

Kävelypotkupallo, eli kävelyfutis Säännöt

Kävelyfutis on turvallinen ja matalan kynnyksen liikuntamuoto, joka soveltuu kaikenikäisille ja -kuntoisille. Laji perustuu jalkapalloon, mutta siinä on tehty sääntömuutoksia, jotka vähentävät loukkaantumiseriskiä ja tekevät pelistä rauhallisemman.

Liikkuminen

- **Kävely:** Pelaajien on liikuttava kävellen; toinen jalka on pidettävä maassa koko ajan.
- **Juokseminen kielletty:** Juoksemisesta seuraa varoitus ja epäsuora vapaapotku vastustajalle. Kolmannesta juoksurikkeestä tuomitaan rangaistuspotku.

Pallon käsittely

- **Pallon korkeus:** Pallon tulee pysyä maalin yläriman alapuolella. Poikkeuksena ovat tilanteet, joissa pallo kohoaa ilmaan maalivahdin torjunnan tai kimmokkeen seurauksena.
- **Pään käyttö:** Pallon pelaaminen päällä on kielletty.
- **Käsien käyttö:** Tahallinen käsipallo on kielletty

Kielletyt toiminnot

- **Fyysinen kontakti:** Taklaukset, liukutaklaukset ja vastustajan estäminen ovat kiellettyjä.
- **Maalialueen sääntö:** Vain maalivahti saa olla maalialueella. Hyökkäävän pelaajan astuessa alueelle tuomitaan vapaapotku vastustajalle.

Pelin kulku

- **Sivurajapotku:** Sivurajaheiton sijaan peli jatkuu sivurajapotkulla.
- **Vapaapotkut:** Kaikki vapaapotkut ovat epäsuoria, eli maalia ei voi tehdä suoraan vapaapotkusta.
- **Pelaajavaihdot:** Edestakaiset pelaajavaihdot ovat sallittuja, ja maalivahtia saa vaihtaa koska tahansa pelin ollessa pysähdyksissä.

Maalivahti

- **Alueella pysyminen:** Maalivahdin on pysyttävä omalla alueellaan. Alueen ulkopuolelle menemisestä seuraa vapaapotku vastustajalle.
- **Pallon käsittelyaika:** Maalivahti saa pitää palloa hallussaan enintään 6 sekuntia.

Rangaistukset

- **Keltainen kortti:** Varoitus annetaan epäurheilijamaisesta käytöksestä tai sääntörikkomuksista. Kaksi keltaista korttia johtaa ulosajoon.
- **Punainen kortti:** Vakavista rikkeistä, kuten väkivallasta tai toistuvasta sääntöjen rikkomisesta, seuraa suora ulosajo.