

Regelkatalog HNS-Cup 2026

1.	Gespielt wird mit einem Torwart und sechs Feldspielern. Es müssen immer mindestens zwei Mädchen je Team auf dem Spielfeld sein.
2.	Die Spielzeit beträgt sieben Minuten (im Endspiel zehn Minuten). Die Zeit wird bei Spielunterbrechungen gestoppt.
3.	Nach Unentschieden in den Finalspielen erfolgt direkt ein Sieben-Meter-Schießen (Modus Best of five: Fünf Schützen je Team).
4.	Der Torwart darf das Tor verlassen und sich auf dem gesamten Spielfeld bewegen und auch Tore erzielen. Es gibt jedoch keine „letzter Mann“-Regel. Nur ein Spieler kann Torwart sein.
5.	Tore können von überall auf dem Spielfeld erzielt werden (auch hinter der Mittellinie oder aus dem eigenen Strafraum).
6.	Es gibt keine Begrenzung bei Spielerwechseln. Gewechselt wird „fliegend“ an der Seitenauslinie der eigenen Spielhälfte.
7.	Die Rückpassregel ist aufgehoben.
8.	Die Abseitsregel ist aufgehoben.
9.	Bälle im Seitenaus werden flach eingeschossen (gepasst). Eckbälle können hoch reingeflankt werden.
10.	Alle Freistöße werden indirekt ausgeführt (mindestens ein Pass muss vor dem Torschuss stattfinden).
11.	Bei Foulspiel oder Handspiel im Strafraum gibt es einen Strafstoß aus sieben Metern Torentfernung.
12.	Jedes Team startet pro Spiel mit drei Fairness-Punkten. Von diesen Fairness-Punkten wird bei grobem Foulspiel oder grober Unsportlichkeit (zum Beispiel Nachtreten, Beleidigungen, Ballwegschießen, absichtlichem Handspiel, Zeitspiel, usw.) jeweils ein Punkt abgezogen. Das Team, das nach Spielende mehr Fairness-Punkte hat, bekommt ein weiteres Tor gutgeschrieben.
13.	Die Ahndungsmöglichkeiten des Schiedsrichters sind: Gelbe Karte (gleichbedeutend mit einer Zwei-Minuten-Strafe), Gelb-Rote-Karte (Ausschluss vom Spiel), Rote Karte (Ausschluss vom Turnier).
14.	Die Teams müssen durch gleiche Farben der Mitspieler (Leibchen, T-Shirts) erkennbar sein.
15.	Das Tragen von Schmuck ist nicht erlaubt.