

SPORTREGELWERK – REGIONAL IJTEMA 2026

Freitag, 01. Mai 2026 – Städtische Sporthalle, Hattersheim

Khuddam

FUßBALL

Spielordnung

- Die Spiele finden auf Kunstrasen statt. Es dürfen nur Spieler aus der jeweiligen Majlis in der Mannschaft spielen.
- Mannschaften treten in Trikots und Leibchen auf. Der Torwart soll ein anders farbiges Trikot tragen, sodass er eindeutig als Torwart erkennbar ist.
- Bitte nutzen sie ein passendes Schuhwerk (Keine Metallstollen).
- Nur die Kapitäne dürfen Themen mit dem Schiedsrichter besprechen.

Spieleranzahl

- Eine Mannschaft besteht aus maximal 11 Spielern, von denen jeweils 6 Spieler und ein Torwart auf dem Spielfeld sein dürfen. (6+1) + 4 Reservespieler

Spielzeit

- Die Spielzeit beträgt 8 Minuten. Die Turnierleitung behält sich das Recht vor die Spielzeit nachträglich jederzeit anzupassen.

Qualifizierung und KO-Phase

- Es wird 2 Gruppen á 5 Mannschaften geben. Die Erst- und Zweitplatzierten der jeweiligen Gruppe stehen im Halbfinale, Der Erste von Gruppe A spielt gegen den Zweiten von Gruppe B und andersherum.
 - I. Direkter Vergleich
 - II. Tordifferenz
 - III. Geschossene Tore
 - IV. Wird ausgelost

Auswechslung

- Das Auswechseln von Spielern ist gestattet und muss dem Schiedsrichter angesagt werden. Wiedereinwechslungen sind erlaubt.

Rückpass

- Wenn ein Feldspieler den Ball absichtlich seinem Torwart mit dem Fuß zuspielt, darf dieser den Ball nicht mit der Hand aufnehmen. Bei Nichtbeachtung wird das Spiel mit dem indirekten Freistoß für die gegnerische Mannschaft fortgesetzt.

Strafstoß

- Ein Strafstoß wird vom Siebenmeterpunkt (oder vom zulässigen Punkt) ausgeführt. Mit Ausnahme des den Strafstoß ausführenden Spielers müssen alle übrigen Spieler außerhalb des Strafraumes sein. Der Strafstoß kann mit Anlauf ausgeführt werden.

Freistöße

- Freistöße können direkt ausgeführt werden. Dabei müssen die gegnerischen Spieler mindestens 5 m vom Ball entfernt sein.

Tore

- Tore können von überall erzielt werden.

(Zeit-) Strafen

- Bei groben Fouls, Notbremsen oder verhindern einer klaren Tormöglichkeit wird dem Spieler eine 2 min Zeitstrafe verhängt. Bei undiszipliniertem Verhalten gegenüber Spielern, Schiedsrichtern, Betreuern oder den Organisatoren kann es zu einem Ausschluss vom Turnier führen.

Fair Play

- Jede Mannschaft ist verpflichtet den gegnerischen Spielern vor dem Spielbeginn die Hand zu schütteln. Erst nach dem gemeinsamen Handshake erfolgt der Spielbeginn durch den Anpfiff des Schiedsrichters.

CRICKET

1. Alle Mannschaften müssen vollständig um **7:30 Uhr** vor Ort sein.
2. Jede **Entscheidung der Schiedsrichter** ist zu akzeptieren.
3. Nur die **Kapitäne** dürfen Themen mit dem Umpire besprechen. Sollten Spieler den Umpire infrage stellen, können 5 Runs abgezogen werden.
4. Bei **unsportlichem Verhalten** kann ein Spieler **SOFORT** aus dem Turnier ausgeschlossen werden.
5. **Gruppenspiele:** Nur ein Bowler darf zwei Overs pro Spiel werfen, insgesamt 4 Overs - mind. 3 Bowlers (1x2+1+1).
6. **Finalspiel:** Nur zwei Bowler dürfen zwei Overs im Finale werfen. Insgesamt 5 Overs, wenn die Zeit zulässt (2x2+1) 3 Bowlers insgesamt.
7. Es gibt keine Runs für **Byes und Legbyes**. Nach einem Bye- oder Legbye Wurf kann der Batsman nicht durch ein Run-out aus dem Spiel genommen werden. Stump-out ist nur durch den Wicketkeeper möglich.
8. Wenn ein Bowler einen **No-Ball** wirft, ist der unmittelbar folgende Ball ein FreeHit. Außerdem erhält der Batsman einen FreeHit, wenn der Ball über die Hüfte geworfen wird.
9. Der Bowler darf **pro Over einen Bouncer** werfen, dass jedoch nicht die Kopfhöhe des Batsman überschreiten darf. So ein Wurf wird als Wide-Ball gewertet.
10. Nach Batting oder Bowling darf sich ein **Spieler auswechseln** lassen, aber der Ersatzspieler darf dann nur als Fielder eingesetzt werden.
11. **Fiber-Bat** ist nicht erlaubt.
12. Jede Mannschaft darf max. **14 Spieler** für ein Spiel berufen. Die Mannschaftaufstellung muss vor Spielbeginn abgegeben werden.
13. Jede Mannschaft muss als solche durch einheitliche **Trikots / Leibchen** erkennbar sein.

14. Gespielt wird mit **4 Over pro Inning (Finale 5 Over)**. Aufgrund von zeitlichen Engpässen darf das Spiel um bestimmte Overs verkürzt werden. Dies wird jedoch vor dem Spiel bekannt gegeben.
15. Bei schlechtem Wetter kann ein **Spiel verschoben** werden. Sollte dies nicht möglich sein, wird das Spiel als unentschieden gewertet, beide Mannschaften erhalten jeweils einen Punkt (Die Entscheidung darüber obliegt der Organisation).
16. Spieler dürfen die **Mannschaften** während des Turniers nicht wechseln.
17. **Wichtig:** Ein Inning muss innerhalb 20 Minuten fertig sein (pro Over 4 Min). Bei nicht
18. Einhaltung des Zeitlimits wird der Bowling Mannschaft 5 Runs als Strafe (Penalty) abgezogen und im letzten Over dürfen nicht mehr als 5 Fielder am Boundary stehen. Umpire misst die Zeit ab ersten Ball. 5 Minuten Wechsel zwischen beiden Innings.

TAUZIEHEN

Mannschaftsstärke

- Jede Mannschaft besteht aus 10 Spielern.

Ausrüstung & Schuhwerk

- Es ist passendes Schuhwerk zu tragen (keine stollen, keine Spikes).
- (Das Seil darf nicht um Hände, Arme oder den Körper gewickelt werden – nur greifen ist erlaubt.)

Spielablauf

- Auf der Mitte des Seils ist eine Markierung. Auf dem Boden sind links und rechts der Mitte Linien markiert.
- Auf das Startsignal des Schiedsrichters beginnt der Zug.
- Die Mannschaft, die die Mittelmarkierung über ihre Linie zieht, gewinnt die Runde.

Verhalten & Fair Play

- Setzen, Hinfallen oder absichtliches Bremsen mit dem Körper am Boden ist nicht erlaubt.
- Entscheidungen des Schiedsrichters sind verbindlich.

100 M SPRINT

Allgemeines

- Der Lauf findet auf einer Rasenfläche statt.
- Es wird ein einzelner Lauf durchgeführt.

Start

- Die Läufer müssen hinter der Startlinie starten.
- **Startkommandos:** „Auf die Plätze“ → „Fertig“ → Startsignal (Pfeiff).

Fehlstart

- Bewegt sich ein Läufer vor dem Startsignal, gilt dies als Fehlstart.

- Ein Fehlstart führt zur Disqualifikation.

Zielentscheidung

- Sieger ist, wer mit dem Oberkörper als Erster die Ziellinie überquert.
- Bei knappen Rennen wird ein Foto- bzw. Video-Finish zur Entscheidung herangezogen.

Verhalten

- Behindern oder Blockieren anderer Läufer ist nicht erlaubt.

WEITSPRUNG

Anlauf & Absprung

- Der Absprung muss hinter der Absprunglinie erfolgen.
- Übertritt der Absprunglinie = ungültiger Sprung (Foul).

Landung

- Die Landung erfolgt in der Sandgrube.
- Eine Landung außerhalb der Sandgrube ist ungültig.

Messung

- Die Weite wird von der Absprunglinie bis zur nächsten durch den Körper verursachten Markierung im Sand gemessen.

Versuche

- Jeder Athlet hat zwei Versuche.
- Der weiteste gültige Sprung wird gewertet.

ARM FESTHALTEN

Regeln

- „Cheera Maarna“ ist nicht erlaubt.
- Die Spiele werden mit zwei „Unparteiischen“ ausgetragen, die die Spielrunden festlegen.
- Die Verwendung von Sportkreide ist nicht erlaubt. Lehm darf nur verwendet werden, wenn der Gegner damit einverstanden ist.
- Die Verwendung von Creme, Lotion usw. ist nicht erlaubt.

ATFAL – MAYAR-E-KABEER

70 M SPRINT

Allgemeines

- Der Lauf findet auf einer Rasenfläche statt.

- Es wird ein einzelner Lauf durchgeführt.

Start

- Die Läufer müssen hinter der Startlinie starten.
- **Startkommandos:** „Auf die Plätze“ → „Fertig“ → Startsignal (Pfeiff).

Fehlstart

- Bewegt sich ein Läufer vor dem Startsignal, gilt dies als Fehlstart.
- Ein Fehlstart führt zur Disqualifikation.

Zielentscheidung

- Sieger ist, wer mit dem Oberkörper als Erster die Ziellinie überquert.
- Bei knappen Rennen wird ein Foto- bzw. Video-Finish zur Entscheidung herangezogen.

Verhalten

- Behindern oder Blockieren anderer Läufer ist nicht erlaubt.

DREIBEINLAUF (40 M)

Allgemeines

- Der Lauf findet auf einer Rasenfläche statt.
- Jedes Team besteht aus zwei Spielern. Der Partner kann aus jeder Majlis gewählt werden, muss aber demselben Mayar angehören.

Zusammenbinden der Beine

- Die inneren Beine (jeweils eines pro Spieler) werden zusammengebunden.
- Das Band soll fest genug sitzen, um zu halten, aber nicht so fest, dass es schmerzt.

Startposition

- Die Teams stehen hinter der Startlinie.
- **Startkommandos:** „Auf die Plätze“ → „Fertig“ → Startsignal (Pfeiff).

Spielablauf

- Die Partner müssen sich abstimmen und gemeinsam bewegen. Sie dürfen gehen, hüpfen oder laufen, müssen aber zusammengebunden bleiben.
- Löst sich das Band oder fällt das Team, muss es anhalten und das Band richten, bevor es weitergeht.
- Schubsen oder Blockieren anderer Teams ist nicht erlaubt.

Zielentscheidung

- Das Team, das gemeinsam als Erstes die Ziellinie überquert, gewinnt.

SACKHÜPFEN (25 M)

Startposition

- Jeder Spieler steht in einem Sack und hält ihn auf Hüfthöhe oder höher fest.

- **Startkommandos:** „Auf die Plätze“ → „Fertig“ → Startsignal (Pfiff). Alle Teilnehmer starten gleichzeitig.

Spielablauf

- Die Spieler müssen im Sack nach vorne hüpfen.
- Laufen oder Heraussteigen aus dem Sack ist nicht erlaubt.
- Beide Füße müssen jederzeit im Sack bleiben.
- Bei einem Sturz darf der Spieler aufstehen und weitermachen, muss aber im Sack bleiben.
- Schubsen oder Blockieren anderer Spieler ist nicht erlaubt.

Zielentscheidung

- Sieger ist, wer als Erster – noch im Sack stehend – die Ziellinie überquert.

ATFAL – MAYAR-E-SAGHEER

40 M SPRINT

Allgemeines

- Der Lauf findet auf einer Rasenfläche statt.
- Es wird ein einzelner Lauf durchgeführt.

Start

- Die Läufer müssen hinter der Startlinie starten.
- **Startkommandos:** „Auf die Plätze“ → „Fertig“ → Startsignal (Pfiff).

Fehlstart

- Bewegt sich ein Läufer vor dem Startsignal, gilt dies als Fehlstart.
- Ein Fehlstart führt zur Disqualifikation.

Zielentscheidung

- Sieger ist, wer mit dem Oberkörper als Erster die Ziellinie überquert.
- Bei knappen Rennen wird ein Foto- bzw. Video-Finish zur Entscheidung herangezogen.

DREIBEINLAUF (25 M)

Allgemeines

- Der Lauf findet auf einer Rasenfläche statt.
- Jedes Team besteht aus zwei Spielern. Der Partner kann aus jeder Majlis gewählt werden, muss aber demselben Mayar angehören.

Zusammenbinden der Beine

- Die inneren Beine (jeweils eines pro Spieler) werden zusammengebunden.
- Das Band soll fest genug sitzen, um zu halten, aber nicht so fest, dass es schmerzt.

Startposition

- Die Teams stehen hinter der Startlinie.
- **Startkommandos:** „Auf die Plätze“ → „Fertig“ → Startsignal (Pfeiff).

Spielablauf

- Die Partner müssen sich abstimmen und gemeinsam bewegen. Sie dürfen gehen, hüpfen oder laufen, müssen aber zusammengebunden bleiben.
- Löst sich das Band oder fällt das Team, muss es anhalten und das Band richten, bevor es weitergeht.
- Schubsen oder Blockieren anderer Teams ist nicht erlaubt.

Zielentscheidung

- Das Team, das gemeinsam als Erstes die Ziellinie überquert, gewinnt.

SACKHÜPFEN (15 M)

Startposition

- Jeder Spieler steht in einem Sack und hält ihn auf Hüfthöhe oder höher fest.
- **Startkommandos:** „Auf die Plätze“ → „Fertig“ → Startsignal (Pfeiff). Alle Teilnehmer starten gleichzeitig.

Spielablauf

- Die Spieler müssen im Sack nach vorne hüpfen.
- Laufen oder Heraussteigen aus dem Sack ist nicht erlaubt.
- Beide Füße müssen jederzeit im Sack bleiben.
- Bei einem Sturz darf der Spieler aufstehen und weitermachen, muss aber im Sack bleiben.
- Schubsen oder Blockieren anderer Spieler ist nicht erlaubt.

Zielentscheidung

- Sieger ist, wer als Erster – noch im Sack stehend – die Ziellinie überquert.