

# REGOLAMENTO CALCIO A 7

Stagione sportiva 2025/2026

Il seguente documento norma la disputa delle partite di campionato di calcio a 7 proposto dalla Lega Calcio Amatori Treviso (L.A.C.T.) adattando quanto descritto nel regolamento ufficiale del "Giuoco del Calcio a 7" rilasciato da FIGC e AIA.

Per quanto non descritto al seguente documento si rimanda al regolamento ufficiale redatto dalla L.A.C.T. "REGOLAMENTO STAGIONE SPORTIVA 2025/26 Serie A - B Amatori - Over 40 - Over 50 - Calcio a 7" presente sul sito internet ufficiale della Lega Calcio Amatori Treviso.

## AFFILIAZIONE - ISCRIZIONE AI CAMPIONATI

Ogni gruppo, squadra o società, che intendesse partecipare ai campionati o tornei proposti dalla Lega Amatori Calcio Treviso è tenuta, tramite i propri organi, a sottoscrivere l'apposita scheda di affiliazione, all'uopo elaborata dalla L.A.C.T., che dovrà essere corredata dalla copia del documento di identità del Presidente, il quale contestualmente chiederà di essere iscritto quale Socio della L.A.C.T. Eventuali cambiamenti rispetto ai dati contenuti nell'affiliazione dovranno essere comunicati all'organizzazione (entro 10 giorni dalle variazioni intervenute), mediante presentazione del nuovo prospetto. Tale compito spetta al Presidente o ai due Responsabili di squadra che sono i referenti per la LACT. Ogni Società regolarmente "affiliata" alla L.A.C.T per poter prendere parte ai vari campionati dovrà produrre apposita scheda di iscrizione, debitamente sottoscritta dal Presidente della Società, all'uopo elaborata dalla L.A.C.T

## VERSAMENTO QUOTA D'ISCRIZIONE E DEPOSITO CAUZIONALE

Il versamento della quota d'iscrizione per ogni gruppo, squadra o società può essere disposto in forma di singolo pagamento o alternativamente suddiviso in più pagamenti.

Il deposito cauzionale, necessario per finalizzare l'iscrizione, di euro 100 per ogni gruppo, squadra o società dovrà essere versato entro e non oltre l'inizio del torneo. Il deposito cauzionale costituisce parte della quota totale d'iscrizione.

## ELENCO DELLE REGOLE

### REGOLA A: IL TERRENO DI GIOCO

#### 1.SUPERFICIE DEL TERRENO

Il terreno di gioco può essere in erba naturale, in erba naturale rinforzata o in manto erboso artificiale. La superficie deve essere di colore verde con linee bianche, arancioni, gialle oppure rosse.

#### 2. SEGNATURA DEL TERRENO

Le linee necessariamente tracciate sono quelle laterali, quelle di porta e quelle di rigore. La linea mediana può non essere tracciata purché sia presente il punto di metà campo centrale utile per la ripresa di gioco e il fischio d'inizio. Attorno al punto può essere tracciata una circonferenza di diametro compreso tra 6 e 8 metri, ma non risulta obbligatoria.

Tutte le linee non devono superare i 12 cm di spessore e tutte le linee fanno parte delle superfici che delimitano e del campo di gioco in generale. Sono consentite altre linee purché siano di un colore differente e chiaramente distinguibili dalle linee del terreno di gioco per il calcio.

### 3. DIMENSIONI

La lunghezza delle linee laterali deve essere superiore alla lunghezza delle linee di porta.

Lunghezza (linea laterale): 50 m al netto delle linee di segnatura

Larghezza (linea di porta): 30 m al netto delle linee di segnatura

In casi eccezionali, le misure possono essere ridotte o aumentate del 15% di scarto rispetto alla dimensione prevista.

### 4. L'AREA DI RIGORE

Le dimensioni delle aree di rigore sono di 18 x 9 metri. In casi particolari, l'area di rigore può avere forma differente purché sia inscritta in un'area non inferiore ad un rettangolo di 15 x 6 metri.

Il punto del calcio di rigore si posiziona a una distanza dalla linea di porta di 7 metri. Può essere anche posizionato fuori dall'area di rigore, purché rispetti le distanze appena descritte.

### 5. LE BANDIERINE (non obbligatorie)

A ciascun angolo del terreno di gioco può essere infissa un'asta con bandierina. L'asta non deve essere appuntita in alto e deve avere un'altezza non inferiore a 1,50 m dal terreno.

### 6. LE PORTE

Una porta deve essere posta al centro di ciascuna linea di porta.

Le loro dimensioni sono di 5 x 2 metri.

Devono essere rigidamente connesse al terreno con un sistema di ancoraggio anche provvisorio purché saldo.

I pali sono obbligatoriamente bianchi mentre le reti possono avere colorazione differente.

## REGOLA B: IL PALLONE

### 1. CARATTERISTICHE E DIMENSIONI

È fatto obbligo l'utilizzo del pallone di misura 5 per ogni gara ufficiale. È fatto obbligo alle società partecipanti alle gare di provvedere autonomamente al reperimento di eventuali palloni di riscaldamento pre-gara. La squadra di casa mette a disposizione 2 palloni per disputare la gara che non vengono utilizzati per il riscaldamento.

## REGOLA C: I CALCIATORI

### 1. NUMERO DI CALCIATORI

Scendono in campo 7 giocatori titolari, di cui uno portiere, mentre i restanti si sistemano in panchina. Nessuna gara potrà iniziare o proseguire se l'una o l'altra squadra dispone di meno di quattro calciatori. Il numero massimo di giocatori inseribili nella distinta di gara è di 15 esclusi dirigenti (5 massimo) e allenatore (1). Tutti i giocatori (e i dirigenti e l'allenatore?) devono regolarmente essere tesserati. Il riconoscimento verrà effettuato dall'arbitro durante la fase di riscaldamento pre gara attraverso l'esibizione della tessera L.A.C.T. in possesso agli atleti.

### 2. IL CAPITANO

Ogni squadra deve indicare il capitano tra i giocatori in lista. Quando il capitano esce per sostituzione non è necessario che trasferisca la fascia ad un altro giocatore. Il capitano può non scendere in campo come titolare.

### 3. NUMERO DI SOSTITUZIONI

È consentito un numero illimitato di sostituzioni (a gioco fermo) e il giocatore che viene sostituito può rientrare successivamente.

#### 4. PROCEDURA DELLA SOSTITUZIONE

Per sostituire un calciatore titolare con uno di riserva, deve essere osservata la seguente procedura:

- l'arbitro deve essere informato prima che la sostituzione avvenga dall'allenatore, se assente dal capitano.
- non appena avviene un'interruzione del gioco, il calciatore che viene sostituito riceve l'autorizzazione dell'arbitro per uscire dal terreno di gioco, a meno che sia già fuori di esso.
- il calciatore che viene sostituito non è obbligato ad uscire dal terreno di gioco all'altezza della linea mediana, purché prenda posizione velocemente nella propria panchina.
- se un calciatore che deve essere sostituito rifiuta di uscire dal terreno di gioco, il gioco prosegue.

In caso di sostituzione tra il primo e il secondo tempo, non è necessario effettuare alcuna delle precedenti istruzioni purché l'arbitro sia stato informato del cambio.

#### 5. IL RICONOSCIMENTO

Il riconoscimento effettuato dall'arbitro durante la fase di riscaldamento pre gara è necessario per verificare che tutti i giocatori inseriti in lista siano regolarmente tesserati.

#### 6. CERTIFICAZIONE MEDICA - ASSICURAZIONE PERSONALE

Ogni singolo giocatore, per poter prendere parte alle varie partite, e tutti i dirigenti inseriti nella lista ufficiale dovranno essere in possesso di una tessera associativa - assicurativa emessa dall'Ente di Promozione Sportiva segnalato dalla LACT. Non saranno accettati altri titoli. E' fatto obbligo ad ogni giocatore di possedere un certificato medico, che attesti la sua idoneità fisica alla pratica del gioco "Calcio Agonistico". Il Presidente e i Responsabili di squadra sono ritenuti garanti civilmente e penalmente di quanto detto. Tutta la documentazione medica e associativa dei giocatori sarà trattenuta agli atti dalla Società, che si impegna ad esibirla su richiesta dell'organizzazione o dell'autorità competenti.

3

#### REGOLA D: L'EQUIPAGGIAMENTO DEI CALCIATORI

Prima di entrare in campo l'arbitro potrà verificare la tipologia di calzatura indossata dai giocatori e sanzionare la squadra che schiera giocatori con calzature non ritenute idonee al terreno di gioco.

Per i terreni di gioco in erba naturale sarà consentito l'utilizzo di sole calzature con tacchettatura n.12 o 13, di tipologia "FG - Firm Ground" o "MG - Multi Ground" e in caso di avversità meteo o terreno particolarmente bagnato tacchettatura in materiale metallico n.6.

Per i terreni di gioco in erba sintetica sarà consentito l'utilizzo di sole calzature con micro tacchettatura o in suola liscia riconosciute come "scarpe da calcio a 5".

E' obbligatorio l'utilizzo di parastinchi per tutti i giocatori, sia in campo sia in panchina se facenti parte della lista dei giocatori schierabili.

I giocatori seduti in panchina devono indossare un indumento che li renda riconoscibilmente non parte attiva del gioco (pettorina fluorescente o alternativamente giaccone in caso di clima rigido). E devono mantenerla anche durante il riscaldamento a bordo campo prima di entrare in gioco.

Se due squadre presentano lo stesso colore di maglia e non dispongono di una seconda maglia di colorazione differente, è fatto obbligo alla squadra in casa l'utilizzo delle pettorine fluorescenti (casacche).

**REGOLA E: CONDIZIONI DI GARA**

Una gara non può essere iniziata o proseguita nel caso in cui una squadra si trovi, per qualsiasi motivo, ad avere meno di quattro calciatori partecipanti al gioco.

Persone ammesse nel recinto di gioco:

- a) 1 allenatore;
- b) 5 dirigenti in varie figure;
- c) i calciatori titolari e di riserva (max. 15);
- d) Possono, inoltre essere ammessi nel recinto di gioco, i fotografi e i tele-operatori comunicati preventivamente e regolarmente autorizzati.

**REGOLA F: L'ARBITRO E GLI ALTRI UFFICIALI DI GARA**

L'arbitro, oltre all'equipaggiamento e al vestiario previsto da regolamento FIGC del gioco del calcio, può indossare una body-cam per le riprese delle gare.

Nelle partite di calcio a 7 non è previsto l'utilizzo di alcun ufficiale di gara oltre all'arbitro (non ci sono i guardalinee).

**REGOLA G: LA DURATA DELLA GARA****1. PERIODI DI GIOCO**

Una gara si compone di due periodi di gioco di 25 minuti ciascuno più eventuale recupero.

**2. INTERVALLO DI METÀ GARA**

I calciatori hanno diritto ad un intervallo tra i due periodi di gioco, non superiore ai 10 minuti.

**3. RECUPERO DELLE PERDITE DI TEMPO**

Ciascun periodo di gioco deve essere prolungato dall'arbitro per recuperare tutto il tempo perduto per:

- le sostituzioni
- l'accertamento e/o l'uscita dal terreno di gioco dei calciatori infortunati
- le manovre tendenti a perdere tempo
- i provvedimenti disciplinari

Il recupero di un qualsiasi tempo di gioco non può superare i 5 minuti totali.

**4. PRESENTAZIONE LISTE**

Le squadre sono obbligate a presentare almeno 20 minuti prima del fischio d'inizio della gara. In tale arco di tempo gli atleti potranno effettuare il riscaldamento pre-gara.

**REGOLA H: CALCIO D'INIZIO E LA RIPRESA DEL GIOCO**

Per ogni calcio d'inizio:

- tutti i calciatori, eccetto colui che lo esegue, devono essere nella propria metà del terreno di gioco gli avversari della squadra che esegue il calcio d'inizio devono essere almeno a 6 m dal pallone o laddove presente fuori dalla circonferenza, fino a quando lo stesso non sia in gioco
- il pallone deve essere fermo sul punto centrale del terreno di gioco
- l'arbitro emette un fischio per autorizzare l'esecuzione del calcio d'inizio
- il pallone è in gioco quando viene calciato e si muove chiaramente
- una rete o un'autorete non possono essere segnate direttamente su calcio d'inizio
- il primo tocco del pallone dopo il fischio non può essere direttamente indirizzato verso la porta avversaria, infatti deve essere un passaggio a un compagno di squadra.

## REGOLA I: FUORIGIOCO

Non esiste il fuorigioco nel calcio a 7.

## REGOLA L: FALLI, SCORRETTEZZE E SANZIONI

### 1. FALLI E SCORRETTEZZE

Per tutti i falli e le scorrettezze di gioco si applicano i criteri del gioco del calcio a 11 descritti dalla FIGC, fatta eccezione per le regole del retropassaggio.

È, infatti, ammesso al portiere toccare e impossessarsi del pallone con le mani dopo:

- che è stato intenzionalmente calciato verso di lui da un compagno di squadra
- averlo ricevuto direttamente da un compagno di squadra su rimessa dalla linea laterale.

È quindi sempre concesso il "retropassaggio con le mani" al portiere, anche più volte nella stessa azione.

Quando un portiere ha il controllo del pallone con le mani non può essere contrastato da un avversario. Non è attiva la regola degli 8 secondi.

### 2. SANZIONI

In caso di irregolarità, le squadre sono tenute a versare:

Ammonizione euro 3; Squalifica per Espulsione euro 10 per ogni giornata. Ritardo presentazioni liste euro 20; liste irregolari, non leggibili anche in parte o con presenza di cancellature euro 20; ritardo presentazione in campo euro 20; inizio partita con meno di 11 giocatori euro 20; mancanza o inefficienza dei 2 palloni previsti euro 20; mancanza cartellini o lista euro 20; presenza nel recinto di gioco di persone non inserite nella lista presentata al direttore di gara euro 20; tassa reclamo restituibile euro 50; mancata presentazione alle riunioni ufficiali euro 20, assenza alla cerimonia di premiazione finale euro 50 e 1 punto di penalizzazione da scontare nel campionato successivo.

## REGOLA 11: I CALCI DI PUNIZIONE

Il pallone deve essere fermo al momento del calcio, che avviene dopo il fischio dell'arbitro. Tutti gli avversari si posizionano a 7 metri di distanza dal pallone, compresa la barriera qualora fosse richiesta dal giocatore avversario.

## REGOLA 12: IL CALCIO DI RIGORE

### 1. PROCEDURA

Il pallone deve essere fermo sul punto del calcio di rigore, posizionato a una distanza dalla linea di porta di 7i. Il calciatore incaricato di eseguire il calcio di rigore deve essere chiaramente identificato. Il portiere della squadra difendente deve rimanere sulla linea di porta, all'interno dei pali, senza toccare i pali della porta, la traversa o la rete della porta, facendo fronte a chi esegue il tiro fino a quando il pallone è stato calciato. Quando il pallone viene calciato, il portiere difendente deve avere almeno parte di un piede che tocca la linea di porta o che sia in linea con essa.

Tutti i calciatori, tranne l'incaricato del tiro e il portiere, devono posizionarsi:

- ad almeno 7 m dal punto del calcio di rigore
- dietro il punto del calcio di rigore
- sul terreno di gioco
- fuori dell'area di rigore.

Dopo che i calciatori hanno preso posizione in conformità con questa Regola, l'arbitro emette il fischio per l'esecuzione del calcio di rigore. Il calciatore che esegue il calcio di rigore deve calciare il pallone in avanti; è consentita l'esecuzione con un colpo di tacco purché il pallone si muova in avanti. Il pallone è in gioco quando viene calciato e si muove chiaramente. Il calciatore che ha eseguito il tiro non può toccare di nuovo il pallone prima che lo stesso sia stato toccato da un altro calciatore. Il calcio di rigore è completato quando il pallone cessa di muoversi, esce fuori dal terreno di gioco o l'arbitro interrompe il gioco per qualsiasi infrazione alle Regole. Se un calciatore della squadra difendente (incluso il portiere) commette un'infrazione e la rete non viene segnata, il calcio di rigore sarà ripetuto.

### **REGOLA 13: LA RIMESSA DALLA LINEA LATERALE**

Le rimesse laterali vengono effettuate con le mani.

### **REGOLA 14: IL CALCIO DI RINVIO**

Il pallone viene colpito da fermo dal portiere o un qualsiasi altro compagno da una distanza di massimo due metri dalla linea di porta. Il pallone può rimanere all'interno dell'area di rigore dopo il primo colpo. I calciatori avversari devono rimanere fuori dall'area di rigore fino al primo tocco, mentre quelli in possesso del pallone possono posizionarsi liberamente all'interno dell'area di gioco.

### **REGOLA 15: IL CALCIO D'ANGOLO**

Il calcio d'angolo viene battuto come da normativa del calcio a 11.

### **REGOLA 16: ESPULSIONE**

In caso di espulsione di un giocatore lo stesso non potrà più rientrare in campo e dovrà lasciare definitivamente l'area di gioco, ma trascorsi 7 minuti dall'espulsione al suo posto potrà entrare un nuovo giocatore. Nel caso non ci fossero giocatori a disposizione in panchina la squadra resterà in inferiorità numerica sino al termine della gara.