



Regler for pannaball

1. Kampen varer 3 min.

2. Man vinner når man scorer flest mål eller når man klarer å gjennomføre en kontrollert tunnel – Panna. En korrekt utført Panna er når den som har ballen spiller ballen mellom motstanderens bein og er førstemann til å berøre ballen på motsatt side.

Ballen må ikke berøre båndet i forbindelse med en tunnel - hverken før eller etter at Panna'en utføres. Spilles ballen mellom motstanderens bein og kommer bort i båndet, fortsetter spillet uansett hvem som er først på ballen etterpå. En Panna kan utføres både forfra og bakfra.

Spilles ballen mellom motstanderens bein og motstanderen er først på ballen, fortsetter spillet.

Om det blir dømt en riktig utført Panna, slutter kampen, og vinneren er den som har laget Panna'en - uansett stillingen. En tackling kan aldri vurderes som en korrekt Panna.

3. Man taper hvis man:

Sparker ballen direkte over båndet eller hvis man får to advarsler.

Går ballen over nettet, får motstanderen ballen med start fra egen banehalvdel. Den andre spilleren skal være på egen banehalvdel. Spillet stoppes når ballen er ute av spill og settes i gang igjen så snart ballen berøres.

4. Advarsler:

For alle former for skubb, spark og urene tacklinger.

5. Ved uavgjort spilles til neste scoring

Med likt resultat etter 3 minutter spilles det videre til neste scorede mål eller Panna. Dommeren setter igang spillet på nytt.

