

ウォーキングサッカー 7か条

- ① みんなでプレー
- ② 笑顔で楽しく
- ③ 全員歩いて
- ④ 相手にプレーを
（前をふさぐだけ）
- ⑤ 接触しない
- ⑥ キックはゴロで
- ⑦ キックには思いやりを

ウォーキングサッカー（基本ルール）

【目的】 みんながボールに触ってプレーし、みんなで楽しむこと。

【大切にしたいこと】 思いやり。笑顔。怪我をしない/させない。



走行禁止！早歩きはほどほどに！

歩きでもターン時に肉離れ等が起こることがあります。各自ストレッチをして、無理しないように。



接触禁止！

スライディング禁止！

ヘディング禁止！

相手にプレーをさせましょう！

自分からボールを取りに行かない。バスケットのように前を塞ぐ。

但し、相手が向かってきて接触した場合は相手の反則。

後ろ向きに背中では相手を押しながらボールを運ぶのはダメ！

強い球は蹴らないで！

- ・キックは基本ゴロで。高さは1m位まで
- ・オフサイドなし
- ・ゴールラインアウトはGKからアンダースロー
- ・タッチラインアウトはキックイン
- ・反則は全て間接FK。FKは全てワンステップキック
- ・リスタート時は3m離れる
- ・PKはゴールから6m離れた地点から