (geldt ook voor coaches en supporters). Penalty: Unsportmans Like Conduct, dead ball foul, 15 yard from basic spot and automatic first down. Also subject for disqualification.
- 11.3. Omdat we spelen met running clock wordt van de spelers verwacht om de bal zo snel mogelijk aan de official te brengen. Penalty: Unsportmans Like Conduct, dead ball foul, 15 yard from basic spot and automatic first down. Also subject for disqualification.
- 11.4. Helmen mogen niet op het speelveld op of afgedaan worden, dit doet men in de teamarea uitgezonderd bij een injury waarbij de medic de beslissing neemt. Penalty: Unsportmans Like Conduct, dead ball foul, 15 yard from basic spot and automatic first down. Also subject for disqualification. Wanneer bovenstaande offense betreft is het 15 yard en een LOD. Overige bepalingen
- 11.5. Daar waar deze regels niet in voorzien wordt gespeeld volgens de door de NCAA vastgestelde regels voor American football zoals deze zijn aangenomen door de AFBN.

De referee kan in alle gevallen anders bepalen en heeft altijd het laatste woord.