

Das Regelwerk



Gehen statt Rennen: Das Kernelement des Walking Football - ein Fuß muss stets den Boden berühren.

Angepasste Regeln: Kleineres Spielfeld (42m x 21m), Spiel auf kleine Tore (3m x 1m), 6 gegen 6 ohne Torwart, 4x 15 Minuten Spielzeit, ohne Abseitsregel, Tabukreis vor den Toren (3m Radius)

Sicheres Spiel: Der Ball darf nicht höher als einen Meter über dem Boden gespielt werden, Grätschen und harter Körpereinsatz sind untersagt.

Grundsätzlich gelten die allseits bekannten Regeln wie im "normalen" Fußball. Seit der Saison 2023/2024 sind alle abweichenden Regeln in den Durchführungsbestimmungen der DFB-Spielordnung als "Richtlinien Walking Football" verankert.



Ein Service des
KreisSportBund Viersen e.V.

Wir sind für Sie da:

montags bis donnerstags 08:30 - 16:00 Uhr
freitags 08:30 - 12:30 Uhr

KreisSportBund Viersen e.V.

Dechant-Stroux-Str. 11
41748 Viersen
Tel. 02162 3690100
E-Mail: jutta.bouscheljong@ksb-viersen.de
www.ksb-viersen.de

WALKING FOOTBALL im Kreis Viersen



Gesunder Fußball nicht nur für Ältere



Was ist Walking Football?

Walking Football ist eine Variante des Fußballs, die sich vorrangig an Spieler*innen der Altersklasse Ü55 richtet.

Sie bietet den perfekten Ausgleich zum Alltag, fördert die Gesundheit und begeistert Anfänger*innen und "alte Hasen" gleichermaßen.

Gespielt wird mit Regelanpassungen, die Verletzungen vermeiden und das Spielen unabhängig von Alter ermöglichen. Besonders für Menschen, denen der normale Fußball zu schnell, zu intensiv oder zu risikoreich ist, ist Walking Football daher geeignet.



Warum ist das was für mich?

Walking Football soll in erster Linie ein Freizeit- und Gesundheitssport sein, bei dem Spaß an der Bewegung im Vordergrund steht.

Die Ehrgeizigen können sich trotzdem mit anderen Vereinen in Freundschaftsspielen messen. Außerdem gibt es schon einige attraktive Turniere auf dem Feld oder in der Halle und einige Landesverbände organisieren bereits eigene Wettspielrunden.

Zusätzlich bietet Walking Football den optimalen Einstieg zum Sporttreiben. Joggen ist zu einsam, das Fitnessstudio zu langweilig?

Im örtlichen Fußballverein kannst du die Fußballbegeisterung leben, egal in welchem Alter.

Das angepasste Regelwerk sorgt für minimales Risiko, sodass auch mit kleineren Beschwerden oder vorherigen Erkrankungen gespielt werden kann.

Du kannst der Gesundheit etwas Gutes tun und zeitgleich mit deinen Vereinskolleg*innen Zeit verbringen.

Ansprechpartner

SV Blau-Weiß Concordia 07/24 Viersen e.V.

Paul Mrochen* 0177 4897331
paul.mrochen@bwc-viersen.de

ASV Einigkeit 1860/03/06 Süchteln e.V. (Ü60/Ü70)

Dieter Weber 0178 2854909
weber.viersen@t-online.de
Dieter Rütten* 0176 10247295
info@starkstrom-bremges.de

SC Rhenania 1919 Hinsbeck e.V.

Horst Kall* 02153 1399575
hoka59@gmx.de

TSV Boisheim 1912 e.V.

Stefan van Kessel 0170 3860465
s.vankessel@sit-moebel.de

DJK Sportfreunde Leuth 1920/57 e.V.

Hermann-Josef Vitt 0170 5303281
hj.vitt@web.de

Vereinigte Sportfreunde Amern 1910 e.V.

Bernd Weyerbrock 0176 32999376
b.weyerbrock@gmx.de

Fußballverband Niederrhein e.V. (Kreis 4 & 6)

Armin Wildenberg 0160 90352121
armin.wildenberg@doag.org

*zertifizierte Trainer

Mehr Informationen auf:
dfb.de/content/walking-football

