

WAS IST WALKING FOOTBALL?

Fußball im Gehtempo bietet eine Alternative zum üblichen Treiben auf dem Fußballplatz und etabliert sich in den letzten Jahren mehr und mehr als neue und besondere Möglichkeit des Fußballspielens. Die Ursprünge liegen in England – mittlerweile wird Walking Football jedoch europaweit gespielt! Zielgruppe sind vor allem ältere Fußballer*innen (55+). Aber auch jüngeren Sportlern, die aufgrund von Verletzungen nicht mehr am normalen Spielbetrieb teilnehmen können, bietet sich eine echte Alternative. Zudem können Menschen mit Behinderung teilnehmen - gerade für inklusive Angebote ist Walking Football sehr gut geeignet. Die schonende Spielweise beugt Verletzungen vor und bietet dennoch viele Bewegungsanreize. Walking Football ist somit eine gesundheitsfördernde Fußballvariante!

Der SWFV arbeitet im Bereich Walking Football mit der Horst-Eckel-Stiftung und dem Sportbund Pfalz zusammen.



DAS IST WICHTIG!

„Beim Fußball muss gerannt werden!“ – Nein, es geht auch ohne! Die wichtigste Regel im Walking Football, wie der Name bereits vermuten lässt, untersagt das Rennen mit und ohne Ball. Auch der lange Flugball und Kopfballduelle funktionieren hier nicht – der Ball darf nicht höher als einen Meter zugespielt werden. Somit steht das präzise Passspiel im Vordergrund. Gespielt wird auf einem 42 x 21 m großen Spielfeld mit zwei Toren (idealerweise 3m x 1m). Auch wenn anfänglich Berührungsängste und Vorbehalte bestehen: Einmal ausprobiert und mitgespielt, begeistern sich die allermeisten für die Alternative zum traditionellen Fußball!

SO GEHT'S!

Die drei wichtigsten Regeln besagen:

1 Kein Rennen

Die Spieler dürfen weder rennen noch schnell laufen. Wie der Name bereits sagt, ist nur Gehen erlaubt.

2 Keine Tacklings

Jegliche Art von Tacklings (Grätschen, Rempeln etc.) sind verboten.

3 Der Ball wird flach gespielt

Zuspiele dürfen Hüfthöhe (ca. 1 Meter) nicht überschreiten.

Weitere Regeln:

- Gespielt wird mit einem 7 x 5 m halbkreisförmigen Torraum, der von keinem Spieler betreten werden darf. Im Walking Football wird ohne Torwart gespielt!
- Spielfeldgröße: 42 x 21 Meter
- Die Abseitsregel ist aufgehoben.
- Spieldauer: 2 x 20 Minuten
- Spieleranzahl: 5er-, 6er- oder 7er-Teams
- Frauen und Männer können in gemischten Mannschaften zusammen spielen





ANSPRECHPARTNER



Matthias Belzer
Beauftragter Walking Football
0175 94 087 86
matthias.belzer@swfv.net

Marcel Messerig
Hauptamtlicher Referent Breiten-
und Freizeitsport
06323 94 936 70
marcel.messerig@swfv.de



KONTAKT

Südwestdeutscher Fußballverband e.V.
Breiten- und Freizeitsport
Villastraße 63a
67480 Edenkoben

Tel.: 06343 949 36 0
info@swfv.de
www.swfv.de

WALKING FOOTBALL

EIN ANGEBOT DES SWFV

