

# Lehrbrief für Fußball-Schiedsrichter

## AUSGABE 5

### 1m - 2m - 2,42m - 9,15m ... DISTANZEN IM REGELWERK

- **Art:** Frontal-Vortrag  
Einzelarbeit mit Regelbuch
- **Dauer:** 45 bis 60 Minuten
- **Anspruch:** Lehrabend der Schiedsrichter in den Kreisen
- **Material:** 1 Arbeitsblatt



Günter  
Thielking  
Hagen,  
Cuxhaven



Carsten  
Voss  
Berlin

**Liebe Freunde,**  
nicht selten werden wir von Fußball-Laien angesprochen, weshalb denn unsere weltumspannende Sportart Fußball so „krumme“ Maße hätte. „Wieso hat das metrische Dezimalsystem beim Fußball keine durchgängige Bedeutung? Mit Metern und Zentimetern ist doch alles viel einfacher!“, heißt es dann.

Für den Fußballfachmann eine Frage, die ihre Antwort in der Geschichte des Spiels findet, denn die ersten Spielregeln wurden im Fußball-Mutterland England entworfen und aufgeschrieben. Und auf der Insel gibt es ja selbst heute noch Inch (2,54cm), Foot (30,48cm) und Yard (91,44cm).

Doch nicht nur die Maße bieten Anlass für manche Diskussion. Auch das auf den ersten Blick sehr einfache Thema

»Maße und Distanzen« birgt bei näherem Hinsehen für einen Lehrabend in den Kreisen einige Tücken. Stecken hinter den 12cm breiten Linien, dem 9,15m Abstand der Mauer oder dem „Elfmeter“ für etliche Unparteiische mitunter kritische Sekunden und Minuten in nicht wenigen Spielen. Doch davon später mehr.

Bevor wir zum Thema ans „Eingemachte“ gehen noch ein Anliegen in eigener Sache. Wenn ihr diesen Lehrbrief in den Händen haltet, dann werdet ihr bei genauem Durcharbeiten feststellen, dass wir nicht jedes Maß und jede Distanz des Regelwerkes erfasst und dazu völlig ausschöpfende Hinweise gegeben haben. Wie schon in der Vergangenheit geht es uns bei den inhaltlichen, methodischen und didaktischen Hinweisen vor allem um Lehr- und Lernhilfen für eure Arbeit mit den Schiedsrichtern. Eine

bis ins letzte Detail gehende Analyse des Regelbuches mit all den dazugehörigen Daten und Auslegungen würde den Umfang dieser Arbeit übersteigen.

Im Klartext: Wenn ihr eure Lehrarbeit auf der Grundlage dieser Lehrbriefe aufbaut, dann bleibt auch für euch immer noch die intensive Beschäftigung mit den Inhalten, d.h. mit dem Regelbuch, der Schiedsrichter-Zeitung, dem Schiedsrichter-Handbuch und ergänzenden Hinweisen vom DFB.

Natürlich freuen wir uns auf Reaktionen aus den Kreisen, Bezirken und Verbänden, zeigen uns diese doch, dass die Lehrbriefe positiv angenommen und bearbeitet werden.



## 1. Einleitende Worte und grundsätzliche Anmerkungen

Hier lediglich der Hinweis, dass sich alle Seitenangaben im folgenden Text auf das aktuelle Regelbuch beziehen.

### 1.1. Theoretische Überlegungen

Wie ein roter Faden ziehen sich durch sämtliche 17 Regeln unterschiedliche Distanzen. So wird die Größe des Spielfeldes ebenso festgelegt wie die Breite und Höhe des Tores, der Abstand der Mauer beim Freistoß und noch vieles andere mehr.

Hier zeigt uns ein Blick in die Geschichte des Fußballspiels, dass dies nicht immer so war.

Nicht wenige Sporthistoriker gehen davon aus, dass dieses Spiel seinen Ursprung möglicherweise in Wettspielen zwischen zwei Dörfern hatte. Ein Gegenstand, vielleicht eine Fahne, ein mit Federn verzierter Ball oder ein Kranz sollte zu einem Mal im Zentrum eines Nachbardorfes gebracht werden. Die dortigen Einwohner dagegen mussten versuchen, dieses zu verhindern. So gab es zu der Zeit noch keine genauen örtlichen Begrenzungen für die spielenden Parteien. Der Wettkampf zog sich räumlich und zeitlich mitunter unendlich in die Länge. Das Spiel wurde „boring“ (langweilig).

Die Begrenzung des Areal, in dem sich die Spieler bewegen, vereinfachte das Ganze. Das Spielfeld war geboren, das Spiel wurde überschaubarer. Weitere regeltechnische Vorgaben folgten auf dem Weg

zum heutigen Fußballspiel.

Zahlreiche Einschränkungen und Ergänzungen des Regelwerkes schufen mehr Chancengleichheit, mehr Fairness im Kampf um das Spielobjekt. So wurden u.a. zusätzliche Distanzen in die Spielregeln eingearbeitet. Tore ersetzten das Mal im Nachbardorf, die Größe dieser Tore wurde festgelegt.

Schließlich wurde auch die Spielzeit bestimmt – eine bedeutende, positive Veränderung der Regeln, denn jetzt war die zeitliche Länge eines Fußballspieles vorgegeben.

Anders als bei Sportarten, in denen das Erreichen bestimmter Punktzahlen das Spielende festlegt. Hier dauern die Wettkämpfe manchmal endlos lang.

## 2. Grundlagen im Regelwerk

### 2.1. Regeltext

Die umfangreichsten Vorgaben bezüglich der Distanzen bekommt unser Fußballspiel in der Regel 1 – Das Spielfeld. Dabei sind die platzbauenden Vereine beauftragt, je nach ihren örtlichen Gegebenheiten, die Größe des Spielfeldes innerhalb bestimmter Maße anzulegen. Diese Vorgaben sind weit gefasst. So kann die Breite des Spielfeldes zwischen 45m und 90m variieren, die Länge zwischen 90m und 120m.

Die kürzeste Distanz, das kleinste Maß, betrifft die Linien und die Torpfosten. In den Anweisungen des DFB steht im Regelwerk: *„Torpfosten und Querlatte dürfen nicht weniger als 10cm und höchstens 12cm breit und tief sein“*. In Regel 1 heißt es dazu: *„Die Torlinie*

*muss dieselbe Breite wie Torpfosten und Querlatte haben“*. Damit ist für unser Fußballspiel die Breite sämtlicher Linien abgesteckt.

Die Bedeutung der jeweiligen Linien und der von ihnen begrenzten Räume ist von den Lehrgangsteilnehmern im Regelbuch herauszufinden. Beispielhaft sei hier darauf verwiesen, dass die Linien zu den Räumen gehören, die sie begrenzen (Regel 1 »Abgrenzung«). D.h. dass ein verbotenes Spiel (z.B. Halten, Beinstellen) eines Abwehrspielers auf der Strafraumlinie einen Strafstoß nach sich zieht, und dass die Torlinien zum Spielfeld gehören. Ein Tor ist also erst dann erzielt, wenn der Ball die Torlinie entsprechend der Regel 10 zwischen den Pfosten und unter der Querlatte vollständig überquert hat.

Zentimetermaße spielen auch eine Rolle, wenn vom Ball die Rede ist. Das runde Leder, Spielobjekt und oft heiß umkämpft, ist regelgerecht, wenn *„...es aus Leder oder einem anderen geeigneten Material gefertigt ist...“*, und *„einen Umfang zwischen mindestens 68cm und höchstens 70cm hat...“*

Der defekte Ball, der zweite Ball als Ersatzball oder der während des laufenden Spiels auf dem Spielfeld befindliche zweite Ball, der Schiedsrichter-Ball, der Ball im und aus dem Spiel ... es gibt viele Variationen, in denen der Ball im Mittelpunkt des Geschehens steht.

Wichtig ist hierbei noch, dass deutlich wird, dass in den jüngeren Jugendjahrgängen je

## HINWEISE DER REDAKTION

Gestattet sei eine Anmerkung zum Lehrbrief Nr. 4. Beim Arbeitsblatt 2b zur Stationsarbeit zum Abseits gab es Rückfragen zu den Graphiken Nr. 17 und Nr. 20.

Nr. 17: Ein Angreifer verlässt das Spielfeld neben dem Tor, um sich einer Abseitsposition zu entziehen. Anschließend ruft er von dort unsportlich ins Spielfeld hinein. Hier muss das Spiel unterbrochen werden. Der Spieler bekommt eine Verwarnung und das Spiel geht mit einem Schiedsrichterball weiter.

Nr. 20: Ein Angreifer läuft im Moment des Abspiels aus einer vermeintlichen Abseitsposition in der gegnerischen Hälfte in seine Spielfeldhälfte zurück und nimmt dort den von einem Mitspieler zugespielten Ball an. Unser Ziel war es, dies als eine Abseitsposition deutlich zu machen, die einen indirekten Freistoß zur Folge hat. - Aufgehoben wird die Abseitsposition jedoch durch einen Abwehrspieler (V1), der auf dieser Graphik unmittelbar neben dem Pfosten steht (Er sollte eigentlich auf seiner Position gelöscht werden). Somit in diesem Fall Nr. 20 also kein Abseits.

Wir bitten diese Fehler zu entschuldigen, haben uns aber über die zahlreichen Reaktionen hierzu aus allen „Ecken“ Deutschlands gefreut.

nach Landesverband mit kleineren Bällen gespielt wird. Es darf nicht sein, dass kleine „Piefkes“ mit Schuhgröße 32 mit einem Seniorenball Größe 5 spielen müssen und diese Kugel beim Eckstoß nicht mal bis zum ersten Pfosten bekommen! Hierbei verweisen wir auf die Anweisungen des DFB auf S. 11.

Eine Schrittlänge von 1m nur ist das Maß, das den Abstand der Hilfsfahnen von den Seitenlinien und den Torlinien festlegt. Auch ist der Viertelkreis beim Eckraum mit einem Radius von 1m zu ziehen. Da auch diese Linie zu dem Raum gehört, den sie begrenzt, darf der Ball bei Ausführung des Eckstoßes auf dem Viertelkreis liegen (S. 58).

Beim Einwurf darf der einwerfende Spieler höchstens

1m außerhalb des Spielfeldes stehen. Wirft er aus einer größeren Distanz, so hat er oder ein anderer Spieler seiner Mannschaft den Einwurf noch einmal auszuführen.

An dieser Stelle kann auch der 2m-Abstand angesprochen werden, den seit dieser Spielzeit die gegnerischen Spieler vom einwerfenden Spieler einzunehmen haben (S.52).

Bei der Aufzählung bedeutender Meter und Zentimeter dürfen sicher die Maße der Tore nicht fehlen. Ist es doch das primäre Ziel unseres Fußballspiels, Tore zu erzielen. 2,44m hoch und 7,32m breit muss das Tor sein. Derart krumme Maße zeigen auf, dass das Spiel, wie bereits angesprochen, seinen Ursprung im Mutterland des Fußballs in England hat.

Zu den Maßen, die im Volksmund und im Journalistendeutsch oft regeltechnisch falsch genannt werden, gehört der „5m-Raum“. Tatsächlich misst dieser Raum von der Torlinie ins Spielfeld hinein 5,50m. Bei der Arbeit an diesem Maß bzw. diesem Raum müssen die Lehrgangsteilnehmer im Regelbuch zusätzlich zu den 5,50m auch den Begriff Torraum beachten. So wird z.B. auf S.43/Nr.26 dieser Raum als Schutzraum für den Torwart benannt.

Obwohl von der numerischen Chronologie jetzt eigentlich die 9,15m kommen müssten, will ich zunächst die 16,50m ansprechen. Schließlich bauen sich diese Strafraummaße wie auch die Maße des Tores (Höhe-Breite) im Verhältnis 1:3 zum Torraum auf.

Die Bedeutung des Strafraumes könnte sicher einen ganzen Lehrabend füllen. Vom Recht des Torwartes in diesen „16,50m - Grenzen“ den Ball mit der Hand zu spielen, den Konsequenzen bei verbotenen Spiel eines Abwehrspielers im Strafraum bis zu den Auswirkungen beim Abstoß bzw. bei einem Freistoß für die verteidigende Mannschaft innerhalb dieses Raumes, den der Ball verlassen muss, um wieder im Spiel zu sein, reicht das ganze Spektrum. Wenn dieser Raum bei der Benennung der Maße und Distanzen in der Lehreinheit angesprochen wird, so sollte dies nur kurz, in Stichworten geschehen. Wir werden das Thema „Strafraum“ in einer anderen Ausgabe des Lehrbriefes ausführlich behandeln.



Bei der 9,15m - Distanz werden zahlreiche Schiedsrichter sagen: „*Eigentlich ein Maß wie jedes andere*“. Doch viele Unparteiische müssen Wochenende für Wochenende bei der Herstellung des 9,15m-Abstandes in Strafraumnähe ihre ganze Kraft aufwenden, um diese Entfernung wenigstens einigermaßen hin zu bekommen.

Dabei ist dies gar nicht so schwer. Eine besondere Bedeutung kommt der ersten Situation im Strafraumbereich zu. Erreicht es der Schiedsrichter mit einem klaren Pfiff, mit eindeutiger Ansprache und mit einer energischen Mimik und Gestik, die „Mauer“ auf den richtigen Abstand zu bringen, so wird ihm dies auch in der Folgezeit gelingen. Dabei darf er keine Bedenken haben, eine Verwarnung auszusprechen, wenn sich Abwehrspieler hier unsportlich verhalten.

Dabei darf nicht vergessen werden, dass dieses besondere Maß ebenso bei einigen anderen Spielfortsetzungen von Bedeutung ist (Eckstoß, Anstoß). Immer müssen die Spieler der gegnerischen Mannschaft bei der Ausführung diesen Abstand zum Ball einhalten, wobei die Anwendung der Vorteilsbestimmung zu beachten ist.

Bleibt noch der „11m“, der Strafstoß (Regel 14). Hier müssen sich bei der Ausführung des Strafstoßes bis auf den ausführenden Spieler sämtliche anderen Spieler 9,15m vom Ball entfernt aufhalten.

Eine intensive Arbeit an dieser Regel 14 würde jedoch ebenso wie das Thema »Straf-

raum« den Lehrbrief an dieser Stelle überfrachten, so dass es auch die Regel 14 verdient, einmal gesondert bearbeitet zu werden.

Nicht zum Regelwerk, jedoch zur regelmäßigen Arbeit eines guten Schiedsrichters gehören schließlich noch drei Maße, die zahlreichen Unparteiischen mächtig zusetzen: Die 2700m in zwölf Minuten, die 200m - Distanz und der 50m - Lauf.

Nur kurz sei in diesem Zusammenhang angesprochen, dass die Tätigkeit eines Unparteiischen mehr ist als die Kenntnis der Spielregeln und das sichere Auftreten gegenüber den Aktiven und Funktionären. Nur wer regelmäßig an sich arbeitet, sich körperlich hält durch Training und eine sportliche Lebenseinstellung, der wird langfristig Freude und Erfolg in seiner Tätigkeit als Unparteiischer haben.

So haben auch diese hier mehr symbolisch gemeinten Distanzen einen hohen Stellenwert in unserer Tätigkeit als Schiedsrichter.

### **3. Didaktische / methodische Voraussetzungen**

#### **3.1. Schlichte Vorgaben mit außerordentlichen Auswirkungen**

Dies auf den ersten Eindruck so einfache Thema »Maße und Distanzen« beinhaltet neben trockenen Zahlen eine hohe inhaltliche Brisanz.

Bereits in seinen Ausführungen zu Beginn dieses Themas muss der Lehrwart den Schiedsrichtern das deutlich machen. So steckt z.B. hinter

der 10cm - 12cm Breite der Linien zugleich die wichtige Aussage über die Bedeutung der Linien für die Torerzielung, die Entscheidung auf Strafstoß, Abseits u.a.m., und die Probleme beim Festlegen der 9,15m Distanz bei Freistößen in Strafraumnähe könnte allein einen ganzen Lehrabend füllen

Diese Auswirkungen der »Maße und Distanzen« haben in die anschließende Arbeit der Teilnehmer mit dem Arbeitsblatt einzufließen. Das bedeutet, dass hier intensiv mit dem Regelbuch gearbeitet werden muss.

Viel zu oft meinen nicht wenige Unparteiische, dass nach der erfolgreich abgeschlossenen ersten Prüfung zum Schiedsrichter für die Fortbildung der regelmäßige Besuch der Lehrabende und die Lektüre der Schiedsrichter-Zeitung ausreichen.

Der Blick ins Regelbuch wird mit zunehmender Tätigkeit als Schiedsrichter weniger. Nur noch in strittigen Situationen, bei nicht eindeutig zu klärenden Regelfragen oder vor Prüfungen arbeiten viele Unparteiische mit der Grundlage unserer Tätigkeit, dem Regelwerk. Es reicht deshalb nicht aus, wenn der Lehrwart an diesem Abend seine Tätigkeit auf einen ca. 45 Minuten dauernden Vortrag begrenzt. Die Teilnehmer sind gefordert, sie müssen mit dem Regelwerk arbeiten und werden überrascht sein, was sich zu Beginn des Spieljahres in Sachen Spielregeln getan hat. Kommt es doch bei der Lektüre der Spielregeln unter dem o.a. Thema zu

zahlreichen weiteren Informationen aus dem vorliegenden Regeltext.

### **3.2. Einleitung durch den Lehrwart**

Für den Einstieg gibt es verschiedene Möglichkeiten. Eine Situation aus dem aktuellen Bundesligageschehen, bei dem es zu einer Strafstoßentscheidung nach einem verbotenen Spiel eines Abwehrspielers auf der Strafraumlinie gekommen ist, ein Presseartikel aus dem Kreis Stade in Niedersachsen, in dem berichtet wird, dass in mehreren Vereinen die Höhe der Tore beanstandet wurde oder ein Hinweis auf die Spiele im untersten Jugendbereich, wo oft mit Seniorenbällen der Größe 5 gespielt wird, so dass die kleinen Kinder keinen Eckstoß bis vor das Tor bekommen.

Als Videoclip bietet sich aus der DVD des letzten Lehrbriefes Nr. 4 eine Szene unter der Überschrift »Rest« an. Beim Begriff »Mauer« findet sich mit der Nr. A 37 eine Strafraumsituation vom Spiel Duisburg - Burghausen, in der gleich mehrere Distanzen ins Spiel kommen, angefangen von der Frage: „Was wäre gewesen, wenn das Foul auf der Strafraumlinie passiert wäre? ... bis zum Abstand der Mauer mit all seinen Konsequenzen.“

### **3.3. Ablauf der Unterrichtseinheit**

#### **3.3.1. Vortrag**

Nach der Einleitung, die als Kurzvortrag nicht mehr als 10 Minuten betragen soll und in der sich der Lehrwart in Aus-

zügen auf die unter „2. Grundlagen im Regelwerk“ gemachten Hinweise beziehen kann, bekommen die Schiedsrichter das Arbeitsblatt 1 (Tabelle) und werden in die Aufgabenstellung eingewiesen. Diese befindet sich zusätzlich noch auf einem ergänzenden Arbeitsblatt. So werden zu viele Rückfragen von vornherein vermieden.

#### **3.3.2. Einzelarbeit / Partnerarbeit**

Bei der Bearbeitung eines Arbeitsblattes werden sich viele Schiedsrichter, vor allem die Schüler, in den Schulunterricht versetzt fühlen. Dort wird ein solches Arbeitsblatt in der Klasse verteilt, ist von jedem Einzelnen auszufüllen, wird anschließend eingesammelt und dann bewertet.

Dieser eher kritisch gesehene Charakter der Arbeit während eines Lehrabends kann vermieden werden, wenn der Lehrwart den Teilnehmern die Möglichkeit gibt, das Arbeitsblatt als Partnerarbeit auszufüllen. Eine solche Arbeitsform hat zwar den Nachteil, dass bei den Gesprächen der Teilnehmer ein gewisser Geräuschpegel nicht zu vermeiden ist, die Arbeitsergebnisse werden durch die gemeinsame Arbeit am Regelwerk jedoch qualitativ besser. Jeder der beiden Schiedsrichter trägt mit eigenen Ideen zum Ergebnis bei und hat oft noch gute Einfälle, die sich im Verlauf eines Gespräches ergeben.

#### **3.3.3. Lernkontrolle**

Von großer Bedeutung ist eine Lernkontrolle sowohl für

den Lehrwart, der sich vom Leistungsstand seiner Unparteiischen einen Überblick verschaffen sollte, wie auch für die Teilnehmer, die sehen möchten, ob sie bei ihrer Arbeit und den Ausführungen richtig gelegen haben.

Es ist sicher nicht leistbar, sämtliche Teilnehmer des Lehrabends vor das Plenum zu holen. Gute, rhetorisch und fachlich leistungsfähige Unparteiische können jedoch statt des Arbeitsblattes die Tabelle auf einer Folie bekommen. Sie bekommen dann den Auftrag, ihre Ergebnisse am Ende vorzutragen.

Dieser Vortrag kann sich auf eine oder zwei der Maße und Distanzen beziehen. Anschließend werden die nächsten beiden Werte von einem oder zwei anderen Teilnehmern des Abends vorgetragen. So gibt es einen Wechsel der Referenten, eine Situation, die den Abend abwechslungsreicher macht. Außerdem bekommen mehrere der Schiedsrichter die Möglichkeit, sich vor einer größeren Gruppe darzustellen und Sicherheit im Umgang mit dem Regelwerk zu bekommen.

Nach jeweils einem Kurzvortrag sind die angesprochenen Maße und Distanzen mit den dazugehörigen Arbeitsergebnissen zu diskutieren, zu ergänzen bzw. zu korrigieren.

#### **3.3.4. Fazit**

Mit einer Zusammenfassung der vorgetragenen Arbeitsergebnisse und einer grundsätzlich positiven Bewertung der Kurzvorträge schließt der Lehrwart den Lehrabend





und wird feststellen, dass die regelmäßige Arbeit mit dem Regelbuch für einen guten Schiedsrichter unerlässlich ist.

### IN EIGENER SACHE

Verbunden mit diesem letzten Lehrbrief im Jahr 2005 möchte euch der Lehrstab des DFB schöne Adventstage, ein frohes Weihnachtsfest und alles Gute im neuen Jahr 2006 wünschen. Wir bedanken uns für die gute Zusammenarbeit, für die gegebenen Hinweise und die angeregten Diskussionen.

### VERLAUFSPLAN Referat

<b>Zeit/Phase</b>	<b>Interaktionsformen</b>	<b>Arbeitsform</b>	<b>Medien</b>
10 Min. Einleitung	Lehrwart (L) referiert zum Thema	Vortrag	evtl. Folie DVD-Lehrbrief
20 Min.	L gibt Arbeitsblatt 1 aus, erklärt die Aufgabenstellung. Teilnehmer bearbeiten das Blatt. Einige der Teilnehmer arbeiten auf Folie zu je einem oder zwei der Maße bzw. Distanzen.	Erarbeitung	Arbeitsblatt Folie
20 Min.	Teilnehmer tragen ihre Arbeitsergebnisse aus der ausgefüllten Folie vor. Andere Teilnehmer erklären eigene Ergebnisse bzw. korrigieren und geben Hinweise auf fehlende Daten auf der Folie des Referenten. Lehrwart führt durch die Ausführungen und korrigiert ggf.	Aussprache	Folie OHP
5 Min.	L. schließt den Lehrabend mit einem Fazit der durchgeführten Arbeit der Teilnehmer.	Vortrag	



<b>Maß</b>	<b>Bedeutung</b>	<b>Besonderheiten</b>
10cm	Mindestbreite Pfosten / Latte / Torlinie	
12cm	Maximale Breite Pfosten / Latte / Linien	Linien gehören zu dem Feld, welches sie umschließen (Strafraumlinie gehört zum Strafraum usw.)
21cm	Höhe des Regelheftes	
22cm	Durchmesser Strafstoßpunkt	s. Zeichnung S. 5 (Regelheft)
68cm	Mindestumfang Ball	Jugend spielt evtl. mit anderem Ball
70cm	Maximaler Umfang Ball	Jugend spielt evtl. mit anderem Ball
1m	Abstand der Mittelfahne von Seitenlinie Radius des Viertelkreises um Eckfahne Abstand Hilfsfahnen von Seiten-/Torlinie	
1,50m	Minimale Höhe der Eck-Fahnenstangen	Fahnenstangen dürfen nicht spitz sein
2m	Abstand des Gegners zum einwerfenden Spieler	Bei Nichteinhalten Verwarnung
2,44m	Höhe des Tores	von der Unterkante gemessen
5,50m	Tiefe des Torraumes Abstand Innenpfosten Torraumgrenze	Freistöße Verteidigung von „irgendwo“ im Torraum, „Schutzraum“ für den Torwart
7,32m	Breite des Tores	von Innenpfosten zu Innenpfosten
9,15m	Abstand Gegenspieler bei Freistoß, Eckstoß, Anstoß, Strafstoß Radius Kreis um Mittelpunkt Radius Teilkreis um Strafstoßpunkt	
11m	Abstand Strafstoßpunkt zur Torlinie	
16,50m	Tiefe des Strafraumes Abstand Innenpfosten Strafraumgrenze	Besondere Regelungen Torwart (Handspiel) Strafstoß statt direkter Freistoß für Angreifer
45m	Mindestbreite des Spielfeldes	Seitenlinie muss länger sein als Torlinie
50m	Sprintstrecke bei Leistungsüberprüfung	
90m	Maximale Breite des Spielfeldes Mindestlänge des Spielfeldes	Seitenlinie muss länger sein als Torlinie
120m	Maximale Länge des Spielfeldes	Seitenlinie muss länger sein als Torlinie
200m	Laufstrecke für ambitionierte SR	
2700m	„Magische“ Distanz beim Coopertest	



**Arbeitsblatt »Maße und Distanzen«**  
*Hinweis: Verwendet beim Antworten das Regelbuch!*

<b>Maß</b>	<b>Bedeutung</b>	<b>Besonderheiten</b>
10cm		
12cm		
21cm		
22cm		
68cm		
70cm		
1m		
1,50m		
2m		
2,44m		
5,50m		
7,32m		
9,15m		
11m		
16,50m		
45m		
50m		
90m		
120m		
200m		
2700m		