



IAAFL – International Amateur American Football League  
Partner of CSIT - World Sports Games & Single Championships

# REGOLAMENTO FLAG FOOTBALL

EDIZIONE 2023



## Flag – Touch Football

E' la versione 5 contro 5 e senza contatto fisico del Football Americano.

In sintesi il Flag – Touch Football è un gioco/sport con utili caratteristiche educative:

1) Sensibilizza i ragazzi alla solidarietà, coltiva lo spirito di squadra attraverso la responsabilizzazione dell'individuo al servizio degli obiettivi del collettivo.

2) E' "inclusivo" ed universale. E' studiato per introdurre alla pratica sportiva tutti quei ragazzi che per motivi fisici, psichici o comportamentali non riescono ad inserirsi nelle discipline sportive più comuni e competitive (calcio, basket e volley su tutte);

è praticabile sia dai ragazzi sia dalle ragazze, in squadre che miste.

3) Ha un'enorme valenza dal punto di vista dello spirito d'iniziativa e dello sviluppo delle capacità decisionali. L'esigenza della "conquista del territorio" attraverso la scelta e la messa in atto della strategia più idonea (gli schemi), in un tempo determinato (30 secondi), educa alla gestione di situazioni critiche.

4) E' un gioco / sport completo dal punto di vista psicofisico.

Contribuisce allo sviluppo delle capacità senso percettive, al consolidamento degli schemi motori di base attraverso un lavoro intenso ma divertente che pone in attività tutte le catene muscolari (bisogna correre, saltare, lanciare, ricevere) ma anche di corretti comportamenti relazionali e all'acquisizione di abilità di comunicazione (attaccare, difendere, selezionare ed utilizzare strategie e reagire alle strategie degli avversari)

E', infine, un gioco in cui il rischio di infortunio si riduce al minimo grazie al divieto assoluto di contatto fisico e alla eliminazione del possibile impatto col terreno di gioco che si concretizza con il fischio dell'arbitro ogni volta che il pallone tocca terra (è così eliminata l'eventualità che i giocatori possano tuffarsi per afferrare una palla che è caduta per terra rischiando di farsi male).

E' consigliato, per la sicurezza dei giocatori, l'uso di un "paradenti" in materiale gommoso nonché di guantini (escluso, per la mano lanciante, il Quarterback), oltre a scarpe adatte alla superficie di gioco (tacchetti per terreno erboso, gomma per linoleum o cemento).

## Le Regole del Flag Football

Il regolamento IFAF Flag Football è basato sul regolamento IFAF Tackle Football (NdT a sua volta strettamente derivato da quello NCAA).

Per mantenere il regolamento del Flag semplice e sintetico, molte cose non sono spiegate. Solamente le cose più importanti o particolari sono state esplicitamente inserite e regolamentate. In questo modo il Regolamento del Flag Football permetterà di giocare a Flag senza che sia necessaria la conoscenza del regolamento del Tackle Football. Se ci sarà la necessità di maggiori dettagli (ad esempio, le dimensioni della palla), si dovrà fare riferimento al Regolamento del Tackle Football (nell'esempio, Regola 1-3-1). Coach ed arbitri devono conoscere anche il Regolamento del Tackle Football.

Il Codice del Football è parte integrante del Regolamento del Flag.

Il referee prenderà le sue decisioni utilizzando le regole del Tackle Football quando ci sono situazioni non coperte da questo Regolamento. I

I Flag football è uno sport senza contatto. Non è permesso bloccare, placcare né calciare.

La struttura di questo Regolamento segue quella del Tackle Football, ma contenuti e numerazione non sono corrispondenti.

### Variazioni Nazionali

Negli incontri delle competizioni nazionali è possibile modificare le seguenti regole:

R 1-1-1 Le dimensioni del campo possono essere variate in relazione al terreno di gioco ed all'età dei partecipanti. La lunghezza del campo (escluse le end zone) potrà andare da un minimo di 40 yard (36,60 metri) sino ad un massimo di 60 yard (54,90 metri).

Le end zone potranno essere accorciate sino ad un minimo di 8 yard (7,30 metri).

La larghezza può essere ridotta ad un minimo di 20 yard (18,30 metri) od estesa ad un massimo di 30 yard (27,45 metri).

Non è possibile variare l'area di sicurezza. E' possibile ridurre lunghezza e/o larghezza e/o le end zone o estendere lunghezza (con end zone di 10 yard) e/o larghezza. Non è possibile ridurre la lunghezza ed estendere la larghezza o viceversa.

R 1-1-1 Le segnature obbligatorie sono le side line, le goal line e le end line. R 1-1-1 I piloncini o i coni piatti sono solo raccomandati.

R 1-1-1 L'indicatore del down è solo raccomandato.

R 1-1-1 Il tabellone dei punteggi è solo raccomandato.

R 1-1-1 Il numero di giocatori delle squadre può essere superiore a 12.

R 1-1-1 Le squadre possono avere giocatori di sesso diverso.

R 1-1-4 Gli arbitri sono solo raccomandati.

R 1-2-1 La palla di gioco non è necessario che sia in pelle naturale.

R 1-3-1 La flag possono essere diverse dal tipo sonic e/o pop nelle partite giovanili.

R 1-3-1 R-1-3-2 Il paradenti può essere solo raccomandato. I copricapi possono essere autorizzati, se non mettono a rischio l'incolumità degli altri giocatori.

R 3-2-1 Il tempo di gioco può essere variato in relazione alla competizione o all'età dei partecipanti.

R 3-3-2 I timeout possono essere variati in relazione alla competizione o all'età dei partecipanti.

### Indoor Flag Football

Ulteriori possibili modifiche:

R 1-1-1 Le dimensioni del campo possono essere cambiate per adattarsi all'impianto di gioco.

R 1-1-1 I piloncini o i coni piatti sono solo raccomandati.

R 1-3-1 Le scarpe devono avere soles piatte, non colorate e non marcanti.

R 3-2-5 Il tempo di gioco si fermerà solo nell'ultimo minuto di ogni periodo.

R 5-1-1 Il numero dei down di una serie può essere ridotto a 3.

R 5-1-1 Può essere eliminata la middle line (elimina la possibilità di assegnare un primo down).

Tutte le altre regole sono regole di condotta e non possono essere modificate

## **REGOLA 1. Il Gioco, Campo, Palla ed Equipaggiamento**

### **SEZIONE 1. Aspetti Generali**

#### **ARTICOLO 1. Il Gioco**

Il gioco verrà disputato tra due squadre di non più di 5 giocatori ciascuna, su un campo rettangolare e con una palla regolamentare. Per i dettagli vedere il capitolo Diagramma del Campo.

Le squadre possono avere a roster sino ad un massimo di 12 giocatori (5 in campo e 7 sostituti). Le squadre possono schierare fino ad un minimo di 4 giocatori. Se sono disponibili meno di 4 giocatori, la partita è sospesa a causa della squadra che non può schierarne almeno 4 in campo.

Le squadre possono schierare solo giocatori dello stesso sesso.

#### **ARTICOLO 2. Squadra Vincitrice e Punteggio Finale**

Ad ogni squadra verrà concessa l'opportunità di avanzare la palla oltre la goal line della squadra avversaria correndola o passandola.

Alle squadre saranno riconosciuti i punti delle segnature in base al regolamento e la squadra che avrà il punteggio più alto alla fine della partita, inclusi i tempi supplementari, sarà la squadra vincitrice.

#### **ARTICOLO 3. Supervisione**

La partita verrà giocata sotto la supervisione di 2 o più arbitri.

#### **ARTICOLO 4. Capitani e Allenatori**

Ogni squadra designerà al referee non più di 2 giocatori come capitani in campo e non più di 2 allenatori.

### **SEZIONE 2. La Palla**

#### **ARTICOLO 1. Specifiche**

La palla sarà fatta di pelle, nuova o simile a nuova, con dimensioni, peso e pressione regolamentari; la palla non può essere in alcun modo alterata. Ogni squadra può usare la propria palla di caratteristiche regolamentari.

#### **ARTICOLO 2. Dimensioni Speciali**

Per le donne e i giovani under 16 saranno usate palle Youth size (ex. TDY). Non è obbligatorio che siano di pelle. Per i giovani under 13 saranno usate palle Junior size (ex. TDJ). Non è obbligatorio che siano di pelle.

### **SEZIONE 3. Equipaggiamento**

#### **ARTICOLO 1. Equipaggiamento Obbligatorio**

I giocatori di squadre avversarie devono indossare maglie di colore contrastante. Se le squadre usano maglie di colore simile, la squadra di casa ha l'opzione di scegliere quale squadra cambierà la maglia.

- a. I giocatori di una stessa squadra devono indossare maglie dello stesso colore, taglio e design. Le maglie devono coprire tutto il corpo, essere infilate nei pantaloni ed avere sulla schiena una numerazione araba con colore contrastante ed alta almeno 6 pollici (15 cm). Le maglie non possono essere nastrate (taped) o legate in alcun modo.
- b. I giocatori devono indossare pantaloni dello stesso colore, taglio e design, senza tasche, borchie o cerniere. I giocatori non possono nastrare od in altro modo modificare i loro pantaloni per attenersi a questa regola.
- c. I giocatori devono indossare una cintura per le flag, fissa e stretta in vita, e 2 flag (di tipo sonic o pop). Il giocatore è responsabile per il mantenimento di una flag su ogni anca. Le flag devono avere una larghezza di 2 pollici (5 cm) per una lunghezza di 15 pollici (38 cm). Le flag non possono essere alterate o tagliate. I supporti (socket) non possono essere incollati o modificati in alcun modo e devono essere posti con l'attacco che guarda verso il basso e verso l'esterno. Le flag devono essere chiaramente visibili, essere libere da impedimenti e non possono essere coperte in alcun modo dalla divisa del giocatore. Le flag devono essere di un unico colore differente da tutti quelli dei pantaloni. I giocatori che deliberatamente alterano le loro flag saranno espulsi dalla partita.
- d. Tutti i giocatori devono utilizzare un paradenti di colore visibile che non sporga più di mezzo pollice (1,25 cm).

## **ARTICOLO 2. Equipaggiamento illegale**

- a. Scarpe con tacchetti lunghi più di mezzo pollice (1,25 cm), appuntiti o fatti di qualunque materiale metallico.
- b. Qualunque tipo di casco o copricapo (cappellini, bandane, skullcap o simili).
- c. Qualunque tipo di equipaggiamento protettivo che metta a rischio l'incolumità degli altri giocatori (paraspalle, supporti per le ginocchia o simili).
- d. Occhiali indossati senza prescrizione medica e non fatti di materiale infrangibile.
- e. La gioielleria non può essere indossata o, se impossibile toglierla, deve essere completamente coperta.
- f. Qualunque aggiunta alla divisa, come asciugamani o scaldamani.
- g. Materiale adesivo, vernice, grasso o qualunque altra sostanza scivolosa applicata ad una persona o al suo equipaggiamento o aggiunte che interferiscono con la palla o gli avversari.
- h. Qualunque strumento elettronico, meccanico o di altra natura avente lo scopo di comunicare con un allenatore.

## **ARTICOLO 3. Certificazione degli allenatori**

Prima della partita il capo allenatore (head coach) dovrà dare al referee una copia del roster e certificare che tutti i giocatori della sua squadra indossano l'equipaggiamento obbligatorio e che sono stati informati su quali sono gli equipaggiamenti illegali.

## **REGOLA 2. Definizioni**

### **SEZIONE 1. Aree e linee**

#### **ARTICOLO 1. Il campo**

Il campo è l'area compresa tra la zona di sicurezza e lo spazio sopra di esso.

#### **ARTICOLO 2. Il terreno di gioco**

Il terreno di gioco è l'area compresa dalle linee esterne (side line ed end line), escluse le end zone.

#### **ARTICOLO 3. End Zone**

Le end zone sono le aree di 10 yard poste alle due estremità del campo comprese tra le end line e le goal line.

#### **ARTICOLO 4. No-Running-Zone**

Le No-Running-Zone sono quelle aree profonde 5 yard poste ad entrambe le estremità del campo di fronte alle goal line.

#### **ARTICOLO 5. Goal Line**

Le goal line, una per ciascuna squadra, saranno poste alle estremità opposte del campo di gioco. Le goal line e i piloncini della goal line sono dentro l'end zone. Ciascuna goal line è parte di un piano verticale che separa l'end zone dal campo di gioco quando la palla è toccata o è in possesso di un giocatore, il piano si estende oltre le side line. La goal line di una squadra è quella che sta difendendo.

#### **ARTICOLO 6. Middle Line**

A metà distanza tra le goal line c'è la middle line, che determina la line to gain per guadagnare una nuova serie. La line to gain per una nuova serie è la linea mediana del campo, che corrisponde al centro della middle line, abbreviato in middle.

#### **ARTICOLO 7. In campo, fuori campo**

L'area inclusa tra le side line e le end line è in campo e l'area circostante, comprendente le side line e le end line, è fuori campo.

#### **ARTICOLO 8. Team Area**

La team area è posta all'esterno della safety area e compresa tra le no-running line.

### **SEZIONE 2. Definizione delle squadre e dei giocatori**

#### **ARTICOLO 1. Attacco e Difesa**

L'attacco è la squadra che mette in gioco la palla con uno snap; la difesa è la squadra avversaria.

#### **ARTICOLO 2. Snapper**

Lo snapper è il giocatore d'attacco che mette in gioco la palla con uno snap.

#### **ARTICOLO 3. Quarterback**

Il quarterback è il giocatore d'attacco che per primo riceve la palla dopo lo snap.

#### **ARTICOLO 4. Lanciatore**

Il lanciatore è il giocatore d'attacco che effettua un lancio legale in avanti.

#### **ARTICOLO 5. Portatore di palla (runner)**

Il portatore di palla (runner) è un giocatore in possesso di una palla viva.

## **ARTICOLO 6. Blitzer**

Il blitzer è il giocatore di difesa che attraversa la linea di scrimmage quando la palla è viva e prima che il quarterback l'abbia rilasciata.

I blitzer possono chiedere il diritto di traiettoria se alzano chiaramente una mano oltre la testa almeno nell'ultimo secondo prima dello snap. Il blitz deve essere iniziato immediatamente dopo lo snap, rapido e diretto verso il punto dove il quarterback riceve lo snap.

Se un blitzer dà un segnale irregolare, si muove lentamente, si dirige verso un altro punto o cambia direzione durante il blitz, perde il diritto di traiettoria.

## **ARTICOLO 7. Giocatore fuori campo**

Un giocatore o la palla è fuori campo quando tocca qualunque cosa fuori campo.

## **ARTICOLO 8. Giocatore espulso**

Un giocatore espulso è un giocatore che venga dichiarato non più in grado di partecipare ulteriormente alla gara.

## **ARTICOLO 9. Squadra di casa**

Se entrambe le squadre sono ospiti od in un torneo (con più di 2 squadre), la squadra menzionata per prima sarà la squadra di casa, l'altra sarà la squadra ospite.

## **SEZIONE 3. Down, Scrimmage e Classificazione dei Giochi**

### **ARTICOLO 1. Down**

Un down è una unità della gara che inizia con uno snap legale dopo che la palla è stata dichiarata pronta al gioco (ready for play) e finisce quando la palla diventa successivamente morta. "Tra i down" è un intervallo durante il quale la palla è morta. Un gioco è l'azione tra le due squadre durante un down.

### **ARTICOLO 2. Scrimmage Line**

La scrimmage line per ogni squadra quando la palla è pronta al gioco è la linea relativa alla yard line e il suo piano verticale che passa attraverso il punto della palla più vicino alla propria goal line e che si estende alle side line. Un giocatore attraversa la scrimmage line se una parte del suo corpo è stata oltre la sua scrimmage line.

### **ARTICOLO 3. Lancio in avanti**

Un lancio legale in avanti è l'intervallo tra lo snap e quando il lancio legale in avanti oltre la scrimmage line è completo o intercettato. Qualunque lancio in avanti da dietro la scrimmage line che è incompleto o che viene toccato dalla difesa è considerato un lancio in avanti.

### **ARTICOLO 4. Corsa**

Una corsa è qualunque azione a palla viva che non sia un lancio legale in avanti. I lanci completati dietro la linea di scrimmage sono legali e sono giochi di corsa.

## **SEZIONE 4. La Palla: viva o morta**

### **ARTICOLO 1. Palla viva**

Una palla viva è una palla in gioco. Un lancio che non ha ancora toccato terra è una palla viva in volo.

### **ARTICOLO 2. Palla morta**

Una palla morta è una palla non in gioco.

### **ARTICOLO 3. Quando una palla è pronta al gioco (ready for play)**

Una palla morta è pronta al gioco quando la palla è posizionata sul terreno ed il referee avrà fischiato il ready for play.

## **SEZIONE 5. In avanti, oltre e massimo avanzamento**

### **ARTICOLO 1. In avanti, oltre**

In avanti, oltre oppure avanti a, in riferimento a una delle due squadre, denota la direzione verso una linea di fondo campo avversaria. I termini opposti sono all'indietro oppure dietro.

### **ARTICOLO 2. Massimo avanzamento**

Massimo avanzamento è un termine che indica la fine dell'avanzamento del portatore di palla o del ricevitore in volo di ciascuna squadra e si applica alla posizione della punta più avanzata della palla quando la stessa muore per regola tra le end line.

## **SEZIONE 6. Punti**

### **ARTICOLO 1. Punto di applicazione**

Un punto di applicazione è il punto dal quale è applicata la penalità per un fallo.

### **ARTICOLO 2. Punto di palla morta**

Il punto di palla morta è il punto in cui la palla muore.

### **ARTICOLO 3. Punto del fallo**

Il punto del fallo è il punto in cui è avvenuto il fallo. Se è fuori campo tra le goal line, sarà all'intersezione tra la più vicina linea in campo e la linea della yard estesa sino al punto del fallo. Se è fuori campo tra la goal line e la linea di fondo o dietro la linea di fondo, il fallo è in end zone.

### **ARTICOLO 4. Punto fuori campo**

Il punto di fuori campo è il punto in cui, secondo le regole, la palla muore perché esce o viene dichiarata fuori campo.

## **SEZIONE 7. Fallo, penalità e violazione**

### **ARTICOLO 1. Fallo**

Un fallo è un'infrazione alle regole per il quale è prescritta una penalità. Un fallo personale volontario è un'infrazione alle regole così estrema o deliberata da mettere un avversario in pericolo di un infortunio molto grave.

### **ARTICOLO 2. Penalità**

Una penalità è il risultato imposto dal regolamento contro una squadra che ha commesso un fallo e può includere una o più delle seguenti alternative: perdita di yard, perdita del down, primo down automatico o espulsione. Se la penalità impone la perdita del down, il down conterà come uno dei 4 della serie.

### **ARTICOLO 3. Violazione**

Una violazione è un'infrazione alle regole per la quale non è prescritta una penalità e che non annulla la penalità per un fallo.

### **ARTICOLO 4. Perdita del down**

“Perdita del down” è un'abbreviazione che significa “perdita del diritto a ripetere un down”.

## **SEZIONE 8. Shift, Motion**

### **ARTICOLO 1. Shift**

Uno shift è un cambio di posizione simultaneo da parte di due o più giocatori d'attacco dopo che la palla è pronta per il gioco e prima del successivo snap.

### **ARTICOLO 2. Motion**

Una motion è un cambio di posizione di un giocatore d'attacco dopo che la palla è pronta per il gioco e prima del successivo sna

## **SEZIONE 9. Gestire la palla**

### **ARTICOLO 1. Consegnare la palla (handoff)**

Consegnare la palla è trasferirne il possesso da un giocatore ad un compagno di squadra senza lanciarla.

### **ARTICOLO 2. Lancio e Fumble**

Un lancio è un qualunque atto intenzionale di lanciare la palla in qualunque direzione. Un lancio continua ad essere tale finché è completato da un giocatore oppure la palla muore. Un fumble è un qualunque atto che non sia lanciare oppure consegnare con successo la palla che risulti in una perdita di possesso da parte di un giocatore. Un lancio (o un fumble) può avvenire solo dopo che un giocatore ha guadagnato il possesso della palla. Per lo status della palla non c'è differenza se il possesso è perso intenzionalmente (lancio o handoff) o non intenzionalmente (fumble), una palla viva in volo sarà considerata un lancio.

### **ARTICOLO 3. Possesso**

Possesso significa tenere fermamente o controllare una palla viva.

### **ARTICOLO 4. Battere**

Battere la palla è colpirla intenzionalmente oppure cambiarne intenzionalmente la direzione con la mano oppure con le braccia.

### **ARTICOLO 5. Calciare**

Calciare la palla significa colpirla intenzionalmente con il ginocchio, la parte bassa della gamba o il piede, ed è illegale.

## **SEZIONE 10. Lanci**

### **ARTICOLO 1. Lancio in avanti e all'indietro**

Un lancio in avanti è determinato dal punto dove la palla per prima tocca il terreno, un giocatore, un arbitro o qualsiasi cosa oltre il punto del lancio. Tutti gli altri lanci sono all'indietro, anche se sono laterali (paralleli alla scrimmage line). Uno snap diventa un lancio all'indietro quando lo snapper lascia la palla, anche se essa gli è scivolata dalle mani.

### **ARTICOLO 2. Attraversa la Scrimmage**

Line Un lancio legale in avanti ha attraversato la scrimmage line quando per prima cosa tocca il terreno, un giocatore, un arbitro o qualsiasi cosa oltre la zona neutrale in campo.

### **ARTICOLO 3. Presa, Intercetto**

Una presa è l'atto con cui un giocatore stabilisce un saldo possesso di una palla viva in volo. Una presa al volo di un lancio di un avversario è un intercetto. Un giocatore che salta (nessuna parte del suo corpo tocca il terreno) per fare una presa al volo o un intercetto deve avere un saldo possesso della palla quando per prima cosa tocca il terreno in campo con qualsiasi parte del suo corpo per completare un lancio.

### **ARTICOLO 4. Sack**

Un sack è una flag strappata via al quarterback prima che rilasci la palla.

## **SEZIONE 11. Holding, blocco, contatto e deflag**

### **ARTICOLO 1. Holding**

Fare un holding significa trattenere un avversario o il suo equipaggiamento e non rilasciarlo immediatamente.

### **ARTICOLO 2. Bloccare**

Bloccare significa ostacolare un avversario senza contatto muovendosi sulla sua traiettoria. Un giocatore d'attacco che si muove sulla linea tra un giocatore di difesa ed il runner o sulla traiettoria del blitz sta bloccando. Un giocatore che sta fermo non sta bloccando, anche si trova tra il runner e l'avversario o sulla traiettoria del blitz

### **ARTICOLO 3. Contatto**

Il contatto è toccare un avversario con un impatto. Toccarlo senza un effetto non è contatto.

### **ARTICOLO 4. Deflag (flag pull)**

Fare un deflag (flag pull) significa portar via una o più flag di un giocatore avversario utilizzando le mani.

### **ARTICOLO 5. Proteggere le flag**

Proteggere le flag è il tentativo del runner di evitare un deflag coprendo la flag con qualunque parte del suo corpo (mano, gomito o gamba) o la palla. Proteggere le flag è anche piegarsi in avanti (tuffarsi) o allungare il braccio, con o senza palla, verso l'avversario per rendere più difficoltoso al difensore raggiungere la flag.

## **SEZIONE 12. Saltare, tuffarsi, girare su se stessi (spinning)**

### **ARTICOLO 1. Saltare**

Saltare è un tentativo del runner di evitare un deflag portandosi ad un'altezza dal suolo superiore rispetto a quella della sua corsa normale.

### **ARTICOLO 2. Tuffarsi**

Tuffarsi è un tentativo del runner di evitare un deflag mettendo in avanti la parte superiore del proprio corpo, sia saltando che senza staccarsi da terra.

### **ARTICOLO 3. Girare su se stessi (spinning)**

Girare su se stessi (spinning) è un tentativo del runner di evitare un deflag girando sull'asse verticale del proprio corpo. Lo spinning è legale.

## **SEZIONE 13. Diritto di posizione, diritto di traiettoria**

### **ARTICOLO 1. Diritto di posizione**

Un giocatore in piedi ha il diritto di posizione ed i giocatori avversari devono evitare il contatto. Stare in piedi significa rimanere sul punto e non spostarsi in alcuna direzione: muoversi o saltare per lanciare o ricevere un lancio su questo punto non fa perdere il diritto di posizione.

### **ARTICOLO 2. Diritto di traiettoria**

Un giocatore in movimento ha il diritto di traiettoria ed i giocatori avversari devono evitare il contatto. Il diritto di traiettoria è subordinato a quello di posizione.

## **REGOLA 3. Periodi e tempo**

### **SEZIONE 1. Inizio dei periodi**

#### **ARTICOLO 1. Primo tempo**

Tre minuti prima dell'orario stabilito per l'inizio della gara, il referee effettuerà a centro campo il lancio della monetina in presenza dei capitani di ciascuna squadra, dopo aver stabilito che il capitano della squadra ospite sceglierà il sorteggio.

Il vincitore del coin toss metterà la palla in gioco per primo con uno snap dalla propria linea delle 5 yard; il perdente sceglierà quale goal line difenderà la propria squadra.

Non ci sono kickoff.

#### **ARTICOLO 2. Secondo tempo**

Tra il primo ed il secondo periodo le squadre difenderanno le opposte goal line. La squadra che ha perso il coin toss nel primo tempo metterà la palla in gioco con uno snap dalla propria linea delle 5 yard.

#### **ARTICOLO 3. Tempi supplementari**

Il sistema di spareggio sarà usato quando una gara è in parità dopo i due periodi e deve essere determinato un vincitore.

- a. Dopo 2 minuti di intervallo, il referee deciderà quale parte del campo verrà utilizzata per i down extra e farà un sorteggio come all'inizio della partita.
- b. Il vincitore del sorteggio deciderà se giocare prima in Attacco o in Difesa, con l'attacco che inizierà ogni periodo.
- c. Non saranno disponibili timeout di squadra.
- d. Un tempo supplementare consiste di 2 serie con ogni squadra che mette la palla in gioco con uno snap dalla middle line per una serie di down, eccetto se la difesa segna durante un periodo che non sia una trasformazione.
- e. Ogni squadra mantiene il possesso della palla durante la serie sino alla segnatura, compresa la trasformazione (1 o 2), o fallisca nel tentativo. La palla rimane viva dopo un cambio di possesso sino a che non è dichiarata morta; le serie finiscono anche nel caso di un doppio cambio di possesso.
- f. Se dopo un periodo (con 2 serie) il punteggio è ancora in parità, sarà giocato un nuovo periodo.
- g. La squadra che segna il maggior numero di punti durante i tempi regolamentari e quelli supplementari sarà dichiarata vincitrice.

#### **ARTICOLO 4. Sistema di spareggio nei tornei**

Se 2 o più squadre in un torneo hanno la stessa percentuale totale (vinte-pareggiate-perse), i seguenti criteri decideranno la classifica delle squadre:

1. Percentuale negli scontri diretti.
2. Differenza punti negli scontri diretti
3. Maggior punti segnati negli scontri diretti
4. Differenziale dei punti totali netti
5. Totale punti guadagnati
6. Sorteggio

### **SEZIONE 2. Tempi di gioco**

#### **ARTICOLO 1. Lunghezza dei periodi ed intervalli**

La durata totale della gara sarà di 40 minuti, divisi in due tempi di 20 minuti ciascuno, con 2 minuti di intervallo tra i due.

#### **ARTICOLO 2. Estensione dei periodi**

Un periodo sarà esteso sino a che non sarà giocato un down esente da falli a palla viva. Quando una penalità viene accettata o durante il down in cui il tempo finisce ci sono dei falli che si annullano (offset), il down sarà ripetuto.

Nessun periodo finirà sino a che la palla è morta e il referee dichiara la fine del periodo. [S14]

### **ARTICOLO 3. Cronometri**

Il tempo di gioco e il cronometro dei 25 secondi saranno tenuti con un orologio ufficiale che potrà essere, alternativamente, un cronometro gestito da un arbitro o un cronometro da stadio gestito da un assistente sotto la direzione di un arbitro.

### **ARTICOLO 4. Quando parte il cronometro**

Quando il tempo di gioco è stato fermato per regolamento partirà quando verrà effettuato uno snap legale. Eccezione: il tempo di gioco partirà al ready for play quando è stato fermato a discrezione del referee.

### **ARTICOLO 5. Quando si ferma il cronometro**

Il tempo di gioco si fermerà quando finisce ogni periodo, per i timeout di squadra, per gli infortuni o a discrezione del referee.

Negli ultimi 2 minuti di ogni periodo il tempo di gioco si fermerà quando:

1. Quando viene assegnato un primo down, anche dopo un cambio di possesso.
2. Per completare una penalità.
3. Un portatore di palla viene giudicato fuori campo.
4. Un passaggio viene giudicato incompleto.
5. Avviene una segnatura.
6. Viene accordato un time out di squadra.

Il tempo di gioco rimarrà fermo durante una trasformazione negli ultimi 2 minuti, durante l'estensione di un periodo o durante i tempi supplementari.

## **SEZIONE 3. Timeout**

### **ARTICOLO 1. Come sono caricati**

Il referee dichiarerà un timeout quando sospende il gioco per qualunque ragione. Ogni timeout sarà caricato ad una delle squadre o definito come timeout arbitrale. [S3]

### **ARTICOLO 2. Timeout di squadra**

Un arbitro accorderà un timeout di squadra richiesto a palla morta da qualunque giocatore o da qualunque allenatore. Ogni squadra ha diritto a 2 timeout durante ogni metà gara; i timeout non utilizzati non possono essere passati al periodo successivo.

### **ARTICOLO 3. Timeout per infortunio**

In caso di giocatore/i infortunato/i qualunque arbitro si può caricare un timeout, ma in questo caso il/i giocatore/i dovrà/anno poi lasciare il campo per almeno un down.

### **ARTICOLO 4. Durata dei timeout**

Un timeout caricato ad una squadra non potrà essere più lungo di 90 secondi (che includono i 25 secondi dopo il ready for play).

Nota: dopo 60 secondi il referee avviserà le squadre e dichiarerà la palla ready for play (R 3-3-5). Gli altri timeout non dureranno più del tempo necessario a svolgere il compito per cui sono stati dichiarati dal referee.

### **ARTICOLO 5. Avvisi del referee**

Durante un timeout di squadra il referee avviserà entrambe le squadre dopo un minuto. Cinque secondi più tardi dichiarerà la palla pronta al gioco.

A meno che un cronometro da stadio sia il cronometro ufficiale di gara, il referee avviserà tutti gli allenatori quando mancano approssimativamente due minuti al termine di ogni metà

## **REGOLA 4. Palla viva, palla morta**

### **SEZIONE 1. Palla viva – Palla morta**

#### **ARTICOLO 1. Palla morta diventa viva**

La palla sarà rimessa in gioco per il down successivo sul punto posto in mezzo alle sideline e sulla linea dove la palla è diventata morta, dove viene posizionata a seguito dell'applicazione di una penalità o dove viene assegnata una nuova serie.

Dopo che una palla morta è ready for play, diventa una palla viva quando viene legalmente messa in gioco con uno snap. Una palla "snappata" illegalmente o prima che sia ready for play rimane palla morta.

#### **ARTICOLO 2. Palla viva diventa morta**

Una palla viva diventa morta e un arbitro fischierà quando:

- a. La palla tocca qualsiasi cosa fuori dal campo.
- b. Il runner è giudicato fuori campo.
- c. Qualunque parte del corpo del runner, eccetto mani o piedi, tocca il terreno.
- d. Un runner simula di toccare il terreno con il ginocchio.
- e. Un lancio tocca il terreno.
- f. Un giocatore viene in possesso della palla con meno di 2 flag o con le flag non posizionate correttamente, e lo stesso giocatore è responsabile per la situazione.
- g. C'è un touchdown o un touchback o una safety o segnata una trasformazione.
- h. Accade un fallo che fa morire la palla (calcio illegale e ritardo di lancio/delay of pass).

Se un arbitro fischia inavvertitamente, la palla diventa morta e la squadra in possesso può scegliere di rimettere in gioco la palla nel punto in cui è morta, oppure rigiocare il down

## **REGOLA 5. Serie dei down**

### **SEZIONE 1. Una serie: iniziata, interrotta, riguadagnata**

#### **ARTICOLO 1. Quando assegnare una serie**

Una serie di quattro scrimmage down consecutivi sarà assegnata alla squadra che deve rimettere in gioco la palla con uno snap all'inizio di ogni periodo ed in seguito ad una segnatura, un touchback oppure un cambio di possesso. [S8]

Una nuova serie sarà assegnata alla squadra in attacco se:

a. Se è in possesso legale della palla oltre il middle, quando la palla è dichiarata morta. Se una penalità riporta la palla dietro il middle, non verrà assegnato di nuovo un primo down.

b. Se una penalità accettata impone un primo down.

Una nuova serie sarà assegnata alla squadra in difesa sulla propria linea delle 5 yard se, dopo il quarto down, la squadra in attacco non ha ottenuto un nuovo primo down. Una nuova serie sarà assegnata alla squadra in difesa sul punto di palla morta dopo un intercetto.

### **SEZIONE 2. Down e possesso dopo una penalità**

#### **ARTICOLO 1. Fallo prima di un cambio di possesso**

Se una penalità viene accettata per un fallo che avviene fra le goal line prima di un qualunque cambio di possesso di squadra durante quel down, la palla appartiene alla squadra in attacco e il down sarà ripetuto, a meno che la penalità implichi anche la perdita di un down, comporti un primo down, oppure lasci la palla oltre il middle.

#### **ARTICOLO 2. Fallo dopo un cambio di possesso di squadra**

Se una penalità viene accettata per un fallo che avviene durante un down dopo un cambio di possesso di squadra, la palla appartiene alla squadra in possesso quando il fallo è stato commesso. Il down successivo sarà un primo down.

#### **ARTICOLO 3. Penalità declinata**

Se una penalità viene declinata, il numero del down successivo sarà quello che avrebbe dovuto essere se quel fallo non fosse stato commesso.

#### **ARTICOLO 4. Fallo tra i down**

Dopo l'applicazione di una penalità con perdita di yard per un fallo tra i down, il numero del down successivo sarà lo stesso stabilito prima che il fallo fosse commesso, a meno che l'applicazione per un fallo della squadra in difesa lasci la palla oltre il middle oppure una penalità comporti un primo down.

#### **ARTICOLO 5. Falli di entrambe le squadre**

Se vengono commessi falli che si annullano (offset) tra loro durante un down, quel down sarà rigiocato

## **REGOLA 6. Calci**

### **SEZIONE 1. Calciare**

#### **ARTICOLO 1. Calciare illegalmente una palla**

Un runner non potrà calciare la palla. Questo è un fallo che fa morire la palla.

**PENALITÀ** - 5 yard, amministrato come fallo a palla morta [S19]

## REGOLA 7. Effettuare lo snap e lanciare la palla

### SEZIONE 1. Lo Scrimmage

#### ARTICOLO 1. Palla Ready for Play

a. Nessun giocatore metterà la palla in gioco prima che sia pronta al gioco (ready for play). [S1]

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line [S19].

b. La palla deve essere messa in gioco entro 25 secondi dopo che il referee ha dichiarato la palla ready for play.

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line [S21].

#### ARTICOLO 2. Iniziare con uno snap

Dopo che lo snapper ha toccato la palla, lo snapper non potrà alzare la palla, muoverla in avanti o simulare la partenza del gioco.

Prima dello snap, l'asse lungo della palla deve essere perpendicolare rispetto alla scrimmage line.

Snappare legalmente la palla è passarla alla mano oppure passarla all'indietro dalla sua posizione sul terreno con un movimento veloce e continuo della/e mano/i, con la palla che lascia la/e mano/i con questo movimento. Lo snap non deve necessariamente passare tra le gambe di colui che effettua lo snap; ma per essere legale deve essere un movimento veloce e continuo all'indietro.

Dopo che ha toccato la palla, lo snapper non può sollevare la palla, muoverla oltre la zona neutrale oppure simulare l'inizio del gioco.

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line [S19].

#### ARTICOLO 3. Obblighi per la squadra in attacco

Non c'è un numero minimo di giocatori sulla linea di scrimmage.

a. Dopo che lo snapper ha toccato la palla e prima che effettui lo snap tutti i giocatori devono essere in campo e dietro la propria linea di scrimmage.

b. Tutti i giocatori della squadra in attacco devono essere completamente fermi e rimanere stazionari nella loro posizione per almeno 1 secondo pieno prima che la palla sia snappata o che parta una motion.

c. Nessun giocatore della squadra in attacco potrà fare una falsa partenza o fare un movimento che simuli l'inizio dell'azione.

d. Quando inizia lo snap, un giocatore può essere in motion, ma non in movimento verso la goal line avversaria.

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line [S19].

e. Il quarterback non può correre con la palla oltre la line of scrimmage, a meno che non abbia rilasciato la palla e gli sia stata successivamente restituita.

f. Quando la palla è sulla o oltre la linea delle 5 yard andando verso l'end zone degli avversari (no-running zone), la squadra in attacco deve fare un gioco di lancio in avanti. Se il quarterback o il runner vengono "deflaggati" dietro la scrimmage line prima di un lancio in avanti, non c'è fallo di corsa illegale per un gioco iniziato nella no-running-zone.

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line [S19].

g. Il quarterback ha 7 secondi per lanciare la palla dopo la ricezione dello snap. Se questo limite viene superato la palla diventa morta sulla scrimmage line.

**PENALITÀ** - Perdita del down sulla scrimmage line [S21 + S9].

#### ARTICOLO 4. Obblighi per la squadra in difesa

a. Prima che lo snapper effettui lo snap tutti i giocatori devono essere in campo e dietro la propria scrimmage line.

b. Dopo che la palla è dichiarata ready for play nessun giocatore può toccare la palla.

c. Nessun giocatore della squadra in difesa potrà usare parole oppure segnali che sconcertino gli avversari quando si preparano a mettere la palla in gioco.

**PENALITÀ** - 5 yard [S18].

d. Quando lo snap parte, tutti i blitzer devono essere ad almeno 7 yard di distanza dalla loro scrimmage line. Tutti gli altri difensori devono stare dietro la loro scrimmage line fino a che la palla non è stata consegnata alla mano, è stata fatta una finta di consegna alla mano oppure passata dal quarterback.

e. Un massimo di 2 blitzer possono chiedere il diritto di traiettoria. Se più giocatori alzano contemporaneamente la propria mano, tutti perdono il diritto di traiettoria ed è un segnale illegale. Non è obbligatorio blitzare, è solamente una richiesta del diritto di traiettoria. D'altra parte, non è necessario farne richiesta, si può blitzare senza il diritto di traiettoria.

f. Un giocatore posizionato a meno di 7 yard dalla propria scrimmage line non può alzare la propria mano simulando di essere un blitzer.

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line [S18].

## **ARTICOLO 5. Consegnare la palla**

Un attacco può effettuare un numero illimitato di consegne di palla dietro la linea di scrimmage. a. Nessun giocatore può consegnare la palla ad un compagno eccetto un giocatore dell'attacco che è dietro la sua scrimmage line. b. Non può essere consegnata la palla in avanti allo snapper.

**PENALITÀ** - 5 yard, applicata dal punto base [S19].

## **SEZIONE 2. Lancio**

### **ARTICOLO 1. Lancio all'indietro**

Un runner può lanciare la palla all'indietro in qualunque momento, se si trova dietro la sua scrimmage line e non ci sono stati cambi di possesso.

**PENALITÀ** - 5 yard, anche perdita del down se effettuato dalla squadra in attacco prima di un cambio di possesso, applicata dal punto del fallo [S35 + S9].

### **ARTICOLO 2. Lancio completo**

Qualsiasi lancio preso da un giocatore eleggibile che si trova all'interno del campo è completo e la palla continua ad essere in gioco a meno che sia non completato nell'end zone degli avversari.

### **ARTICOLO 3. Lancio incompleto**

Qualunque lancio è incompleto se la palla tocca il terreno quando non saldamente controllata da un giocatore. E' incompleto anche quando un giocatore salta staccando i piedi dal terreno e riceve il lancio ma atterra toccando per prima cosa sulla o fuori dalle linea laterale. [S10]

Quando un lancio legale in avanti è incompleto, la palla appartiene alla squadra che ha effettuato il lancio sulla precedente scrimmage line, che è il punto di palla morta.

Quando un lancio all'indietro è incompleto, la palla appartiene alla squadra che ha effettuato il lancio sul punto dell'ultimo possesso, che è il punto di palla morta.

### **ARTICOLO 4. Tocco illegale**

Tutti i giocatori in campo solo eleggibili a toccare, battere o prendere un lancio. Il quarterback può ricevere un passaggio solo se la palla è stata prima toccata da un altro giocatore.

Nessun giocatore dell'attacco che va fuori campo durante un down potrà toccare un lancio legale in avanti nel campo di gioco oppure nella end zone oppure quando lui stesso è in volo; questo non si applica ad un giocatore d'attacco che tenta di ritornare in campo immediatamente dopo essere stato costretto fuori campo da un avversario.

**PENALITÀ** – Perdita del down sulla scrimmage line [S9].

## **SEZIONE 3. Lancio in avanti**

### **ARTICOLO 1. Lancio legale in avanti**

La squadra in attacco può effettuare un lancio in avanti durante ogni scrimmage down e prima che cambi il possesso di squadra, sempre che il lancio venga effettuato da un punto dietro la zona neutrale.

### **ARTICOLO 2. Lancio illegale in avanti**

Un lancio in avanti è illegale se:

- a. Effettuato da un giocatore della squadra in attacco che è oltre la zona neutrale quando rilascia la palla.
- b. Effettuato dopo che un portatore di palla ha attraversato la zona neutrale in possesso della palla.
- c. E' il secondo lancio in avanti della squadra in attacco durante lo stesso down.
- d. Effettuato dopo che c'è stato un cambio di possesso durante il down.

**PENALITÀ** - 5 yard, anche perdita del down se effettuato dalla squadra in attacco prima di un cambio di possesso, applicata dal punto del fallo [S35 + S9].

### **ARTICOLO 3. Interferenza sul lancio**

Le regole dell'interferenza sul lancio si applicano solo durante un down in cui un lancio legale in avanti supera la scrimmage line. Il contatto fisico è indispensabile per poter stabilire che ci sia l'interferenza.

L'interferenza sul lancio è il contatto che interferisce con un giocatore avversario quando la palla è in volo.

E' responsabilità del giocatore di difesa evitare gli avversari.

Non è interferenza sul lancio quando 2 o più giocatori eleggibili stanno facendo un tentativo simultaneo ed in buona fede per toccare, battere o prendere il lancio. I giocatori eleggibili di entrambe le squadre hanno eguali diritti sulla palla.

**PENALITÀ** – Interferenza offensiva sul lancio: 10 yard dalla precedente scrimmage line e perdita del down. [S33 + S9]

Interferenza difensiva sul lancio: Primo down automatico sul punto del fallo. [S33 + S8]

Se il punto del fallo si trova all'interno dell'end zone della difesa, la palla sarà posizionata sulla linea delle 2 yard.

**Nota:** Il contatto su un gioco di lancio prima che la palla sia stata lanciata o se il lancio non supera la scrimmage line, è un fallo di contatto (R 9-1-1).

## **REGOLA 8. Le segnature**

### **SEZIONE 1. Valore delle segnature**

#### **ARTICOLO 1. Segnatura**

Il punti relativi alle segnature saranno:

Touchdown = 6 Punti [S5]

Trasformazione che ha avuto successo dalla linea delle 5 yard = 1 Punto [S5]

Trasformazione che ha avuto successo dalla linea delle 12 yard = 2 Punti [S5]

Touchdown dalla difesa sulla trasformazione = 2 Punti [S5]

Safety = 2 Punti (punti assegnati agli avversari) [S6]

Safety sulla trasformazione = 1 Punto (punti assegnati agli avversari) [S6]

### **SEZIONE 2. Touchdown**

#### **ARTICOLO 1. Come viene segnato**

Un touchdown sarà segnato quando:

- a. Un portatore di palla avanzando dal campo di gioco, è legalmente in possesso di un palla viva quando questa penetra il piano della goal line avversaria.
- b. Un giocatore prende al volo un lancio nella end zone avversaria.

### **SEZIONE 3. Trasformazione**

#### **ARTICOLO 1. Come viene segnata**

Il punto oppure i punti saranno segnati secondo il valore previsto dalla Regola 8-1-1 se la trasformazione risulta in quello che sarebbe un touchdown o una safety.

#### **ARTICOLO 2. Opportunità per segnare**

Una trasformazione è un'opportunità per una delle squadre di segnare 1 o 2 punti

- a. La palla sarà messa in gioco dalla squadra che ha segnato un touchdown da 6 punti. Se un touchdown viene segnato durante un down in cui scade il tempo nel quarto periodo, la trasformazione sarà comunque giocata. La squadra che ha segnato dovrà decidere se tentare la trasformazione da 1 o da 2 punti prima del ready for play.
  - b. La trasformazione, inizia quando la palla è pronta al gioco.
  - c. Lo snap sarà effettuato in mezzo alle side line sopra la linea delle 5 yard (1 punto) o delle 12 yard (2 punti) degli avversari.
  - d. La trasformazione termina quando una delle due squadre segna o la palla è morta secondo le regole.
  - e. Le penalità richiedono la ripetizione del down o una segnatura o la fine della trasformazione.
- Se la trasformazione sarà ripetuta dopo l'applicazione di una penalità, assegnerà lo stesso punteggio previsto in origine. Non ci possono essere cambi di decisione (tra 1 e 2 punti) prima della fine della trasformazione.

#### **ARTICOLO 3. Gioco successivo**

Dopo una trasformazione, la palla sarà messa in gioco dagli avversari sulla propria linea delle 5 yard.

### **SEZIONE 4. Safety**

#### **ARTICOLO 1. Come viene segnata**

Si ha una safety quando: a. La palla muore dietro una goal line, eccetto che per un lancio incompleto fatto da fuori dell'end zone, e la squadra che difende questa goal line è responsabile del fatto che la palla si trovi lì. b. Una penalità accettata per un fallo lascia la palla sopra oppure dietro la goal line della squadra che ha commesso il fallo.

## **ARTICOLO 2. Snap dopo la Safety**

Quando viene realizzata una safety, la palla sarà rimessa in gioco dalla squadra che ha segnato sulla propria linea delle 5 yard.

## **SEZIONE 5. Touchback**

### **ARTICOLO 1. Quando viene dichiarato**

Si ha un touchback quando:

- a. La palla muore dietro una goal line, eccetto che per un lancio incompleto fatto da fuori dell'end zone, e la squadra che attacca questa goal line è responsabile del fatto che la palla si trovi lì.
- b. Un giocatore di difesa intercetta un lancio in avanti tra la sua linea delle 5 yard e la sua goal line e il momentum iniziale lo porta dentro la propria end zone.

### **ARTICOLO 2. Snap dopo un Touchback**

Dopo che viene dichiarato un touchback, la palla sarà rimessa in gioco dalla squadra in difesa sulla propria linea delle 5 yard.

## **REGOLA 9. Comportamento dei giocatori**

### **SEZIONE 1. Falli di contatto**

#### **ARTICOLO 1. Provocare un contatto**

- a. Nessun giocatore o allenatore potrà colpire un avversario o un arbitro.
- b. Nessun giocatore potrà montare, saltare o stare sopra un altro giocatore.
- c. Nessun giocatore potrà trattenere un altro giocatore.
- d. Tutti i giocatori hanno il diritto di posizione. Gli avversari devono evitare il contatto.
- e. Il portatore di palla deve evitare il contatto con i giocatori avversari.
- f. Tutti i giocatori dell'attacco hanno il diritto di traiettoria sino a quando la palla viene lanciata o il portatore di palla attraversa la scrimmage line. I giocatori di difesa dovranno evitare il contatto. Quando la palla è in aria tutti i giocatori hanno il diritto di giocare per la palla, ma senza giocare attraverso (playing through) l'avversario.
- g. Tutti i blitzer eleggibili che ne hanno fatto richiesta con un segnale legale hanno il diritto di traiettoria e i giocatori dell'attacco devono evitare il contatto.

Nota: se non c'è contatto, può comunque esserci un blocco del giocatore dell'attacco.

**PENALITÀ** - 10 yard, applicata dal punto base [S38].

#### **ARTICOLO 2. Mirare un avversario**

- a. Anche avendo il diritto di traiettoria nessun giocatore mirerà e porterà un contatto contro un avversario.
- b. Nessun giocatore tenterà di attaccare la palla o di toglierla al portatore di palla.

**PENALITÀ** - 10 yard, applicata dal punto base [S38].

#### **ARTICOLO 3. Interferenza con l'amministrazione della gara**

- a. Nessun sostituto o allenatore può interferire in qualunque modo con la palla, con un giocatore o con un arbitro, quando la palla è in gioco.

**PENALITÀ** - 10 yard, applicata dal punto base [S38].

### **SEZIONE 2. Falli di condotta antisportiva**

#### **ARTICOLO 1. Atti antisportivi**

- a. Nessun giocatore, sostituto o allenatore potrà usare un linguaggio o gesti oltraggiosi, minacciosi od osceni oppure indulgere in qualunque condotta provocatoria nei confronti degli avversari o degli arbitri, ovvero lesiva per l'immagine della gara.
- b. Dopo una segnatura o qualunque altra azione il giocatore in possesso della palla deve immediatamente restituirla ad un arbitro oppure lasciarla a terra vicino al punto di palla morta.

**PENALITÀ** - 10 yard, applicata dal punto base [S27].

#### **ARTICOLO 2. Tattiche scorrette**

- a. Nessun giocatore potrà bloccare un avversario.

**PENALITÀ** - 5 yard, applicata dal punto base [S43].

- b. Nessun runner potrà saltare o tuffarsi.

**PENALITÀ** - 5 yard, anche perdita del down se effettuato dalla squadra in attacco prima di un cambio di possesso, applicata dal punto del fallo [S51].

- c. Nessun portatore di palla potrà proteggersi le flag.

**PENALITÀ** - 5 yard, anche perdita del down se effettuato dalla squadra in attacco prima di un cambio di possesso, applicata dal punto del fallo [S52].

- d. Nessun giocatore potrà deflaggare un avversario diverso dal portatore di palla o da un avversario che si finge portatore di palla.

**PENALITÀ** - 5 yard, applicata dal punto base [S52].

- e. Nessun giocatore potrà calciare un lancio. Questo fallo non cambia lo stato del lancio.

**PENALITÀ** - 5 yard, applicata dal punto base [S19].

- f. La partecipazione al gioco di 6 o più giocatori è partecipazione illegale.

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line, applicata dal punto base [S28].

- g. Allenatori e sostituti non potranno stare fuori dalla team area durante un down.

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line [S27].

h. Non sarà permesso di partecipare al gioco a nessun giocatore che indossi equipaggiamento illegale o a cui manchi equipaggiamento obbligatorio.

Un giocatore con una ferita o una lacerazione con perdita di sangue deve lasciare il campo.

I giocatori devono lasciare il campo immediatamente dopo che gli è stato ordinato da un arbitro.

**VIOLAZIONE** – Timeout caricato alla squadra [S3].

**PENALITÀ** – 5 Yard, se la squadra non ha più timeout disponibili [S21].

### **SEZIONE 3. Sostituzioni**

#### **ARTICOLO 1. Procedure per le sostituzioni**

a. Un qualsiasi numero di sostituti legali può entrare in campo per l'attacco allo scopo di rimpiazzare un altro/i giocatore/i dopo che la palla è morta e prima che lo snapper tocchi la palla.

b. Un qualsiasi numero di sostituti legali può entrare in campo per la difesa allo scopo di rimpiazzare un altro/i giocatore/i dopo che la palla è morta e prima che avvenga lo snap.

**PENALITÀ** - 5 yard, il punto del fallo è la scrimmage line [S19]

## **REGOLA 10. Applicazione delle penalità**

### **SEZIONE 1. Generalità**

#### **ARTICOLO 1. Falli volontari**

Un fallo volontario è un fallo che mette in pericolo l'incolumità di un giocatore e richiede l'espulsione. [S47]

#### **ARTICOLO 2. Tattiche scorrette**

Se una squadra rifiuta di giocare o commette ripetutamente falli che possono essere penalizzati solo con metà della distanza in direzione della propria goal line o commette durante la gara un atto ovviamente scorretto non specificatamente previsto dalle regole, il referee può prendere qualsiasi decisione consideri equa, compresa assegnare una penalità, espellere un giocatore o un allenatore, aggiudicare una segnatura oppure sospendere o dare persa la partita.

### **SEZIONE 2. Penalità completata**

#### **ARTICOLO 1. Come e quando completata**

Una penalità è completata quando viene accettata, declinata o cancellata. Qualunque penalità può essere declinata da un capitano o un allenatore, ma un giocatore che sia stato espulso deve lasciare la gara, sia che la penalità venga accettata o declinata.

Quando viene commesso un fallo, la penalità ad esso relativa deve essere completata prima che la palla sia dichiarata pronta al gioco per qualunque down successivo.

Gli allenatori ed i capitani sono gli unici autorizzati a chiedere chiarimenti regolamentari al referee.

#### **ARTICOLO 2. Simultaneo allo snap**

Un fallo che viene commesso simultaneamente ad uno snap è considerato come avvenuto durante il down, il punto del fallo è la scrimmage line.

#### **ARTICOLO 3. Falli a palla viva della stessa squadra**

Quando al referee vengono riferiti due o più falli commessi a palla viva dalla stessa squadra, il referee spiegherà le possibili alternative di applicazione al capitano della squadra che ha subito i falli, il quale ne sceglierà una sola.

#### **ARTICOLO 4. Falli che si annullano tra loro (offsetting foul)**

Se al referee vengono riferiti falli a palla viva commessi da entrambe le squadre, ognuno di questi falli diventa un fallo da annullare, le penalità si cancellano tra loro, e il down viene ripetuto.

##### **Eccezioni:**

1. Quando si ha un cambio di possesso di squadra durante un down e la squadra che guadagna per ultima il possesso non ha commesso fallo prima di guadagnare l'ultimo possesso, può declinare i falli che si annullerebbero tra loro ed in questo modo mantenere il possesso della palla, dopo l'applicazione della penalità relativa al proprio fallo.

2. Quando un fallo a palla viva viene amministrato come un fallo palla morta non può annullarsi con nessun altro fallo, e ogni penalità verrà applicata secondo l'ordine in cui i falli sono accaduti.

#### **ARTICOLO 5. Falli a palla morta**

Le penalità per i falli a palla morta sono amministrate separatamente e secondo l'ordine in cui sono occorsi.

#### **ARTICOLO 6. Falli negli intervalli**

I falli che vengono commessi tra i periodi sono applicati dal punto da cui inizia la serie successiva

## **SEZIONE 3. Procedure per le applicazioni**

### **ARTICOLO 1. Punto base**

Il punto base è la scrimmage line.

#### **Eccezioni:**

1. Per i falli dell'attacco commessi dietro la scrimmage line, il punto base è il punto del fallo.
2. Per i falli della difesa commessi quando il punto di palla morta è oltre la scrimmage line, il punto base è il punto di palla morta.
3. Per i falli commessi dopo un cambio di possesso il punto base è il punto di palla morta. Solo se il fallo è commesso durante l'ultima corsa fatta dalla squadra che finisce il down in possesso e commesso dietro il punto di palla morta, il punto base è il punto del fallo.

### **ARTICOLO 2. Procedure**

Il punto di applicazione per i falli commessi a palla viva è la precedente scrimmage line se non diversamente indicato dalla regola.

Il punto di applicazione per i falli commessi a palla morta è la successiva scrimmage line.

I falli commessi a palla morta da parte di entrambe le squadre si annullano, il numero o il tipo di down stabilito prima dei falli resta invariato e le penalità relative si cancellano.

Per i falli durante o dopo un touchdown o una trasformazione:

1. I falli con penalità di 10 yard della squadra che non ha segnato durante un touchdown, sono applicati sulla trasformazione. Gli altri falli vengono declinati per regola.
2. I falli dopo un touchdown e prima che la palla sia dichiarata pronta al gioco per la trasformazione, sono applicati sulla trasformazione.
3. I falli con penalità di 10 yard della squadra che non ha segnato durante una trasformazione, sono applicati al successivo snap. Gli altri falli vengono declinati per regola.
4. I falli dopo una trasformazione, sono applicati al successivo snap.

### **ARTICOLO 3. Procedure di applicazione di metà distanza**

Nessuna penalità che comporti una perdita di yard, incluse le trasformazioni, dovrà essere applicata per una distanza superiore alla metà della distanza che intercorre tra il punto di applicazione della penalità stessa e la goal line della squadra che ha commesso il fallo.

---

## **Filosofia delle applicazioni**

I falli tecnici sono applicati dalla scrimmage line.

Snap illegale, ritardo di gioco (la palla rimane morta). Ritardo di lancio, tocco illegale, encroachment, falsa partenza, gioco di corsa illegale, offside, creare confusione nei segnali dell'attacco, blitz illegale, segnale illegale del blitz, interferenza della sideline, sostituzione illegale.

I falli del runner sono applicati sul punto del fallo ed includono la perdita del down.

Lancio illegale (in avanti ed all'indietro), saltare, tuffarsi, protezione della flag.

Un calcio illegale del runner rende la palla morta e la penalità è applicata come per un fallo a palla morta.

I falli commessi durante il gioco saranno applicati dal punto base.

Handoff illegale, bloccare, deflag illegale, calcio illegale di un lancio, contatto illegale, mirare un avversario, interferenza con l'amministrazione della gara, partecipazione illegale, comportamento antisportivo.

Il punto base è un principio 2 & 1 del peggior punto: - per i falli dell'attacco significa la peggior scelta tra la scrimmage line ed il punto del fallo; - per i falli della difesa significa la peggior scelta tra il punto di palla morta e la linea di scrimmage.

I falli a palla viva commessi da entrambe le squadre durante l'azione si annullano e il down verrà rigiocato. Eccezione: la squadra che per ultima è in possesso della palla può declinare l'annullamento delle penalità e mantenere il possesso della palla se non aveva commesso il fallo prima di aver guadagnato il possesso della palla. Il fallo della squadra che per ultima ha il possesso della palla verrà applicato ("principio delle mani pulite").

I falli dopo un cambio di possesso saranno applicati dal punto di palla morta. Il principio del peggior punto tra il punto del fallo ed il punto di palla morta sarà usato solo sull'ultima corsa.

L'interferenza sul lancio dell'attacco è applicata dalla scrimmage line ed include la perdita del down.

L'interferenza sul lancio della difesa è applicata sul punto del fallo ed include un primo down automatico.

## **REGOLA 11 Gli arbitri: giurisdizione e doveri**

### **SEZIONE 1. Doveri generali**

#### **ARTICOLO 1. Giurisdizione degli arbitri**

La giurisdizione degli arbitri comincia con il sorteggio e termina quando il referee dichiara il punteggio finale. [S14]

#### **ARTICOLO 2. Numero di arbitri**

La gara sarà disputata sotto la supervisione di 2 (R e FJ), 3 (R, FJ e LM) o 4 arbitri (R, FJ, LM e BJ).

#### **ARTICOLO 3. Responsabilità**

- a. Ogni arbitro ha doveri specifici prescritti dal Manuale IFAF per l'Arbitraggio del Flag Football ma tutti hanno eguale giurisdizione in materia di giudizio.
- b. Tutti gli arbitri indosseranno un'uniforme ed utilizzeranno l'equipaggiamento prescritti dal Manuale IFAF per l'Arbitraggio del Flag Football.

### **SEZIONE 2. Referee (R)**

#### **ARTICOLO 1. Posizione**

La posizione iniziale del referee nei giochi da scrimmage è dietro e di lato al backfield offensivo. Nelle crew a 2, il referee si posiziona e arbitra come un linesman.

#### **ARTICOLO 2. Responsabilità di base a**

- . Il referee ha la supervisione generale ed il controllo della gara, è l'unica autorità responsabile per il punteggio e le sue decisioni sono finali in merito al regolamento e ad altre materie riguardanti la gara.
- b. Il referee ispeziona la superficie di gioco e ne riferisce le irregolarità agli organizzatori, agli allenatori e agli altri arbitri.
- c. Il referee ha giurisdizione in merito all'equipaggiamento dei giocatori.
- d. Dichiarerà la palla pronta al gioco (ready for play), dirigerà il cronometro di gara, cronometrerà i 25 secondi, conterà il numero dei timeout caricati, assegnerà una nuova serie ed amministrerà le penalità.
- e. Avviserà entrambi gli allenatori in merito a qualsiasi espulsione.
- f. Il referee conterà il numero dei giocatori dell'attacco.
- g. Dopo lo snap, il referee determina la legalità del gioco nelle vicinanze della palla quando è dietro la scrimmage line. Il referee è responsabile della copertura del quarterback.

### **SEZIONE 4. Linesman (LM)**

#### **ARTICOLO 1. Posizione**

La posizione iniziale del linesman è sulla linea laterale sulla scrimmage line sulla sideline dove è presente il down marker .

#### **ARTICOLO 2. Responsabilità di base**

- a. Il linesman è responsabile del funzionamento dell'indicatore del down. Ne istruisce l'addetto che usa l'indicatore del down all'esterno della side line opposta alla tribuna principale. L'indicatore del down segna la posizione della palla.
- b. Il linesman conterà il numero dei giocatori dell'attacco e terrà il conteggio dei down.
- c. Il linesman ha giurisdizione sulla scrimmage line e sulla sua sideline.
- d. Appena la palla attraversa la scrimmage line dal suo lato del campo, il linesman determina la legalità del gioco attorno alla palla.
- e. Il linesman indica al referee il massimo avanzamento della palla sul suo lato del campo

## **SEZIONE 5. Field Judge (FJ)**

### **ARTICOLO 1. Posizione**

La posizione iniziale del field judge è sulla linea laterale 7 yard dietro il lato difensivo della scrimmage line sulla sideline opposta a quella dove è presente il down marker .

### **ARTICOLO 2. Responsabilità di base**

- a. Il field judge è responsabile del cronometraggio della gara o della supervisione dell'operatore del cronometro da stadio.
- b. Il field judge conterà il numero dei giocatori della difesa.
- c. Il field judge ha giurisdizione sulla sua sideline.
- d. Appena la palla attraversa la scrimmage line dal suo lato del campo, il field judge determina la legalità del gioco attorno alla palla.
- e. Il field judge indica al referee il massimo avanzamento della palla sul suo lato del campo.

## **SEZIONE 8. Back Judge (BJ)**

### **ARTICOLO 1. Posizione**

La posizione iniziale del back judge è sulla linea laterale 7 yard dietro il lato difensivo della scrimmage line sulla sideline dove è presente il down marker .

### **ARTICOLO 2. Responsabilità di base**

- a. Il back judge (nelle crew a 4) è responsabile del cronometraggio della gara o della supervisione dell'operatore del cronometro da stadio.
- b. Il back judge conterà il numero dei giocatori della difesa.
- c. Il back judge osserva i ricevitori sui lanci lunghi, giudica sui lanci lunghi e lo stato della palla nella sua area di competenza.
- d. Il back judge indica al referee il massimo avanzamento della palla sui giochi profondi

## Sommario delle penalità

### LEGENDA:

“O” indica il numero del segnale arbitrale (Sxx);

“R-S-A” indica il numero di REGOLA, SEZIONE ed ARTICOLO,

“E” indica il punto di applicazione.

	<b>O</b>	<b>R-S-A</b>	<b>E</b>
<b>PRIMO DOWN AUTOMATICO (AFD)</b>			
Interferenza sul lancio della difesa [sul punto del fallo] .....	33	7-3-3	PF
<b>PERDITA DEL DOWN (LOD)</b>			
Ritardo di lancio (Delay of pass) .....	21	7-1-3	SL
Tocco illegale .....	9	7-2-4	SL
Lancio illegale all’indietro [anche perdita di 5 yard] .....	35	7-2-1	PF
Lancio illegale in avanti [anche perdita di 5 yard] .....	35	7-3-2	PF
Saltare o Tuffarsi [anche perdita di 5 yard].....	51	9-2-2	PF
Proteggere le flag [anche perdita di 5 yard].....	52	9-2-2	PF
Interferenza sul lancio dell’attacco [anche perdita di 10 yard].....	33	7-3-3	SL
<b>PERDITA DI 5 YARD</b>			
Calcio illegale del runner.....	19	6-1-1	PM
Snap illegale .....	19	7-1-1	PM
Ritardo di gioco (Delay of game) .....	21	7-1-1	PM
Encroachment .....	19	7-1-3	SL
Falsa partenza .....	19	7-1-3	SL
Giocatore d’attacco in movimento illegale allo snap (Illegal motion) .....	19	7-1-3	SL
Gioco di corsa illegale (Illegal run play) .....	19	7-1-3	SL
Offside .....	18	7-1-4	SL
Creare confusione nei segnali dell’attacco .....	18	7-1-4	SL
Blitz illegale .....	18	7-1-4	SL
Segnale illegale del blitz .....	18	7-1-4	SL
Handoff illegale .....	19	7-1-5	PB
Lancio illegale all’indietro [anche perdita del down].....	35	7-2-1	PF
Lancio illegale in avanti [anche perdita del down] .....	35	7-3-2	PF
Bloccare .....	43	9-2-2	PB
Saltare o Tuffarsi [anche perdita del down].....	51	9-2-2	PF
Proteggere le flag [anche perdita del down].....	52	9-2-2	PF
Deflag illegale .....	52	9-2-2	PB
Calcio illegale di un lancio.....	19	9-2-2	PB
Partecipazione illegale.....	28	9-2-2	PB
Interferenza della side line .....	27	9-2-2	SL
Sostituzione illegale .....	19	9-3-1	SL
<b>PERDITA DI 10 YARD</b>			
Interferenza sul lancio dell’attacco [anche perdita del down] .....	33	7-3-3	SL
Contatto illegale .....	38	9-1-1	PB
Mirare un avversario .....	38	9-1-2	PB
Interferenza con l’amministrazione della gara .....	38	9-1-3	PB
Condotta antisportiva .....	27	9-2-1	PB
<b>TIMEOUT CARICATO</b>			
Giocatore che indossa equipaggiamento illegale che non lascia il campo .....	3	9-3-2	PM
Giocatore che non indossa equipaggiamento obbligatorio che non lascia il campo 3	3	9-3-2	PM
Giocatore che sanguina che non lascia il campo.....	3	9-3-2	PM
<b>PERDITA DI META’ DISTANZA DALLA GOAL LINE</b>			
Se la penalità in yard eccede metà della distanza .....		10-2-3	–

**Punto di applicazione:** “PF” = punto del fallo

“SL” = scrimmage line

“PB” = punto base

“PM” = punto di palla morta

## Diagramma del Campo

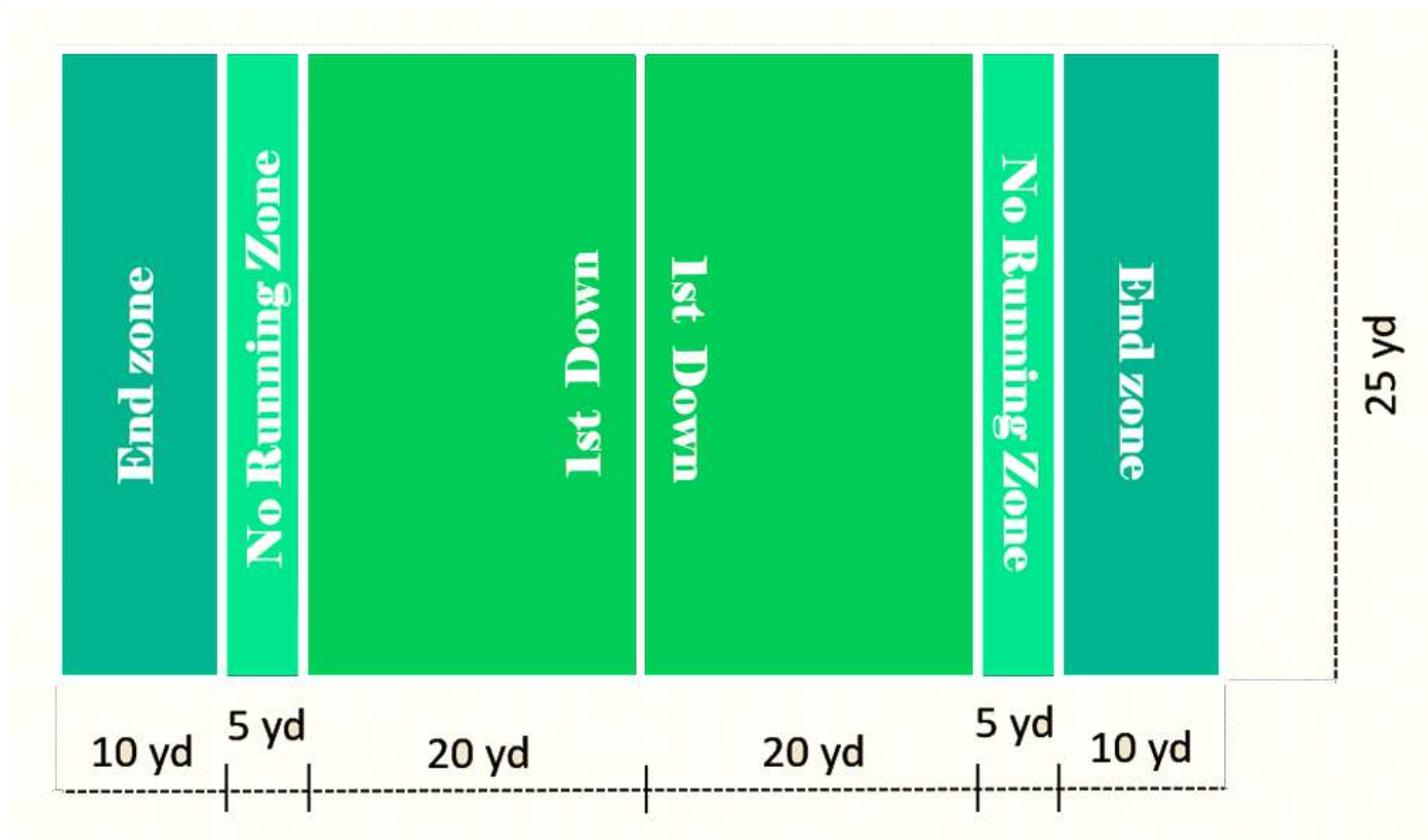
Il campo di gioco sarà composto da un'area rettangolare con dimensioni e segnature come indicate nel diagramma.

Dimensioni del campo:

Campo di gioco:

lunghezza 50 yard (45,75 m), end zone 10 yard (9,15 m), larghezza 25 yard (22,90 m).

La spazio complessivo richiesto per un campo, inclusa la safety area, è di 76 yard (69,55 m) x 31 yard (28,40 m).



Le misure verranno prese sulla parte interna delle linee (la goal line è parte dell'end zone); la larghezza delle linee sarà di 4 pollici (10 cm).

Le no-running line saranno tratteggiate. Gli spot per la trasformazione da 2 punti saranno segnati in mezzo al campo a 12 yard (11,00m) dalla goal line con una larghezza di 1 yard (0,9 m).

L'area di sicurezza è di 3 yard (2,75 m) al di fuori delle side line e delle end line. Non è obbligatorio segnare l'area di sicurezza.

Se due campi sono adiacenti la distanza minima tra i due sarà di 6 yard (5,50 m).

Equipaggiamento per il campo:

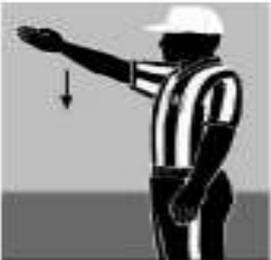
Piloncini o coni piatti saranno posti agli angoli delle 8 intersezioni delle side line con le goal line ed end line.

Coni piatti possono essere posti alle intersezioni delle side line con la middle line e le no-running line.

Un down marker verrà utilizzato a 2 yard fuori da una delle due side line.

Un tabellone per i punteggi visibile sarà installato vicino al campo.

## Segnali degli Arbitri

<p>S 1</p>  <p>Ball ready for play</p>	<p>S 3</p>  <p>Timeout</p>	<p>S 5</p>  <p>Touchdown</p>	<p>S 6</p>  <p>Safety</p>
<p>S 8</p>  <p>First Down</p>	<p>S 9</p>  <p>Loss of down</p>	<p>S 10</p>  <p>Incomplete pass</p>	<p>S 14</p>  <p>End of period</p>
<p>S 18</p>  <p>Offside Defense Illegal Blitz</p>	<p>S 19</p>  <p>False start Illegal procedure</p>	<p>S 21</p>  <p>Delay of game Delay of pass</p>	<p>S 27</p>  <p>Unsportsmanlike Conduct</p>
<p>S 28</p>  <p>Illegal participation</p>	<p>S 33</p>  <p>Pass Interference</p>	<p>S 35</p>  <p>Illegal forward pass Illegal backward pass</p>	<p>S 38</p>  <p>Illegal contact</p>
<p>S 43</p>  <p>Illegal block</p>	<p>S 47</p>  <p>Disqualification</p>	<p>S 51</p>  <p>Jumping Diving</p>	<p>S 52</p>  <p>Flag guarding Illegal Flag pull</p>

## **INTERPRETAZIONI**

Un'interpretazione della regola, o regola approvata (AR), è una decisione ufficiale su una data esposizione dei fatti. Serve ad illustrare lo spirito e l'applicazione della regola.

### **AR 1-3-2 Equipaggiamento illegale**

I. Uno o più giocatori di una squadra stanno indossando pantaloni o maglie molto larghi.

RULING: Equipaggiamento illegale. Questo tipo di pantaloni o maglie non sono necessari per giocare. E' ovvio che i giocatori stanno tentando di avere un vantaggio.

### **AR 3-2-4 Quando parte il cronometro**

I. Durante gli ultimi 2 minuti di una metà tempo, il cronometro viene fermato per assegnare un primo down.

RULING: Il cronometro partirà allo snap.

II. Il lancio è incompleto e la palla rotola lontano dal campo di gioco, nessun giocatore aiuta gli arbitri a riportare la palla sulla scrimmage line.

RULING: Il Referee potrà far fermare il cronometro a sua discrezione e il tempo ripartirà al pronti al gioco.

### **AR 5-1-1 Quando assegnare una serie**

I. 2 & middle sulla linea delle 19 yard, la corsa è stata fermata sulla middle line. La palla viene posizionata con la punta che penetra per un pollice sulla middle line larga 4 pollici.

RULING: Non è primo down, la metà campo è la metà della middle line. Se la palla fosse penetrata per 3 pollici sulla middle line, sarebbe stato un primo down.

II. 1 & goal sulla linea delle 19 yard di B, il quarterback viene deflagato sulla linea delle 23 yard di A.

RULING: 2 & goal sulla linea delle 23 yard di A, non è possibile nessun nuovo primo down.

Gioco successivo: la squadra A completa un lancio sulla linea delle 13 yard di B.

RULING: 3 & goal sulla linea delle 13 yard di B, non deve essere assegnata una nuova serie.

### **AR 6-1-1 Calciare illegalmente una palla**

I. 4 & middle sulla linea delle 9 yard, il quarterback allontana la palla con un calcio (punt).

RULING: Penalità per calcio illegale del runner. La palla diventa morta, la serie finisce per fine dei down e la penalità verrà applicata sulla successiva scrimmage line. 1 & middle per gli avversari sulla linea delle 10 yard.

### **AR 7-1-3 Obblighi per la squadra in attacco (Gioco di corsa illegale)**

I. 2 & middle sulla linea delle 24,5 yard, il quarterback effettua un passo in avanti e allunga la palla oltre il middle prima di essere deflagato.

RULING: Nessun Primo Down. Penalità per gioco di corsa illegale. 2 & middle sulla linea delle 19,5 yard.

NOTA: La stessa interpretazione si applica sulla goal line. Tecnicamente potrebbe essere anche un gioco di corsa illegale nella no-running zone.

II. 2 & middle sulla linea delle 19 yard, il quarterback si sposta su un lato del campo (roll out) ed attraversa la sua scrimmage line con un piede e viene deflagato da un difensore posizionato a meno di 7 yard dalla scrimmage line allo snap prima di effettuare il lancio.

RULING: Penalità per gioco di corsa illegale, nessuna penalità per blitz illegale. Quando il quarterback ha attraversato la scrimmage line (R 2-3-2) tutti i difensori hanno il diritto di superare la scrimmage line. 2 & middle sulla linea delle 14 yard.

NOTA: Un attraversamento "tecnico" della scrimmage line da parte del difensore per un deflag sarà ignorato.

III. 2 & goal sulla linea delle 4 yard, il quarterback effettua un lancio che viene deviato da un difensore dietro la scrimmage line.

Il quarterback riceve la palla e corre in end zone.

RULING: Touchdown, nessun gioco di corsa illegale. Un lancio toccato dalla difesa è considerato un lancio in avanti (R 2-3-3).

### **AR 7-1-4 Obblighi per la squadra in difesa (Blitzer)**

I. Un difensore (#46), posizionato a 6 yard dalla scrimmage line, alza la sua mano.

RULING: Penalità per segnale illegale del blitzer.

NOTA: Cercate di avvertire il giocatore prima dello snap con "Numero 46 sei a sole 6 yard dalla scrimmage line." Se il giocatore cerca di aggiustare la sua posizione prima dello snap, non ci sarà penalità. Se il giocatore effettuerà il blitz senza aggiustamento, non avrà diritto di traiettoria e ci sarà la penalità.

II. Un difensore, posizionato a 7 yard dalla scrimmage line, alza la sua mano per una frazione di secondo o alza la sua mano prima che lo snapper tocchi la palla o alza la sua mano appena oltre l'altezza della sua spalla.

RULING: E' un segnale non valido (R 2-2-6). Se il giocatore effettua il blitz, non avrà diritto di traiettoria verso il quarterback, ma non ci sarà alcuna penalità. Informate il giocatore prima del down successivo di dare un segnale più chiaro.

III. 3 o più blitz chiedono contemporaneamente il diritto di traiettoria con un segnale chiaro.

RULING: Penalità per segnale illegale del blitz. Nessun blitz avrà il diritto di traiettoria.

IV. 2 blitz chiedono contemporaneamente il diritto di traiettoria con un segnale chiaro. Prima dello snap uno dei due abbassa la mano e successivamente un altro difensore, posizionato a più di 7 yard dalla scrimmage line, alza la sua mano con un chiaro segnale e lo tiene sino all'ultimo secondo prima dello snap.

RULING: Nessuna penalità per segnale illegale del blitz. Gli ultimi 2 blitz che hanno dato il segnale avranno il diritto di traiettoria.

### **AR 7-2-1 Lancio all'indietro**

I. 2 & middle sulla linea delle 3 yard. Il quarterback, per evitare un deflag, effettua un lancio all'indietro da dentro la sua end zone che cade incompleto dietro la end line

RULING: Nessuna penalità, ma è una safety.

II. 2 & middle sulla linea delle 3 yard. Il quarterback, per evitare un deflag, effettua un lancio all'indietro dalla linea della 1 yard che cade incompleto.

RULING: Nessuna penalità. Gioco successivo: 3 & middle sulla linea della 1 yard.

III. 2 & middle sulla linea delle 13 yard. Il runner perde il controllo della palla intenzionalmente (lancio) o non intenzionalmente (fumble) sulla linea delle 20 yard e la palla tocca terra sulla linea delle 16 yard.

RULING: Penalità per lancio illegale all'indietro. Gioco successivo: 3 & middle sulla linea delle 15 yard. Non è rilevante se la palla diventa un lancio a causa di un lancio od a causa di un fumble.

**NOTA:** La stessa interpretazione si avrebbe se la palla avesse toccato terra sulla linea delle 24 yard (lancio in avanti).

### **AR 7-2-2 Lancio completo**

I. Due giocatori avversari entrano contemporaneamente in possesso di un lancio quando entrambi sono in aria ed entrambi atterrano in campo.

RULING: Presa simultanea, la palla è assegnata alla squadra che ha lanciato (R 2-10-3).

II. Un giocatore in volo riceve un lancio. Tenendo la palla fermamente nelle sue mani, ritorna verso il terreno e la punta della palla tocca il terreno prima di qualunque altra parte del suo corpo. Mantiene il fermo controllo della palla e non viene persa. Il giocatore colpisce il terreno in campo.

RULING: Lancio completo.

III. Un giocatore in volo riceve un lancio. Tenendo la palla fermamente nelle sue mani, tocca con una qualsiasi parte del suo corpo in campo. Immediatamente dopo aver colpito il terreno, perde la palla. Con un secondo sforzo il ricevitore, ancora a terra, riguadagna il controllo della palla (che non ha mai toccato il terreno).

RULING: Lancio completo.

IV. Un giocatore in volo riceve un lancio. Tenendo la palla fermamente nelle sue mani, tocca con una qualsiasi parte del suo corpo in campo. Immediatamente dopo aver colpito il terreno, perde la palla che tocca il terreno.

RULING: Lancio incompleto. Un giocatore in volo deve mantenere il controllo della palla quando arriva al contatto col terreno nel processo di completamento della presa.

V. Un giocatore dell'attacco riceve un lancio in volo e prima di toccare il terreno un difensore entra in contatto con lui e perde il controllo della palla. La palla cade a terra.

RULING: Lancio incompleto e interferenza sul lancio della difesa. Il passaggio non era completo (R 2-10-3) ed il fallo è avvenuto mentre la palla era in aria.

VI. Un giocatore dell'attacco si trova sul lato destro del campo dove un difensore entra in contatto con lui prima che la palla venga lanciata dal quarterback. Il lancio cade incompleto sul lato sinistro del campo.

RULING: Contatto illegale della difesa. Entrare in contatto con un avversario è un fallo, sia che la palla venga lanciata verso di lui sia che venga lanciata altrove

VII. Un giocatore dell'attacco riceve un lancio in volo e prima di toccare il terreno, quando è ancora in aria, effettua un lancio all'indietro verso un altro giocatore dell'attacco. Il secondo attaccante riceve il lancio ed avanza la palla per un ulteriore guadagno di yard.

RULING: Gioco legale. Il lancio è stato preso ma non completato e lo stato della palla è lo stesso del primo lancio (R 2-9-2). Il lancio è completato con la seconda ricezione e con il contatto con il terreno (R 2-10-3).

**NOTA:** La stessa interpretazione si avrebbe se la palla venisse solo toccata e fatta rimbalzare in avanti o all'indietro.

### **AR 7-3-1 Lancio legale in avanti**

I. 2 & middle sulla linea delle 3 yard. Il quarterback, per evitare un deflag, effettua un lancio in avanti dalla sua end zone che cade incompleto pochi pollici davanti ai suoi piedi.

RULING: Nessuna penalità, non esiste l'intentional grounding nel Flag Football. Gioco successivo: 3 & middle sulla linea delle 3 yard.

II. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback effettua da dietro la sua scrimmage line un lancio in avanti con un'ampia parabola che lui stesso riceve per un completo di 10 yard.

RULING: Penalità per tocco illegale, il quarterback può ricevere il proprio lancio solo dopo che viene toccato da un altro giocatore (R 7-2-4). Gioco successivo: 3 & middle sulla linea delle 7 yard.

III. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback effettua da dietro la sua scrimmage line un lancio in avanti che viene toccato da un altro giocatore e ritorna nelle mani del quarterback.

RULING: Nessuna penalità per tocco illegale, il quarterback può avanzare la palla (R 7-2-4).

IV. 2 & middle sulla linea delle 15 yard. Il quarterback si muove per evitare il blitz (scrambles) e sulla linea delle 17 yard effettua un lancio completo sulla linea delle 23 yard.

RULING: Penalità per corsa illegale, 5 yard dalla scrimmage line (R 7-1-3). Penalità per lancio illegale in avanti, 5 yard dal punto del fallo e perdita del down (LOD). La difesa ha l'opzione per giocare un 2 & middle sulla linea delle 10 yard o un 3 & middle sulla linea delle 12 yard.

### **AR 8-3-2 Opportunità per segnare (penalità sulla trasformazione)**

I. Viene accettata una penalità su una trasformazione da 1 punto e la trasformazione ripetuta dalla linea delle 10 yard.

RULING: L'attacco può fare un gioco di lancio o di corsa per segnare 1 punto.

II. Viene accettata una penalità su una trasformazione da 2 punti e la trasformazione ripetuta dalla linea delle 7 yard.

RULING: L'attacco può fare un gioco di lancio o di corsa per segnare 2 punti.

III. Viene accettata una penalità su una trasformazione da 1 punto e la trasformazione ripetuta dalla linea delle 2,5 yard.

RULING: L'attacco può fare solamente un gioco di lancio per segnare 1 punto.

IV. Viene accettata una penalità su una trasformazione da 2 punti e la trasformazione ripetuta dalla linea delle 2 yard.

RULING: L'attacco può fare solamente un gioco di lancio per segnare 2 punti.

V. Durante una trasformazione il runner protegge la flag sulla linea delle 3 yard e poi segna.

RULING: Penalità per protezione della flag con perdita del down. La segnatura non è valida, la trasformazione finisce (non viene ripetuta).

### **AR 8-4-1 Safety**

I. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Un blitz afferra i pantaloni del quarterback quando questo è nella sua end zone. Il quarterback effettua un lancio incompleto in avanti.

RULING: Penalità per contatto illegale (holding) applicato dalla linea delle 7 yard. Gioco successivo: 2 & middle dalla linea delle 17 yard. II. 2 & middle sulla linea delle 7 yard.

Il quarterback nella sua end zone tiene la palla davanti alla flag nel momento in cui difensore cerca di strapparla. Il difensore manca la flag e poi il quarterback completa un lancio per 14 yard.

RULING: La penalità per protezione della flag viene applicata dalla end zone, safety.

### **AR 9-1-1 Provocare un contatto (diritto di posizione, diritto di traiettoria)**

I. Un difensore si allinea vicino alla scrimmage line, di fronte o vicino ad un ricevitore (copertura a uomo).

RULING: Il ricevitore deve evitare il contatto sul primo passo, perché il difensore ha il diritto di posizione. Quando il difensore inizia a muoversi, perde il diritto di posizione e deve dare la precedenza all'attaccante.

II. Un difensore si allinea vicino alla scrimmage line, di fronte ad un ricevitore. Allo snap si muove immediatamente verso l'interno ed entra in collisione con il ricevitore che anche si muoveva verso il centro del campo.

RULING: Contatto illegale della difesa. Non appena si muove il difensore perde il diritto di posizione ed è responsabile della collisione.

Il ricevitore deve evitare il punto dove il difensore staziona, ma non può anticipare la direzione verso dove il difensore si muoverà.

III. Un difensore sta coprendo la sua zona guardando il quarterback. Un attaccante sta correndo attraverso il campo e lo colpisce da dietro di proposito.

RULING: Mirare un avversario da parte dell'attacco. Anche con il diritto di traiettoria, agli attaccanti non è permesso mirare e colpire un avversario. (R 9-1-2)

IV. Un difensore sta costringendo il runner verso la side line. Il runner tenta di rimanere in campo mantenendo la sua traiettoria ed arriva al contatto con difensore.

RULING: Contatto illegale del runner. Il runner deve evitare il contatto, non ha il diritto di traiettoria.

V. Due difensore costringono il runner a passare in mezzo a loro. Il runner tenta di passare attraverso lo spazio tra i due difensori ed arriva al contatto con uno di essi (o con entrambi).

RULING: Contatto illegale del runner. Il runner deve evitare il contatto anche quando lo costringe a terminare l'azione.

#### **AR 9-1-1 Provocare un contatto (blitzer)**

I. Dopo lo snap un blitzer, che ha dato un chiaro segnale alzando la mano sopra la testa, corre velocemente verso il quarterback e un ricevitore che sta correndo la sua traccia deve modificarla per evitarlo.

RULING: Nessuna penalità. Un ricevitore deve dare al blitzer il diritto di traiettoria. Se non ci fosse stato il segnale del blitzer, ci sarebbe stato un fallo della difesa (blocco).

II. Dopo lo snap un blitzer, che ha dato un chiaro segnale alzando la mano sopra la testa, corre velocemente verso il quarterback e un ricevitore che sta correndo la sua traccia lo blocca o arriva al contatto.

RULING: Penalità per blocco (5 yard) o contatto illegale (10 yard) contro l'attacco. L'attaccante deve considerare la traccia del blitzer.

III. Dopo lo snap un blitzer, che ha dato un chiaro segnale alzando la mano sopra la testa, corre lentamente verso il quarterback e un ricevitore che sta correndo la sua traccia deve modificarla per evitarlo o arriva al contatto.

RULING: Penalità per blocco contro la difesa. Un blitzer ha il diritto di traiettoria solamente se si muove velocemente (R 2-2-6), l'attaccante deve aver la possibilità di poter calcolare la traccia del blitzer.

IV. Dopo lo snap un blitzer, che ha dato un chiaro segnale alzando la mano sopra la testa, corre verso il quarterback e quando il quarterback inizia a muoversi lateralmente (roll out), il blitzer cambia la sua traiettoria.

RULING: Il blitzer perde il diritto di traiettoria quando cambia direzione. Deve aver cura di non bloccare alcun ricevitore dopo che ha cambiato traiettoria.

V. Un blitzer, che ha dato un chiaro segnale alzando la mano sopra la testa, corre verso lo snapper fermo in piedi.

RULING: Penalità per mirare un avversario (10 yard) contro la difesa. Il diritto di posizione vale più del diritto di traiettoria (R 2-13-2).

VI. Un blitzer, che ha dato un chiaro segnale alzando la mano sopra la testa, corre verso la scrimmage line, ma si ferma prima di superarla.

RULING: Nessuna penalità. Il blitzer non è obbligato a superare la scrimmage line, ma perde il diritto di traiettoria quando si ferma e da quel momento deve evitare i giocatori dell'attacco.

VII. Un ricevitore attraversa la traccia del blitzer, che ha dato un chiaro segnale alzando la mano sopra la testa. Il blitzer cerca di evitare il contatto, ma entra in collisione con l'attaccante.

RULING: Penalità per contatto illegale (10 yard) contro l'attacco.

VIII. Un ricevitore attraversa la traccia del blitzer, che ha dato un chiaro segnale alzando la mano sopra la testa. Il blitzer non cerca di evitare il contatto ed entra in collisione con l'attaccante.

RULING: Penalità per blocco (5 yard) contro l'attacco e penalità per mirare un avversario (10 yard) contro la difesa, i falli si annullano.

IX. Il blitzer si ferma di fronte al quarterback dopo che la palla è stata lanciata e lo tocca con le mani sui fianchi.

RULING: Nessuna penalità per il tocco, perché il contatto deve avere un impatto

X. Il blitzer si ferma di fronte al quarterback dopo che la palla è stata lanciata e lo spinge con le mani sui fianchi. Il quarterback deve fare due passi per mantenere l'equilibrio.

RULING: Penalità per contatto illegale della difesa.

XI. Il blitzer si ferma nel momento in cui il quarterback lancia la palla, e il movimento naturale del lancio che porta il quarterback a fare un passo in avanti lo porta ad entrare in contatto con il blitzer.

RULING: Nessuna penalità per il contatto, entrambi i giocatori sono fermi ed hanno il diritto di posizione.

XII. Il blitzer salta in verticale senza spostarsi dalla posizione nel momento in cui il quarterback inizia a lanciare la palla, il quarterback effettua 3 passi in avanti dopo il lancio e arriva al contatto con il blitzer.

RULING: Penalità per contatto illegale dell'attacco. Il blitzer ha il diritto di posizione anche se salta. Se il momentum del salto porterebbe il blitzer verso il quarterback, sarebbe fallo della difesa.

XIII. Il blitzer salta in avanti per deviare la palla nel momento in cui il quarterback inizia a lanciare la palla e tocca la palla prima che lasci la mano del quarterback o tocca il braccio del quarterback dopo che la palla ha lasciato la sua mano.

RULING: Penalità per mirare un avversario, perché il punto di attacco era un palla in possesso di un runner (R 9-1- 2).

### **AR 9-2-2 Tattiche scorrette (deflag)**

I. Un runner muove le mani sopra i suoi fianchi nel momento in cui un difensore tenta di deflaggarlo. Non c'è contatto, ma il difensore manca la flag.

RULING: Penalità per protezione della flag. Non ci deve essere il contatto per creare uno svantaggio alla difesa, una mano (o la palla) mossa sopra la flag la rende molto più difficile da prendere.

II. Un runner muove le mani sopra i suoi fianchi nel momento in cui un difensore effettua un tentativo disperato di deflag. Non c'è contatto e il difensore manca ampiamente la flag.

RULING: Nessuna penalità. Ci deve essere un serio tentativo di deflag per rendere il movimento sopra le flag del runner un fallo.

III. Un runner sta correndo verso un difensore ed appena si trova a distanza ravvicinata sposta il suo corpo in avanti.

RULING: Penalità per tuffo (R 2-12-2). Il difensore deve evitare la testa ed il corpo del runner, situazione che rende più difficile il tentativo di deflag.

IV. Un runner sta correndo verso un difensore ed appena si trova a distanza ravvicinata allunga la mano con la palla in avanti per guadagnare una yard extra prima di essere deflaggato.

RULING: Penalità per protezione della flag. Il difensore deve evitare la palla, situazione che rende più difficile il tentativo di deflag.

V. Un runner è inseguito da un difensore ed appena prima di essere raggiunto allunga la mano con la palla in avanti per guadagnare una yard extra prima di essere deflaggato.

RULING: Nessuna penalità. Il movimento del runner, per un deflag che viene da dietro, non fa alcuna differenza al difensore.

VI. Un blitz strappa la flag del quarterback una frazione di secondo dopo che la palla è stata lanciata.

RULING: Nessuna penalità per deflag illegale. La difesa ha il diritto di effettuare un serio tentativo di deflag.

VII. Dopo che il quarterback ha lanciato la palla, il blitz continua la sua corsa e gli strappa una flag.

RULING: Penalità per deflag illegale. Il deflag inabilita il quarterback a correre con la palla se la riceve successivamente in un gioco trucco (trick play).

VIII. Il difensore strappa la flag nel momento in cui il ricevitore tocca la palla, ma questi tocca la palla una prima volta (muff) e completa la presa con un secondo tentativo.

RULING: Nessuna penalità per deflag illegale. Il difensore si aspetta un completo, che renderebbe il ricevitore un runner, e non è necessario che aspetti il completamento della presa per tentare il deflag.

### **AR 10-2-4 Falli che si annullano tra loro (offsetting foul)**

I. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback effettua un passaggio completo o lancia un intercetto sulla linea delle 15 yard. Prima della presa lo snapper blocca il blitz sulla linea delle 10 yard e un difensore blocca un ricevitore sulla linea delle 20 yard.

RULING: Le penalità si annullano, il down verrà rigiocato

II. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback lancia un intercetto sulla linea delle 15 yard che viene ritornato sulla linea delle 6 yard. Prima della presa lo snapper blocca il blitz sulla linea delle 10 yard e durante il ritorno il blitz blocca lo snapper sulla linea delle 12 yard.

RULING: La difesa può declinare l'annullamento delle penalità e tenere la palla. Il punto base è il punto del fallo, 1 & goal dalla linea delle 17 yard.

III. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback lancia un intercetto sulla linea delle 15 yard che viene ritornato sulla linea delle 6 yard. Prima della presa un difensore blocca un ricevitore sulla linea delle 10 yard e durante il ritorno lo snapper trattiene il runner sulla linea delle 12 yard.

RULING: Le penalità si annullano, il down verrà rigiocato

### **AR 10-3-1 Punto base (falli dell'attacco)**

I. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra in end zone e viene deflaggato in end zone. Lo snapper blocca il blitz sulla linea delle 10 yard.

RULING: il punto base è la scrimmage line, applicato dalla linea delle 7 yard. 2 & middle sulla linea delle 3,5 yard. Declinare il fallo porterebbe ad una Safety.

II. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e viene deflaggato sulla linea della 1 yard. Lo snapper blocca il blitz in end zone.

RULING: il punto base è il punto del fallo, applicato in end zone, Safety. Declinare il fallo porterebbe a un 3 & middle sulla linea della 1 yard.

III. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e viene deflaggato sulla linea della 1 yard. Lo snapper blocca il blitz sulla linea delle 5 yard.

RULING: il punto base è il punto del fallo, applicato dalla linea delle 5 yard. 2 & middle sulla linea delle 2,5 yard.

Declinare il fallo porterebbe a un 3 & middle sulla linea della 1 yard.

IV. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e completa il lancio sulla linea delle 15 yard. Lo snapper blocca il blitzzer sulla linea delle 5 yard.

RULING: il punto base è il punto del fallo, applicato dalla linea delle 5 yard. 2 & middle sulla linea delle 2,5 yard

Declinare il fallo porterebbe a un 3 & middle sulla linea delle 15 yard.

V. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e completa il lancio sulla linea delle 15 yard. Lo snapper blocca il blitzzer sulla linea delle 20 yard.

RULING: il punto base è la scrimmage line, applicato dalla linea delle 7 yard. 2 & middle sulla linea delle 3,5 yard.

Declinare il fallo porterebbe a un 3 & middle sulla linea delle 15 yard.

VI. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard, il lancio viene completato e l'attacco segna un touchdown. Lo snapper blocca un difensore nell'end zone avversaria.

RULING: il punto base è la scrimmage line, applicato dalla linea delle 7 yard. 2 & middle sulla linea delle 3,5 yard.

VII. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e il lancio cade incompleto. Lo snapper blocca il blitzzer sulla linea delle 5 yard.

RULING: il punto base è il punto del fallo, applicato dalla linea delle 5 yard. 2 & middle sulla linea delle 2,5 yard.

Declinare il fallo porterebbe a un 3 & middle sulla linea delle 7 yard.

VIII. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e il lancio cade incompleto. Lo snapper blocca il blitzzer sulla linea delle 10 yard.

RULING: il punto base è la scrimmage line, applicato dalla linea delle 7 yard. 2 & middle sulla linea delle 3,5 yard.

Declinare il fallo porterebbe a un 3 & middle sulla linea delle 7 yard.

### **AR 10-3-1 Punto base (falli della difesa)**

I. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra in end zone e viene deflaggato in end zone. Un difensore blocca lo snapper sulla linea delle 10 yard.

RULING: il punto base è la scrimmage line, applicato dalla linea delle 7 yard. 2 & middle sulla linea delle 12 yard.

II. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e viene deflaggato sulla linea della 1 yard. Un difensore blocca lo snapper sulla linea delle 5 yard.

RULING: il punto base è la scrimmage line, applicato dalla linea delle 7 yard. 2 & middle sulla linea delle 12 yard.

III. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e completa il lancio sulla linea delle 15 yard. Un difensore blocca lo snapper che esegue la sua traccia in end zone.

RULING: il punto base è il punto di palla morta, applicato dalla linea delle 15 yard. 2 & middle sulla linea delle 20 yard.

IV. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e completa il lancio sulla linea delle 15 yard. Un difensore blocca un ricevitore sulla linea delle 20 yard.

RULING: il punto base è il punto di palla morta, applicato dalla linea delle 15 yard. 2 & middle sulla linea delle 20 yard.

V. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard, il lancio viene completato e l'attacco segna un touchdown. Un difensore blocca lo snapper sulla linea delle 10 yard.

RULING: Touchdown, la penalità è declinata per regola.

VI. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback arretra sulla sua linea della 1 yard e il lancio cade incompleto. Un difensore blocca lo snapper sulla linea delle 10 yard.

RULING: il punto base è la scrimmage line, applicato dalla linea delle 7 yard. 2 & middle sulla linea delle 12 yard.

VII. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Un blitzzer prende i pantaloni del quarterback dietro la scrimmage line, ma il quarterback effettua comunque un lancio completo sulla linea delle 12 yard.

RULING: Penalità per contatto illegale (holding). Il punto base è il punto di palla morta, applicato dalla linea delle 12 yard. Gioco successivo: 2 & middle sulla linea delle 22 yard.

VIII. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Un blitzzer prende i pantaloni del runner sulla linea delle 12 yard e la corsa viene fermata sulla linea delle 17 yard.

RULING: Penalità per contatto illegale (holding). Il punto base è il punto di palla morta, applicato dalla linea delle 17 yard. Gioco successivo: 1 & goal sulla linea delle 23 yard di B.

IX. 4 & middle sulla linea delle 9 yard, un giocatore della difesa calcia la palla nell'intenzione di difendere su un gioco di lancio, la palla cade a terra incompleta.

RULING: Penalità per calcio illegale di un lancio. Il punto base è la scrimmage line, applicato dalla linea delle 9 yard.

Gioco successivo: 4 & middle sulla linea delle 14 yard.

X. 4 & middle sulla linea delle 9 yard, un giocatore della difesa calcia la palla nell'intenzione di difendere su un gioco di lancio, la palla viene presa dall'Attacco e avanzata sino alla linea delle 22 yard.

RULING: Penalità per calcio illegale di un lancio. Il punto base è il punto di palla morta, applicato dalla linea delle 22 yard. Gioco successivo: 1 & goal sulla linea delle 23 yard.

### **AR 10-3-1 Punto base (cambio di possesso)**

I. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback lancia un intercetto sulla linea delle 21 yard ed il ritorno si ferma sulla linea delle 12 yard. Dopo il cambio di possesso, lo snapper trattiene (contatto illegale) il runner sulla linea delle 18 yard.

RULING: il punto base è il punto di palla morta, applicato dalla linea delle 12 yard. 1 & goal sulla linea delle 6 yard.

III. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback lancia un intercetto sulla linea delle 21 yard ed il ritorno si ferma sulla linea delle 12 yard. Dopo il cambio di possesso, lo snapper arriva ad un contatto illegale con un compagno di squadra del ritornatore sulla linea delle 10 yard.

RULING: il punto base è il punto di palla morta, applicato dalla linea delle 12 yard. 1 & goal sulla linea delle 6 yard.

IV. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. . Il quarterback lancia un intercetto sulla linea delle 21 yard ed il ritorno si ferma sulla linea delle 12 yard. Dopo il cambio di possesso, un compagno di squadra del ritornatore blocca lo snapper sulla linea delle 18 yard.

RULING: il punto base è il punto del fallo, applicato dalla linea delle 18 yard. 1 & goal sulla linea delle 23 yard.

V. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback lancia un intercetto sulla linea delle 21 yard ed il ritorno si ferma sulla linea delle 12 yard. Dopo il cambio di possesso, un compagno di squadra del ritornatore blocca lo snapper sulla linea delle 10 yard.

RULING: il punto base è il punto di palla morta, applicato dalla linea delle 12 yard. 1 & goal sulla linea delle 17 yard

VI. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. Il quarterback lancia un intercetto sulla linea delle 21 yard e il ritornatore perde la palla (fumble) sulla linea delle 12 yard, lo snapper prende la palla al volo e corre sino alla linea delle 20 yard. Dopo il primo cambio di possesso, un compagno di squadra dello snapper trattiene il ritornatore sulla linea delle 18 yard.

RULING: Le penalità per lancio illegale (fumble) e contatto illegale (holding) si annullano, il down verrà ripetuto (R 10-2-4). 2 & middle sulla linea delle 7 yard.

VII. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. 7 yard. Il quarterback lancia un intercetto sulla linea delle 21 yard e il ritornatore perde la palla (fumble) sulla linea delle 12 yard, lo snapper prende la palla al volo e corre sino alla linea delle 20 yard. Dopo il secondo cambio di possesso, un compagno di squadra dello snapper blocca un avversario sulla linea delle 18 yard.

RULING: L'Attacco declinerà l'annullamento delle penalità per lancio illegale (fumble) e riprenderà la palla con l'applicazione del fallo di blocco (R 10-2-4). Il punto base è il punto del fallo, applicato dalla linea delle 18 yard. 1 & middle sulla linea delle 13 yard

### **AR 10-3-2 Procedure**

I. 3 & goal sulla linea delle 19 yard. 3 blitz fanno il segnale per richiedere il diritto di traiettoria.

RULING: Penalità segnale illegale del blitz allo snap. La penalità viene applicata dalla linea delle 19 yard. 3 & goal sulla linea delle 14 yard.

II. 2 & middle sulla linea delle 15 yard. Il runner protegge la flag sulla linea delle 22 yard di B. RULING: La penalità porta indietro la palla dietro il middle. 3 & middle sulla linea delle 23 yard di A.

III. 4 & middle sulla linea delle 9 yard, un difensore viene colpito da un lancio sulla parte inferiore della gamba, nessun giocatore avrebbe potuto ricevere la palla.

RULING: Nessuna penalità per calcio illegale di un lancio, perché il contatto è stato non intenzionale. La palla diventa morta per lancio incompleto, la serie finisce per fine dei down. 1 & middle per B sulla linea delle 5 yard.

IV. 2 & goal sulla linea delle 10 yard. Il lancio è completo per un touchdown. La Difesa era in offside allo snap.

RULING: Touchdown, la penalità è declinata per regola.

V. 2 & goal sulla linea delle 10 yard. Il lancio è completo per un touchdown. La Difesa commette un'interferenza sul lancio.

RULING: Touchdown, la penalità è declinata per regola.

VI. Trasformazione da 1 sulla linea delle 5 yard. Il lancio è completo per un touchdown. La Difesa commette un contatto illegale durante il gioco.

RULING: Touchdown, la penalità verrà riportata allo snap successivo. 1 & middle per B sulla linea delle 2,5 yard.

### **AR 10-3-3 Procedure di applicazione di metà distanza**

I. 2 & middle sulla linea delle 7 yard. L'attacco commette una falsa partenza.

RULING: Penalità applicata dalla linea delle 7 yard. 2 & middle sulla linea delle 3,5 yard.

II. 3 & goal sulla linea delle 9 yard. La difesa commette un offside.

RULING: Penalità applicata dalla linea delle 9 yard. 3 & goal sulla linea delle 4,5 yard

## Indice

Prefazione .....	2
Le Regole del Flag Football .....	3
Variazioni Nazionali .....	3
Regola 1 – Il Gioco, Campo, Palla ed Equipaggiamento .....	4
Regola 2 – Definizioni .....	6
Regola 3 – Periodi e Tempo .....	11
Regola 4 – Palla in Gioco, Palla Morta .....	13
Regola 5 – Serie dei Down .....	14
Regola 6 – Calci .....	15
Regola 7 – Effettuare lo Snap e Lanciare la Palla .....	16
Regola 8 – Segnature .....	19
Regola 9 – Comportamento dei Giocatori .....	21
Regola 10 – Applicazione delle Penalità .....	23
Regola 11 – Gli Arbitri: Giurisdizione e Doveri .....	25
Sommario delle Penalità .....	27
Diagramma del Campo .....	28
Segnali degli Arbitri .....	29
Interpretazioni .....	30