

# SOĻBOLA FESTIVĀLS SALASPILĪ

## REGLAMENTS

### 1. Vispārīgie noteikumi

1.1. Turnīrs tiek organizēts ar mērķi popularizēt aktīvu un veselīgu dzīvesveidu, kā arī veicināt soļbola attīstību Latvijā.

1.2. Turnīru organizē: Latvijas Sporta federāciju padome (LSFP) sadarbībā ar Latvijas Futbola federāciju (LFF), Rīgas Futbola federāciju (RFF) un Salaspils pašvaldības iestādi "Salaspils sporta nams" Erasmus+ Sport projekta "SPARK – Sport and Physical Activity for Resilient and Knowledgeable Ageing" ietvaros.

1.3. Turnīra norises vieta un laiks: 2026. gada 17. maijā Smilšu ielā 1 Salaspilī (Salaspils sporta namā). Ierašanās no pulksten 11:20, festivāla sākums 12:00, aptuvenais noslēgums – pulksten 15:00.

1.4. Turnīrs notiek saskaņā ar šo reglamentu un godīgas spēles (*Fair Play*) principiem.

1.5. Soļbols galvenokārt domāts cilvēkiem, kuri vairs nevar skriet vecuma, locītavu, vecu traumu, artrīta, sirds problēmu dēļ utl., bet vēlas turpināt spēlēt iecienīto spēli, bet bez liela traumu riska. Soļbola galvenie ieguvumi – tas uztur sirds un asinsvadus labā formā, trenē koordināciju un līdzsvaru, saglabā muskuļu masu, uzlabo garastāvokli un sociālos kontaktus.

### 2. Komandu sastāvs

2.1. Komandā drīkst pieteikt no 8 līdz 12 spēlētājiem.

2.2. Laukumā vienlaicīgi atrodas 6 spēlētāji, ieskaitot vārtsargu.

2.3. Maiņas ir neierobežotas un notiek plūstoši spēles laikā.

2.4. Spēlētājiem jābūt vismaz 60+ gadu veciem. Izņēmums ir sievietes, kuras drīkst būt atbilstošas 50+ grupai, kā arī citas grupas (piemēram, personas ar invaliditāti), ja tā lemj organizatori.

### 3. Spēles noteikumi

3.1. Spēles tiek aizvadītas pēc Soļbola asociācijas Anglijā (*The Walking Football Association*) principiem:

- skriešana ir aizliegta (vienai kājai vienmēr jābūt saskarē ar zemi, drīkst ātri soļot);
- kontakta spēle ir minimāla, rupja, nesportiska spēle (grūšana, spēkošanās ar pleciem, izklupieni, lēcieni, bloķēšana, turēšana utl.) un bīstama spēle ir aizliegta;
- bumba nedrīkst tikt spēlēta virs galvas augstuma (ja bumba atlec no vārtu konstrukcijas vai pretinieku spēlētāja un pārsniedz galvas augstumu, tas netiek uzskatīts par pārkāpumu).

3.2. Par noteikumu pārkāpumiem tiesnesis piešķir tiešo brīvsitienu vai citu atbilstošu sodu.

3.3. Soda sitienu tiek izpildīti no pārkāpuma vietas, pretinieki nedrīkst atrasties tuvāk par 3 metriem bumbai.

3.4. Auts tiek izpildīts, iespējējot ar kāju.

3.5. Vārtsargs nedrīkst atstāt soda laukumu. Vārtsarga gūti vārti netiek skaitīti.

3.6. Laukuma spēlētājs nedrīkst spēlēt bumbu ar galvu.

3.7. Laukuma izmērs plānots 21x32m (var būt cits izmērs, ja tā lemj organizatori). Segums – parketa grīda, uz kuras tiek spēlēts telpu futbols, tāpēc izmantojami apavi ar gludo zoli.

3.8. Plānots spēlēt ar telpu futbola atvieglinātajām (svarā vieglākas) bumbām.

3.9. Izpildot *pendeli*, tās izpildītājs, sākot kustību, nedrīkst atrasties tālāk par 1 metru no bumbas. Tikmēr vārtsargam līdz sitiena brīdim ar abām kājām jābūt uz vārtu līnijas, lēcieni ir aizliegti.

3.10. Netiek skaitīti vārti, kas gūti ar tiešu sitienu no stūra sitiena, pat ja bumbai nejauši skārusi kādu citu spēlētāju, vārtsargu ieskaitot.

#### 4. Spēles ilgums

4.1. Spēle sastāv no 1 puslaika.

4.2. Spēles ilgums tiek noteikts, ņemot vērā komandu skaitu.

#### 5. Turnīra sistēma

5.1. Turnīrs var tikt organizēts:

- grupu turnīra formātā;
- izslēgšanas spēlēs;
- kombinētā sistēmā.

5.2. Punktu piešķiršana:

- uzvara – 3 punkti;
- neizšķirts – 1 punkts;
- zaudējums – 0 punkti.

5.3. Vienādu punktu gadījumā vietas nosaka:

1. labāks savstarpējās (-o) spēles (-lu) rezultāts (-i);
2. labāka vārtu starpība savstarpējā (-s) spēlē (-s);
3. labāka vārtu starpība visās spēlēs;
4. vairāk gūtie vārti visās spēlēs;
5. pēcspēles sitienu sērija no vismaz 6 metriem vai izloze (par šo lemj turnīra organizatori).

---

#### 6. Disciplinārie noteikumi

6.1. Par nesportisku rīcību spēlētājs var saņemt brīdinājumu vai tikt noraidīts.

6.2. Noraidītais spēlētājs nedrīkst turpināt spēli. Par viņa dalību nākamajā (-s) spēlē (-s) lemj organizatori.

6.3. Ja futbolists tiek noraidīts, komanda spēlē mazākumā 2 minūtes vai līdz ielaistiem vārtiem. Spēlētājs var tikt noraidīts no laukuma arī par atkārtotu skriešanu.

---

#### 7. Inventārs un forma

7.1. Komandām jāspēlē vienādās formās.

7.2. Obligāti jālieto sporta apavi, kas atbilst laukuma segumam.

7.3. Aizsargu lietošana ir ieteicama.

---

#### 8. Tiesāšana

8.1. Spēles tiesā organizatora nozīmēti tiesneši.

8.2. Tiesneša lēmumi ir galīgi un neapstrīdami.

---

#### 9. Apbalvošana

9.1. Tiek apbalvoti visi turnīra dalībnieki.

9.2. Var tikt piešķirtas individuālās balvas (labākais spēlētājs, vārtsargs u.c.).

---

#### 10. Citi jautājumi

10.1. Organizators patur tiesības veikt izmaiņas reglamentā.

10.2. Visi strīdi tiek risināti ar organizatora lēmumu.

---

#### 11. Pieteikšanās

11.1. Pieteikšanās notiek līdz 2026. gada 12. maija pulksten 12:00. Dalība ir bez maksas.

11.2. Komandas pieteikums ar plānoto spēlētāju sastāvu (vārds, uzvārds, dzimšanas gads, mēnesis un datums) jāiesniedz, aizpildot elektronisko pieteikuma formu: <https://forms.gle/iWnhTtVIRdtVgZ3o6>. Ja nepieciešams, pieteikumu iespējams iesniegt arī brīvā formā, nosūtot to uz e-pastu: [ilvars.koscinkevics@lff.lv](mailto:ilvars.koscinkevics@lff.lv)

11.3. Jautājumu gadījumā vērsties pie soļbola sacensību galvenā organizatora Ilvara Koscinkeviča ([ilvars.koscinkevics@lff.lv](mailto:ilvars.koscinkevics@lff.lv) vai 26541590).