



Strafstoß, Zeitspiel und mehr: Diese Regeln sind neu



Neue Saison, neue Regeln: Zumindest an manchen Stellen im Regelwerk gibt es Veränderungen, die seit dem 1. Juli 2025 gelten. Hier fasst FUSSBALL.de alle Neuerungen zusammen.

Regel 3 – Die Kapitänsregelung

Nach einer erfolgreichen Pilotphase während der Europameisterschaft im vergangenen Jahr findet der Kapitänsdialog den Weg ins Regelwerk. Nun haben alle Wettbewerbe die Möglichkeit, die "Leitlinien zur Kapitänsregelung" anzuwenden. In Deutschland ändert sich dadurch nichts, weil der Kapitänsdialog bereits zur abgelaufenen Saison einheitlich in allen Spielklassen eingeführt worden ist.

Regel 8 – Schiedsrichterball

Der Schiedsrichterball wird ab jetzt ausnahmslos dort ausgeführt, wo der Ball bei der Spielunterbrechung war. Außerdem wird er künftig der Mannschaft zugesprochen, die in Ballbesitz war oder gekommen wäre, sofern dies für den Unparteiischen eindeutig erkennbar ist. Ansonsten erhält den Schiedsrichterball wie bisher das Team, das den Ball zuletzt berührt hat.

Regel 9 – Ball im und aus dem Spiel

Wenn Teamoffizielle (also zum Beispiel Trainer(innen)) oder Spieler(innen), die gerade nicht auf dem Platz stehen dürften (beispielsweise ausgewechselte, des Feldes verwiesene oder Einwechselspieler(innen)), ohne unfaire Absicht den Ball berühren, bevor er aus dem Spiel ist, gibt es ab sofort nur noch einen indirekten Freistoß und keine persönliche Strafe mehr.

Beispiel: Ein Spieler, der sich neben dem Tor aufwärmt, hält den auf ihn zurollenden Ball noch knapp im Feld auf, um seinem Torhüter einen schnellen Abstoß zu ermöglichen. Bisläng hätte es dafür einen Strafstoß und eine Gelbe Karte gegeben, künftig nur noch den indirekten Freistoß.

Regel 12 – Acht-Sekunden-Regel

Torhüter(innen) dürfen den Ball jetzt acht Sekunden lang mit der Hand oder dem Arm kontrollieren. Der/die Schiedsrichter/in zeigt die letzten fünf Sekunden als Countdown mit der Hand an. Hält der Torwart den Ball dann immer noch fest, ohne am Abschlag gehindert zu werden, gibt es eine Ecke für das gegnerische Team.

Regel 14 – Keine Doppelberührung mehr bei Elfmtern

Diese Änderung betrifft die Doppelberührung bei Elfmtern: Wenn der Schütze den Ball beim Schuss versehentlich zweimal berührt – zum Beispiel, indem er sich selbst an das Standbein schießt – und so ein Tor erzielt, wird der Elfmeter ab jetzt wiederholt. Landet der Ball nach dem doppelten Kontakt nicht im Tor, wird wie bisher auf indirekten Freistoß entschieden.