

ミックス（男女混合）フラッグフットボール・コード

2024 年 7 月 1 日改訂

フラッグフットボール(またはフラッグと略します)は、誰でも、何処でも、何時でも、誰とでも、何時までも、安全にアメリカ生れのチーム球技の魅力を楽しむ為のチーム・スポーツです。

性別年齢を問わず、少人数、小さなフィールド、最小限の装具、シンプルな競技規則、短い試合時間で、アメリカンスポーツ特有の魅力である技術、スピード、戦術、チームプレー等を楽しむゲームです。フラッグフットボールは、アメリカンフットボールの精神をバックボーンとしていますが、誰でも安全にプレーを楽しめるように身体接触を行ないません。身体接触を避ける技術、体力、強い意思がないプレーヤーはフラッグフットボールを行なう資格はありません。

このスポーツを安全かつ有意義に育成普及させる為には、プレーヤーは競技規則の基本となるスポーツパーソンシップを理解遵守しなければなりません。

以下はフラッグフットボール・コード(フラッグフットボール精神) で、競技規則に優先して遵守下さい。

1.

プレーヤーの安全を最優先し、身体の影響は絶対に行ってはならない。安全を守る為にはプレーヤー個々の努力が必要である。接触を避ける意識・技術・体力がないプレーヤーはフラッグフットボールのフィールドに入ってはならない。身体接触が起こった場合、プレーヤーは競技規則を超越してプレーヤーの安全確保、救急対策を講じなければならない。

2.

相手プレーヤーに思いやりを持ってプレーしなければならない。技術、体力等の水準が異なるプレーヤーが共に楽しむのがフラッグフットボールである。下級者をリード、保護するだけでなく、ゲームメイトのスポーツパーソンシップに敬意を払い、共にプレーを楽しむ姿勢を忘れてはならない。ゲームはプレーする 2 つのチームが創造するコミュニケーションの場である。

3.

競技規則はその精神を理解して正々堂々とプレーせねばならない。規則を曲解して、その規則の不備をつく行動はスポーツではない。フラッグフットボールはセルフジャッジが基本で、審判はその補助にすぎない。

4.

故意に競技規則を犯してはならない。勝敗に執着した競技時間の不正な浪費、審判の妨害等は競技運営の大きな妨げとなる。

5.

スポーツはプレーヤーの為にある。競技規則は、プレーヤーの為にある。全てのプレーヤーが、能力体力に応じて、フラッグフットボールに親しめるような、競技規則であるべきである。

目次

第1編 試合

第1章 試合

第2章 フィールド

第3章 ボール

第4章 装具

第5章 不正な装置

第2編 競技時間と交代

第1章 競技時間

第2章 交代

第3編 プレーの開始・終了

第1章 プレーの開始

第2章 プレーの終了

第4編 シリーズ、シリーズ更新線

第1章 シリーズ

第2章 シリーズ更新線

第5編 スクリメージ、パス

第1章 スナップ

第2章 フォワードパス

第3章 ラン、手渡し、ファンブル

第6編 身体接触、ディフラッグ

第1章 身体接触、手と腕の使用

第2章 ディフラッグ

第7編 規制される行為

第1章 接触と妨害による行為

第2章 ノンコンタクト・ファウル

第8編 得点

第1章 得点

第2章 タッチダウン

第3章 トライ

第4章 セーフティ

第5章 タッチバッグ

第9編 罰則の施行

第1章 罰則

第2章 罰則の完了

第3章 施行方法

第10編 審判員 権限と任務

第1章 共通の任務

第2章 レフリー

第3章 ラインズマン

第11編 定義

第1編 試合

第1章 試合

1. フラッグフットボール

5人制フラッグフットボールは、フラッグベルトを着用した5人の選手で構成する2つのチームが、長方形のフィールドにおいて、楕円形のボールを、相手エンドゾーンに持ち込んで得点し、所定の試合時間において、より多く得点した方が勝者となる、チーム球技である。

ミックス(男女混合)種目においては、各チーム最低2人の女性選手がフィールドに出場しなければならない。但し、競技大会毎に別途主催者の定めるところを妨げない。

2. エンドゾーン

エンドゾーンは、フィールドの両端にあり、両チームはランプレーまたはパスプレーによって、相手エンドゾーンにボールを持ちこむ機会が与えられる。

3. 公式規則の適用

全ての選手、コーチ、チーム関係者、その他試合関係者は、公式規則の適用を受け、それに従わねばならない。大会毎に定める大会要綱に特別の定めを行う項目は、公式規則に優先して適用する。

4. 審判員による管理

試合前のコイントスから試合終了の得点宣言まで、試合は2名(又は3、4名)の審判員の管理下で実施される。審判員は、レフリー、ラインズマンである。

5. チームキャプテン

各チームは、1名以上のキャプテンを定め、レフリーに申告しなければならない。ただし、自己のチ

ームを 代表して審判員と話が出来るのは、このうちの 1 名だけである。

第 2 章 フィールド

1. フィールド

フィールドは、原則として、**25 ヤードのエンドライン(短辺)**、**60 ヤードのサイドライン(長辺)**で囲まれた長方形である。ただし、会場に応じて、短辺及び長辺の距離を変更することが出来る。フィールドは **10 センチのライン**で引き、ラインはフィールドに含まない。長辺両端のエンドライン、ゴールライン、サイド ラインに囲まれた地域が**エンドゾーン(短辺 25 ヤード、長辺 10 ヤード)**である。両ゴールラインと両サイドラインで囲まれた地域が**フィールド・オブ・プレー** である。ゴールラインはエンドゾーンに含まれる。但し、競技大会毎に別途主催者の定めるところを妨げない。

2. ミッドフィールドライン

フィールド・オブ・プレーには、ミッドフィールドラインとして、フィールド・オブ・プレーの長辺の中間地点に、ゴールラインに平行なヤードラインをひかねばならない。

3. ノーランニング・ゾーン

フィールド・オブ・プレーには、ゴールラインの手前 **5 ヤード**およびミッドフィールドラインから両方向へ **5 ヤード**の地点に、ゴールラインに平行なヤードラインをひかねばならない。攻撃チームは、ミッドフィールドラインの手前の **5 ヤード**ラインからミッドフィールドラインまでの地域、ゴールライン手前の **5 ヤード**ラインからゴールラインまでの地域では、ランニングプレーを行なってはならない。これらの地域は、ノーランニング・ゾーンである。

4. インバウンズライン

両ゴールラインの中間地点に両ゴールラインを結ぶインバウンズラインを破線で引き、全てのプレーはインバウンズライン上から始めなければならない。

5. チームエリア

10 ヤードライン間の、サイドラインの **3 ヤード**外側に、チームエリアを設ける。試合中、ユニフォームを着用した交代選手及び登録されたチーム関係者はチームエリアにいないといけない。選手及びチーム関係者以外はチームエリアに入ってはならない。

6. 7 ヤード・マーカ

ニュートラル・ゾーンから **7 ヤード**の地点を明示するマーカを設置するのが望ましい。この **7 ヤード**マーカは、ダウ開始前に、ボールの位置に応じて移動させる。スナップ時に **7 ヤード・マーカ**の手前にいる守備プレーヤーは、ニュートラル・ゾーンを越してボールキャリアのフラッグをとることが出来る。

第 3 章 ボール

1. 規格

ボールは原則として、アメリカンフットボールのジュニアサイズ(外周 **64-65 センチ**、**47-48 センチ**、

直径 15・21 センチ、重量 320・340 グラム)を使用する。

大会規則により、レギュラーサイズボール、ユースサイズボールを認める場合は別途主催者の定めるところを妨げない。

2. 管理及び施行

チームは各 3 個の試合ボールを準備する。試合前あるいは試合中に、審判は試合ボールの検査を行い、適性でないと判断した場合はボールの交換を行う。

3. ボールの交換

攻撃チームは、プレー開始前速やかに次の攻撃に使用するボールを審判に提出する。

第 4 章 装具

1. ユニフォーム

同一チームの選手は、同一色で同一デザインのシャージー(上衣)とパンツを着用せねばならない。シャージーはすそをパンツに入れなければならない。膝を完全に覆うサポーターを着用するのが望ましい。

2. 番号

全ての選手のシャージー背部には、明確に識別出来る 0 番から 99 番までの番号を付けなければならない。数字の大きさは幅 20 センチ、高さ 30 センチ以上が望ましい。同一チームの、同じ番号の選手が、同一ダウンにフィールドに出場してはならない。相手を混乱させる目的で試合途中に番号を変更してはならない。

3. フラッグ

全ての選手は、2 枚のフラッグを持つ公式フラックベルトを腰に着用しなければならない。フラッグのサイズは幅約 5 センチ、長さ約 36 センチ。フラッグは腰の左右に吊り下げ、引くとベルトから外れる構造でなければならない。

4. 靴

フィールドに入る全ての者は、グラウンドコンディションに配慮し、ゴム底製*の靴を着用しなければならない。但し、フィールドプレーヤーは合成樹脂底製の靴を使用することが出来る。

*ゴム底製・・・義足、歩行補助用具等医師の認める移動補助装具等は除く。

5. 危険な装具

相手や自分自身を傷付ける恐れのある装具等を着用してはならない。

6. マウスピース

選手との接触、転倒による負傷を予防するために、マウスピースの着用を推奨する。マウスピースは識別可能な有色が望ましい。

7. 不正な装具

上記 1、2、3、4 の条件を満たさない装具は不正な装具で着用してはならない。特別な理由で着用が必要な場合は、出場前に審判に申告して、その装具が安全であることの承認を受けねばならない。不正な装具の着用、又は 1、2、3、4 の必要な装具を着用していない場合は、そのチームはチーム・タイムアウトをとり、選手に正しい装具を着用させねばならない。タイムアウトがない場合は不正な装具の反則、5 ヤードの罰退である。

第 5 章 不正な装置

1. フィールドの装備の規制

試合中にチームは、その試合での利益のために、コーチが使用するヘッドフォン以外の、映像、音声装置を使用してはならない。

第 2 編 競技時間と交代

1. コイントス

試合開始 5 分前に、審判はフィールド中央に対戦チームの選手全員を対面整列させ、試合の運営とフェアプレーで試合を行うことを選手に確認したのち、コイントスを行う。コイントスとは、審判が投げたコインが空中にある間に、ビジティングチームの主将が落ちたコインが表裏のどちらかが上になるかを宣言、結果を当てたチームが、前半開始の時に、次のどちらかの選択を行う権利を獲得する事をいう。

ただしコイントス以外での選択権利選定も認める場所とする

①攻撃または守備をするチーム。

②自己の守るゴールライン

相手チームが残った選択を行う。

後半は、前半開始時に守備を行ったチームが攻撃を行う。

2. 試合時間

試合時間は 40 分間とする。但し、競技大会毎に別途主催者の定めるところを妨げない。

3. 守るゴールラインの交代

前半と後半では守るゴールラインを交代する。

4. 前半と後半、ハーフタイム

前半、後半の各 20 分間とする。前半と後半の間に、ハーフタイムとして 3 分間の休止時間を設ける。

5. チーム・タイムアウト

チームは試合中に各 2 回のチーム・タイムアウトを使用出来る。但し、競技大会毎に別途主催者の定めるところを妨げない。チーム・タイムアウトは 60 秒間である。チーム・タイムアウトは出場している選手が審判に申請する。チーム・タイムアウトは試合時間に含めない。タイム計時は攻撃側スナップ後より行う。

6. レフリー・タイムアウト

レフリーは、選手の負傷等必要と見られた場合は、レフリー・タイムアウトとして、必要なだけ試合時間の計時を中断出来る。レフリー・タイムアウトは試合時間に含めない。

レフリー・タイムアウトの起因となったプレーヤーは少なくとも1ダウンはフィールドの外に出なければならない。出血を伴う負傷については、止血するまでフィールドに入ることは出来ない。

タイム計時はレフリーのレディ・フォー・プレー後より行う。(負傷者がフィールドの外に出ることで、チームの構成が男性のみになった場合、および、男女の構成で合計4名未満(全4名のうち、女性1名の構成で試合を続行可能)になった場合、当該チームは敗戦となる。)

第2章 交代

1.交代方法

プレー中でなければ(ダウン間)、選手は、何人でも交代出来る。チーム・タイムアウト以外の場合は、交代して入場した選手は最低1回のプレーは参加せねばならず、退場した被交代選手は最低1回のプレーはフィールドに出場してはならない。

2.自サイドラインからの交代

交代選手は自己のサイドラインからフィールドへ入場、被交代選手はフィールドから自己のサイドラインへ退場せねばならない。

第3編 プレーの開始・終了

第1章 プレーの開始

1.レディ・フォー・プレー

レフリーのレディ・フォー・プレー後 25 秒以内に、攻撃チームはスナップしてプレーを開始する。これで、ボールはライブボール(プレー中のボール)となる。

(罰則：ディレイオブザゲーム 5 ヤード)

第2章 プレーの終了

1. プレーの終了

下記の場合に、プレーは終了する。ボールはデッドボール(プレー中ではないボール)となる。プレーヤーは直ちに動作を終了して、ボールを審判に渡さねばならない。

- (1) ボールを保持した選手(ボールキャリア)のフラッグが取られるか、またはフラッグが落ちた時。
- (2) ボールを保持した選手の前進が止まった時。
- (3) ボールを保持した選手の掌と足の裏以外の身体がグラウンドに触れた時。
- (4) ボールがアウト・オブ・バウンズに出た時
(ボールキャリアの身体の一部またはボールがアウト・オブ・バウンズにいる選手又はグラウンド等に触れた時)。

- (5) ファンブルあるいはマフしたボールがグラウンドに触れた、
またはファンブルをしたプレーヤー以外がボールを確保した時。

- (6) フォワードパスが不成功となった時。
- (7) 得点またはタッチバックとなった時。
- (8) 不正なボールの確保、不正なキックが行われた時。
- (9) 審判がホイッスルを吹いた時。

2. 前進地点

ゴールライン間でプレーが終了した時、ボールの最先端(最も相手ゴールラインに近い部分)が前進地点である。ボールがアウト・オブ・バウンズに出た時は、ボールがサイドラインを横切った地点が前進地点である。

第4編 シリーズ、シリーズ更新線

第1章 シリーズ

1. シリーズ

シリーズとは、3回の連続したスクリメージダウンであり、スクリメージダウンは、順番に第1ダウン、第2ダウン、第3ダウンとする。

2. シリーズを与える

シリーズは次の場合に与えられる。ファーストダウン（第1ダウン）を与えると表現する。

- (1) 前半、後半の開始。攻撃を選択したチームに、そのチームの5ヤード地点でシリーズを与える。
- (2) シリーズを与えられたチームが、プレー終了時にシリーズ更新線(ミッドフィールドライン)上またはそれを越えてボールを前進させた場合。そのチームに、前のプレーが終了した地点でシリーズを与える(シリーズの更新)。
- (3) シリーズを与えられたチームが、罰則を施行することによりシリーズの更新をした場合は、そのチームに罰則が施行された地点でシリーズを与える。
- (4) シリーズを与えられたチームが、第3ダウンでシリーズ更新線上またはそれを越えてボールを前進させられない場合、相手チームに相手チームの5ヤード地点でシリーズが与えられる。
- (5) トライまたはセーフティの後。攻撃を選択したチームに、そのチームの5ヤード地点で与える。
- (6) タッチバックの場合。そのゴールラインを守っていたチームに、そのチームの5ヤード地点で与える。
- (7) インターセプトの後。インターセプトした地点で、ボールが所属しているチームにシリーズを与える。

3. シリーズの終了

シリーズは次の場合に終了する。

- (1) ダウン中に、インターセプトによりボールの確保チームが変更した場合。
- (2) シリーズを与えられたチームが、第3ダウンでシリーズ更新線上またはそれを越えてボールを前進させられない場合(シリーズの更新が出来なかった場合)。

- (3) タッチダウンまたはセーフティとなった場合。
- (4) どちらかのチームにタッチバックが与えられた場合。
- (5) 前半および後半が終了した場合。

第2章 シリーズ更新線

1. シリーズ更新線は、ミッドフィールドラインである。ボールキャリアの腰の位置を基準とする。

第5編 スクリメージ、パス

第1章 スナップ

1. スナップで開始する

スクリメージダウンは、フィールド中央のインバンズ・ライン上から、スナップによってプレーを開始する。

2. 選手の状態

スナップの時、両チームの全選手はフィールドにいないといけない。

3. 攻撃チームの状態

攻撃チーム(スナップするチーム)は、スナップする前およびスナップの時に、下記の条件を守らねばならない。

(1) ボールをスナップする前

- ① スナップする選手(スナッパー)がボールを持った後、スナッパーを除いた全選手はニュートラル・ゾーンに侵入してはならない。

(反則：エンクロッチメント 罰則：5ヤード)

- ② 全選手はプレーの開始とまぎらわしい急激な動作をしてはならない。

(反則：虚偽のスタート 罰則：5ヤード)

- ③ スナップ前、全選手は同時に1秒間以上静止しなければならない。

(反則：不正なモーション 罰則：5ヤード)

(2) ボールをスナップする時

- ① スナッパーを除く全選手は、ニュートラル・ゾーンから離れて、相手ゴールラインに両肩を向けて、位置しなければならない。

- ② 1人の選手はモーション(相手ゴールライン以外の方向に向かって移動する)

しても良い。(反則：不正なモーション 罰則：5ヤード)

4. 守備チームの状態

守備チームは、スナップされる前およびスナップされる時、下記の条件を守らねばならない。

(1) ボールがスナップされる前

- ① レディ・フォー・プレーの宣言の後、ボールあるいは相手選手に触れてならない。(反則：オフサイド 罰則：5ヤード)

②攻撃チームを混乱させるような言葉やシグナルを用いてはならない。

(反則：不正な手段 罰測：5 ヤード)

(2) ボールがスナップされる時

ニュートラル・ゾーンに侵入したり越えてはならない。

(反則：オフサイド 罰則：プレビマス・スポットから 5 ヤード)

第 2 章 フォワードパス

1. フォワードパス

相手ゴールライン方向を前方と呼び、前方へのパスがフォワードパスである。フォワードパスは、攻撃チームの選手が、1 回のスクリメージダウンに 1 回だけ、ボールがニュートラル・ゾーンを越える前に、ニュートラル・ゾーンあるいはその手前から、ニュートラル・ゾーンを越えた地域に、投げる事が出来る。

(反則：不正なパス<パサー以外に適用> 罰測：5 ヤード)

2.7 秒ルール

パサーは、スナップから 7 秒間経過してもニュートラル・ゾーンの手前でボールを確保している場合、プレー終了となる。(バイオレーション)

3. パサーのフラッグを取る

ボールを保持しているパサーのフラッグは、スナップ時に、ニュートラル・ゾーンより 7 ヤード以上離れて位置した守備選手だけしか取ることが出来ない (以後、パサーのフラッグを取りに行く行為をラッシュと呼、その選手をラッシャーと定義する)。それ以外の選手は、ニュートラル・ゾーンを越えることは出来ない。但し、パサーがハンドオフの動作 (フェイクを含む) をした時点でこの制限は消滅する。

スナップ時に挙手をしているラッシャーには、パサーに対して走路の優先権が付与される。

ただし、次の場合は与えられた優先権は消滅する。

- ・スナップ直前に静止していない場合
- ・プレー開始後直後に、ラッシュを行わない場合
(ラッシュフェイクをするように途中で一度止まる、オフENSEの様子を見てからラッシュを行う等)
- ・一直線にパサーへ向かわない場合 (パサーの方向に向かっていない場合)
- ・3 人以上が挙手した場合

優先権のある選手に対して、攻撃選手が接触した場合、もしくは、優先権のある選手が攻撃側選手との接触回避のために速度を緩めざるを得ない状況が生じた場合は、攻撃側のパーソナル・ファウルとなる。但し、スナップの動作直後静止状態にある攻撃選手に対して接触した場合は、ラッシャーのパーソナル・ファウルとなる。(反則：パーソナル・ファウル 罰測：10 ヤード)

4. フォワードパスのキャッチ

パスされて空中にあるボールをグラウンドにつく前に捕球することをキャッチという。攻撃、守備の全選手はフォワードパスをキャッチする資格を有する。ただし、両足を地面につけていない、前後左右へ飛び込んだキャッチは、乱暴な不正な行為である。ダウン中に自らアウト・オブ・バウンズに出た

選手は、守備選手がボールにタッチした後でしかボールにタッチ出来ない。(反則：不正なボールタッチ
罰則： 5 ヤード)

5. パスの成功

フォワードパスのボールが、フィールド内にいる攻撃選手に、グラウンドに触れる事なくキャッチされると成功となり、プレーは継続する。タッチダウンになるか、攻守両方の選手に同時にキャッチされると、プレーは終了する。攻守両選手が同時にキャッチした場合、パスは成功でボールは攻撃チームの所属となる。

6. 空中でのキャッチ

空中でキャッチした選手が、アウト・オブ・バウンズに出る前に、フィールド内に片足を着地すれば、フィールド内のキャッチとなり、パス成功である。

7. インターセプト

フォワードパスを、フィールド内にいる守備選手が、グラウンドに触れる前にキャッチすると、インターセプトとなりプレーは終了する。プレーが終了すると、その地点（タッチバックの場合は自陣5ヤードの地点）で守備チームにシリーズが与えられる。

8. パスの不成功

- (1) フォワードパスがグラウンドに触れた場合、あるいはアウト・オブ・バウンズのグラウンドまたは選手等に触れた場合は不成功である。
- (2) フォワードパスが不成功となった場合、ボールはチームのスナップした地点（プレビウス・スポット）に戻り、攻撃チームに所属する。

9. パス・インターフェアランス

フォワードパスが投げられた後は、攻守の全選手は相手のパスキャッチの試みを身体接触によって妨害してはならない。ただし、攻守2名以上の選手が妨害する意図でなく、同時にパスに手をのばし、キャッチまたはバッティングしようとする場合は、両チームはボールに対して対等の権利を持ち、偶発的に身体が接触しても反則ではない。

(反則 パーソナル・ファウル 罰測：10 ヤード)

第3章 ラン、手渡し、ファンブル

1. ラン

攻撃選手は、ボールを保持して走ること(ランニングプレー)が出来る。ただし、スナップを受けた選手(一度ハンドオフを行った場合を除く)は、ボールを持ってニュートラル・ゾーンを越えてはならない。パサーがニュートラルゾーンを越えた場合、バイオレーションとし、プレビウス・スポットから次のダウンを行う。

2. 身体の接触

ボールを保持した選手(ボールキャリア)は、守備選手を避ける義務があり、守備選手に走り込んだり、

接触したり、当たったりしてはならない。

(反則：パーソナル・ファウル チャージング 罰則：10 ヤード)

3. 手渡し、後方へのパス

ボールを保持した攻撃選手は、ニュートラル・ゾーンの手前で、他の選手にボールを手渡しすることが出来る。ただし、後方または水平方向へパスしてはならない。後方へのパスを行った場合、バイオレーションとし、プレビア・ススポットから次のダウンを行う。

4. ファンブル

フォワードパス、手渡し以外の行為で、選手がボールの確保を失うことをファンブルという。

5. キャッチとインターセプト

空中にあるボールをグラウンドにつく前に捕球することをキャッチという。パスやファンブルは、フィールドの全選手がキャッチ出来る。攻撃選手がキャッチした場合、プレーは継続する。守備選手がキャッチするとインターセプトとなり、プレーは終了する。

6. グラウンドに触れたファンブル、セーフティ

ファンブルしたボールがグラウンドに触れた場合、プレーは終了する。ボールがグラウンドに触れた地点で、最後にそのボールを確保していたチームの所属となる。ただし、前方へのファンブルは、ファンブルした地点で、最後にそのボールを確保していたチームの所属となる。攻撃チームのエンドゾーンで、攻撃チームのファンブルがグラウンドに触れれば、セーフティである。

第6編 身体接触、ディフラッグ

第1章 身体接触、手や腕の使用

1. 身体接触

いかなる場合も、すべての選手は身体を接触させて、相手の動作を妨害してはならない。

2. 手と腕の使用

(1) 攻撃選手はボールを保持した選手(ボールキャリア)を助ける為に、

押したり、持ち上げたりしてはならない。

(2) 攻撃、守備いずれの選手も、手をつなぐか腕を組んで、相手を妨害してはならない。

(反則 パーソナル・ファウル 罰則：10 ヤード。ひどい反則者は資格没収)

第2章 ディフラッグ

1. ディフラッグ

(1) ディフラッグとは、ボールを保持した選手のフラッグが取ることをいう。

ディフラッグされた場合あるいはフラッグが落ちた場合、プレーは終了する。

フラッグベルトを着用しない選手のラン、キャッチは無効で、パスは不成功となる。

プレー中にフラッグが途中で落ちた攻撃選手がボールをキャッチした場合は、

ボールキャッチの地点でボールデッドとする。

(2) ディフラグとは、守備選手が手で攻撃選手のフラッグをとる事で、下記の条件を満たさねばならない。

- ①フラッグを取る時は、守備選手の両足がグラウンドについていなければならない(飛び込んではいない)。
- ②フラッグを取る時、ボールキャリアをつかんではいけない。
- ③フラッグを取る時、接触してボールキャリアの前進を止めてはならない。
- ④フォワードパスを投げる為にボールを持った腕が前方に動き出した(フォワードアクションに入った)ボールキャリアのフラッグを取っても有効と認められない。プレーは継続する。
- ⑤選手の安全確保の為に、審判がプレーを終了する場合もある。

(反則：パーソナル・ファウル 罰則：10 ヤード。ひどい反則をした選手は資格没収・退場)

2. 守備選手は、ボールを保持していない選手のフラッグを取ってはならない。

(反則：イリーガル・フラッグプル 罰則：5 ヤード)

3.スナップ時にニュートラル・ゾーンより7ヤード離れていない守備プレーヤーは、ニュートラル・ゾーンを越えてはいけない。ただし、手渡しする動作を行った時点でこの制限は消滅する。

4.フラッグを不正にガードする。

- (1)ボールを保持した選手は、フラッグを取られるのを妨害する為に、フラッグを押さえて守ったり、攻撃選手の手を払ったりしてはならない。

(反則：フラッグガーディング 罰則：5 ヤード)

第7編 規制される行為

第1章、接触と妨害による行為

1 パーソナル・ファウル

不必要な乱暴な行為は、全てパーソナル・ファウルである。全てのプレーヤー関係者はパーソナル・ファウルを起こしてはならない。以下の行為、及びその他の不必要な乱暴な行為を行ってはならない。

- (1) 相手を膝で打つ事、伸ばした腕、肘、手等で殴る等すべての乱暴行為。
- (2) 相手に故意に激しく接触する行為(チャージング)。または故意の有無に関わらず、プレーアクション中に発生した接触により、相手側プレーヤーのプレーアクションを停止させた場合。(例：守備選手の転倒によって攻撃選手に接触し、攻撃選手の転倒等が発生した時など)
- (3) 足を使って相手を引っ掛ける行為(トリッピング)。
- (4) 両足をグラウンドから離した(飛びこんでの)ディフラグおよびパスの捕球。
- (5) スナップ時に、ニュートラル・ゾーンから7ヤード以上離れていない守備プレーヤーが、(パサーがパスするか、ボールを渡す動作をする前に)ニュートラル・ゾーンを越える行為(イリーガルラッシュ)

(反則：パーソナル・ファウル 10 ヤード ひどい反則者は資格没収)

2.キッキング

選手はボールを故意にキックしてはならない（反則 不正なキッキング 10 ヤード）

3. 妨害

ルールに従わねばならない全ての関係者(第 1 編第 1 章 3)は、いかなる方法といえども、プレー中のボールや選手を妨害してはならない。（反則：ノンコンタクト・ファウル 罰則：被反則チームが最も有利となる地点から 10 ヤード。レフリーは、得点を被反則チームに与える等適切と判断出来るいかなる罰則を課しても良い）

4. チームエリアの遵守

チームエリアにいるコーチ、関係者、交代選手は、試合の間、フィールドに侵入したり、チームエリア外に出てはならない。（反則：不正な試合の遅延 罰則：10 ヤード。）

第 2 章 ノンコンタクト・ファウル

1.全ての選手はスポーツマンらしからぬ行為をしてはならない。（反則：スポーツマンらしからぬ行為 罰則：10 ヤード。ひどい反則者が選手、交代選手なら資格没収）

特に禁止される行為は以下の通りである。

- (1) ルールに従わねばならない全ての者は、選手や審判に対し口汚ない言葉や侮辱的な言葉を使用してはならない。又、審判員に故意に接触してはならない。
- (2) プレーヤー、交代選手は相手を刺激するような、或いは試合の品格を汚すような言動や行動をしてはならない。次の行為は禁止する。
 - ①相手を指差し、又手や腕を使用し挑発する行為、ボールを相手に突き付ける行為。
 - ②相手を挑発する言葉を使用したり、他の方法で挑発する事。
- (3) 得点后、又その他のプレー終了後、ボールを確保していた選手はボールを審判に手渡さなければならない。

以下の行為は禁止する。

 - ①審判員に直ぐにボールを手渡さない。
 - ②審判員にボールを投げつける。
 - ③ボールをプレーに関係なく叩き付ける。
 - ④空中高くボールを投げる。
 - ⑤その他試合を遅らせる行為、スポーツマンらしからぬ言動。
- (4) 交代選手は、交代以外の目的で、フィールドに侵入してはならない。

2. 卑怯な戦術

プレーヤーは相手を混乱させる目的で、ボールを隠したり、交代を装ったり、装具を使用してはならない。 ハーフディスタンスの規定を悪用して、反則を繰り返してはならない。

第 8 編 得点

第 1 章 得点

1. 得点

得点は以下の通りとする。

- ①タッチダウン(略称 TD) 6 点
- ②セーフティ(略称 SF) 2 点
- ③トライフォーポイント (略称 TF)
 - 5 ヤードラインからタッチダウンした場合 1 点
 - 10 ヤードラインからタッチダウンした場合 2 点

2. 没収試合

没収試合の得点は、没収されたチームが 0 点、相手 チームが 1 点である。相手が没収の時点で勝っていた場合は、その時点の得点とする。

第 2 章 タッチダウン

1. タッチダウンとは、以下の場合である。

- (1) 相手エンドゾーンにボールキャリアの確保したボールが入った場合。
- (2) 相手エンドゾーンにいる選手がフォワードパスをキャッチした場合。
- (3) その他、レフリーがタッチダウンと認めた場合。

第 3 章 トライフォーポイント

1. トライフォーポイント

トライフォーポイントは、タッチダウンの 6 点を得たチームに与える、追加の攻撃機会、1 回だけのスクリメージダウンである。

- (1) トライフォーポイントは、相手 5 ヤードラインまたは 12 ヤードラインからスナップで開始する。攻撃チームはどちらかを選択して審判に通告する。
- (2) トライフォーポイントがタッチダウンとなれば、以下の得点が追加される。
 - 5 ヤードラインからのタッチダウン 1 点
 - 12 ヤードラインからのタッチダウン 2 点

2. トライフォーポイントの終了

トライフォーポイントは次の場合に終了する。

- (1) タッチダウンをした場合(上記第 3 章-1 参照)。
- (2) 攻撃チームが、ロスオブダウンの罰則のある反則を犯した場合。
- (3) ルールによりプレーが終了した場合。

3. トライフォーポイント中の反則

トライフォーポイントの間に反則が発生した場合、以下のように施行する。

- (1)両チームに反則があったら、トライフォーポイントをやり直す。

- (2)トライフォーポイント中に守備が反則した場合、その罰則を続くスナップで適用することができる。
- (3)トライフォーポイント中に攻撃が反則した場合、
自動的にトライフォーポイントは失敗と扱われ、得点は加算されない。
- (4) トライフォーポイント終了後の反則は続くスクリメージダウンで施行する。

4. トライフォーポイントの次のプレー

トライフォーポイントの次のプレーは、6 点のタッチダウンをされたチームにシリーズを与える。

第 4 章 セーフティ

1. セーフティ

(1) 守るべきゴールライン上または後方で、選手が確保しているボールがデッドとなった場合あるいはボールがアウト・オブ・バウンズとなった場合、ボールがゴールラインを越した責任がそのエンドゾーンを守っているチームにあれば、セーフティである。

以下の場合で、相手に得点 2 点を与える。

- ①守るべきエンドゾーンでフラッグを取られた場合。
- ②ファンブルあるいはスナップしたボールが、守るべきエンドゾーンのグラウンドに触れるかあるいはアウト・オブ・バウンズに出た場合。
- ③ボールキャリアが、守るべきエンドゾーン内から直接アウト・オブ・バウンズに出た場合。
- ④その他、レフリーがセーフティと判断した場合。

2.セーフティの次のプレー

セーフティ後は、得点したチームの 5 ヤードラインで、得点したチームにシリーズを与える。

第 5 章 タッチバック

1. タッチバック

守るべきゴールライン上または後方で、選手が確保しているボールがデッドとなった場合あるいはボールがアウト・オブ・バウンズとなった場合、このボールにゴールラインを越えさせた責任が、そのゴールラインを攻撃しているチームにある場合、タッチバックとなる。

(自陣 0 ヤードから 5 ヤードでのインターセプトについても、タッチバックとする。)

2. タッチバックの後のプレー

タッチバックとなった場合、そのゴールラインを守っていたチームの 5 ヤードラインでそのチームにシリーズが与えられる。

第 9 編 罰則

第 1 章 罰則

1. 反則と罰則の通知

競技規則の違反が反則で、反則を認めた審判員は、ファウルマーカをフィールドに出し、プレー終了後に、反則の発生と罰則の種類を、被反則チームに通知する。

2. 罰則の辞退

被反則チームは、いかなる罰則も施行を辞退する事が出来る。但し、選手資格剥奪を受けたプレーヤーは必ず退場しなければならない。

3. ロス・オブ・ダウンとシリーズ更新

フラッグボールにおいては、全ての攻撃チームの反則は距離罰則とロス・オブ・ダウン、全ての守備チームの反則は距離罰則を施行後に攻撃チームにシリーズ(ファーストダウン)を与える。

4. 罰則施行の後のプレー

スクリメージ・ダウンにおける罰則施行後のプレーは下記の通りである。

- (1) ボールのチーム確保が変わる前の反則の場合、攻撃の反則であったら、ボールは攻撃チームに属し次のダウンとなる(ロス・オブ・ダウン)。守備の反則であったら、ボールは攻撃チームに属し、施行後の地点からシリーズを開始する(ファーストダウン)。
- (2) ボールのチーム確保が変わった後の反則の場合は、ボールは反則が発生した時に確保していたチームに属し、施行後の地点からシリーズ開始する。

5. 反則の種類

反則には、プレー中に発生したライブボール・ファウルとプレー終了後に発生したデッドボール・ファウルがある。但し、ノンコンタクト・ファウルがプレー中に発生しても、デッドボール・ファウルとして扱う。

6. 同一チームのライブボール・ファウル

同じダウンにおいて、同一チームに2つ以上のライブボール・ファウルが発生した場合、被反則チームは、レフリーの説明を受け、その内の一つだけを選択、罰則の施行を受けることが出来る。

7. 両チームによる反則(オフセッティング・ファウル)

同じダウンにおいて、両チームにライブボール・ファウルがあった場合は、反則は相殺され、そのダウンは繰り返される。この反則の相殺がオフセッティング・ファウルである。

ただし、ボールのチーム確保が変わったダウンで、両チームに反則があり、最後にボールを確保していたチームが、確保が変わる前に反則を犯していなければ、相手への罰則を辞退して、自己に対する罰則施行後の地点からシリーズを開始する事ができる。

8. デッドボール・ファウルの罰則施行

デッドボール・ファウルは、それが発生した順にそれぞれ施行される。

9. シリーズ間の反則の罰則施行

シリーズ間に起こった反則に対する罰則施行後に、シリーズ更新線を設定する。

10. タッチダウン中の反則の罰則施行

タッチダウンとなったダウンで、得点されたチームに距離罰則があれば、続くトライフォーポイント、

での施行を選択する事ができる。

第 2 章 罰則の完了

1.完了の方法と時

罰則は公式規則にしたがって施行、辞退、又は相殺された時に終了する。

2.施行の時

反則に対する罰則は、規則に特別に施行時が規定してある場合を除き、続くダウンの為のレディ・フォー・プレーが宣言される前に施行されねばならない。

第 3 章 施行方法

1. 地点

施行地点は、プレビাস・スポット、反則地点、サクシーディング・スポット、プレー終了の地点である。

2.施行手順

第 12 編に記載の罰則一覧に従い、施行を行う。

3. ハーフ・ディスタンスの施行手順 いかなる距離割別も施行地点から反則チームのゴールラインまでの距離を越えない。距離罰則が、反則チームのゴールラインまでの距離の半分を超える場合は、施行地点から反則チームのゴールラインまでの半分の距離を罰退する。

第 10 編 審判員 権限と任務

第 1 章 共通の任務

1. 審判員の権限

審判員の権限は、コイントスで始まり、レフリーの最終得点の宣言で終了する。

2 審判員の数

試合は通常 2 名の審判員で行う。試合によってはそれ以上の場合もある。2 名で行う場合は、レフリー、ラインズマンで構成され、1 名の場合はレフリーのみである。

3.審判員の資格

審判は日本タッチアンドフラッグボール協会公認審判員又は協会が特に認めた者が行う。

4. 審判員の責任

審判員は公式規則に精通し、規定を適用、攻撃のヤード、ダウン数、タイムアウトの数、を正確に知り、ボールデッドの宣言、得点の認定、試合時間の管理、正しいシグナルを行う責任がある。審判は反則と認めた行為に対してファウルマーカールを出し、プレーヤーのナンバーを、コーチに報告せねばならない。プレー中に審判が誤って笛を吹いた場合は、攻撃チームに、笛を吹いた時点でボールデッドとするか、再度プレビাস・スポットからそのダウンを繰り返すかを選択する権利を与える。

5. 装備

審判員は別に定めたユニフォームを着用、ホイッスル、反則を示すファウルマーカ―、フィールドの重要な位置を示すマーカ―、反則を記録するゲームカード、及びダウン記録具、時計を使用せねばならない。

第2章 レフリー

1. レフリーは試合全体の統括者であり、得点の認定や罰則の施行等に関して最終的な決定を行う。試合の勝敗はレフリーが宣言した時に決定する。
2. レフリーは試合時間の確認、第1ダウンの認定、両チームのタイムアウト数の確認を行う。
3. レフリーは毎ダウン前に15秒計の計時を行う。
4. スクリメージ・ダウンにおけるレフリーの位置は、攻撃バックの後方で、ニュートラル・ゾーン手前のプレーの正当性やクォーターバックのプレーを見る。
5. 7秒ルールを管理する。
6. 試合の円滑な進行の為、
前のダウンより30秒を目安にレディー・フォー・プレーを宣言するよう努める。

第3章 ラインズマン

1. ラインズマンはダウン数の確認、ニュートラル・ゾーンを越した地域のディフラッグ、パスプレーの正当性を見る。
2. ラインズマンはダウン数に責任がある。
3. ラインズマンの位置は、ニュートラル・ゾーンから守備ゴールラインの方向に7ヤード離れたサイド7ヤードラインを選手に明示する。7ヤードマーカ―がある場合はその管理を行なう。守備プレーヤーの行為の正当性を見る。
4. ラインズマンは試合時間の計時を行う。

第11編 定義

1. アウト・オブ・バウンズ

フィールドの外側、場外。サイドライン、エンドラインはアウト・オブ・バウンズである。

2. イリーガル・フラッグ・プル

ボールを保持しない選手のフラッグを取る不正な行為。

3. イリーガル・ラッシュ

7ヤードラインより前方にいた守備プレーヤーがニュートラル・ゾーンを越える不正な行為。

4. インターセプト

相手チームのパスあるいはファンブルをキャッチする行為。

5. インバウンズ・ライン

両ゴールラインの中間地点を結ぶサイドラインと平行な破線。スナップはインバウンズライン上で行われる。

6. 確保

ライブボールを保持又は制御している状態。下の 2 つの場合がある。

(1) プレーヤーの確保

(2) チームの確保

フォワードパスされたボールはチームの確保にある。

7. キャッチ

グラウンドに触れていない、空中にあるライブボールをプレーヤーが確保する行為。

(1) ボールを確保、制御したプレーヤーが、最初に着地した片足がフィールド内であれば、キャッチである。

(2) レシーバーが着地と同時にボールの確保を失ったら、キャッチではない。

(3) グラウンドに膝をついた選手またはグラウンドに身体を倒している選手もキャッチは出来る。

8. コイントス

試合前に対戦チームがコインの表裏を選び、攻撃チームを決定する抽選。

9. 攻撃チームと守備チーム

攻撃チームとはボールを確保しているチームあるいはボールが所属しているチーム。守備チームはその相手チームの事である。

10. 交代選手

交代してフィールドに出場したプレーヤー

11. ゴールライン

フィールドで、エンドゾーンを区別する垂直な面。ゴールラインはエンドゾーンに含まれる。

12. サクシーディング・スポット

次にボールがプレーに移される地点。

13. 施行地点

反則に対する罰則やバイオレーションが課せられる地点。

14. シフト

レディ・フォー・プレーの後に、2 名以上の攻撃チームのプレーヤーが同時にポジションを移動する行為。

15. シリーズ

3 回の連続したスクリメージ・ダウン、3 回の連続した攻撃機会である。新たにシリーズを獲得出来るライン(地点)をシリーズ更新線という。

16. 所属

デッドボールを所有している状態。ダウン間のボールの状態を表現する。

17. スクリメージ

スクリメージは、スナップで開始するダウンにおいて、2 つのチームが相手と攻防をしあう行為である。

18. スクリメージ・ダウン

スナップで開始するダウン。フラッグボールではすべてのダウンがスクリメージ・ダウンである。

19. スナップ

片手又は両手の迅速かつ連続的な動作で、グラウンド上のボールを後方へ手渡し、又はパスする行為。プレーを開始する動作。シリーズを与えられたチーム(ボールが所属するチーム)がスナップを行う。

20. セーフティ

守っているゴールラインまたはその後方で、デッドボールとなり、ボールがゴールラインを越した責任がそのゴールラインを守るチームにある場合は、セーフティである。相手に 2 点が与えられる。

21. 前方と後方、越えてと手前、フォワードとバックワード

チームにとって、前方、越えて、フォワードとは、相手ゴールラインへの方向である。後方、手前、バックワードとは守るべきゴールラインの方向である。

22. ダウン

レディ・フォー・プレーの後に、スナップで始まりボールがデッドとなって終了する行為の単位。

23. タッチバック

守っているゴールラインまたはその後方で、デッドボールとなり、ボールがゴールラインを越した責任がそのゴールラインを攻めるチームにある場合はタッチバックである。守っているチームのボールとなり、自陣 5 ヤードラインから攻撃を開始する。

24.7 秒ルール

パサーは 7 秒以上ボールを保持すると、その場でプレー終了となる。

25. チーム・タイムアウト

1 試合に 1 回だけチームに認められた、60 秒間の休止時間。

26. ディフラグ

正しくフラッグをとる行為。

27. デッドボール

プレー中でないボール。

28. デッドボール・スポット

プレーが終了した地点。

29. トライ・フォー・ポイント

タッチダウンしたチームに与えられる、1 回だけの攻撃機会。5 ヤードラインからタッチダウンすれば 1 点、12 ヤードラインからタッチダウンすれば 2 点。攻撃チームはいずれの位置から攻撃するかを選択できる。

30. ニュートラル・ゾーン

スクリメージ・ダウンの開始前、レディ・フォープレーが宣言された後、グラウンドに置かれたボールの両端を通る、仮想のヤードラインがスクリメージラインである。この 2 本のスクリメージラインの間の空間が、ニュートラル・ゾーン(中立空間)である。ボールの長軸の幅を持つ空間となる。

31. ノーランニング・ゾーン

ランニングプレーをしてはならない地域。相手エンドゾーンの手前 5 ヤードからエンドゾーンまで、及びミッドフィールドラインの手前 5 ヤードからミッドフィールドラインまでの地域。

32. パス

パスするとは、ボールを投げる事である。

33. パサー

スナップを受け取る攻撃選手。

(ハンドオフを行うプレーにおいては、ハンドオフを行うまでがパサーである。)

34. ハドル

スナップの前に、フィールドで戦術打合せ等のためにプレーヤーが集合する行為。フラッグフットボールではレフリーのレディ・フォー・プレー宣言後、15 秒間が利用できる。

35. 反則

反則とは距離罰則が規定されている規則 違反である。バイオレーションとは距離罰則のない罰則で、反則の罰則とは相殺できない。

36. 反則地点

反則が発生した地点。

37. 被交代選手

交代して退場した(又は退場する)プレーヤー

38. ファンブル

パス、成功した手渡し以外でボールの確保を失う行為。

39. プレビアス・スポット

最後にボールがプレーに移された地点。

40. フラッグベルト

幅約 5 センチ、長さ約 36 センチの布状の用具。ボールキャリアの腰の左右につけたフラッグを取ればプレー終了となる。公式試合では公式ベルトを着用する。

41. ボールキャリア

ライブボールを確保している選手。

42. マフ

キャッチしようとして、ボールにタッチしたがキャッチ出来なかった行為。

43. ミッドフィールドライン

両ゴールライン間の中央に、ゴールラインに平行に ひかれたライン。攻撃チームが 3 回の攻撃の間にこのラインを越せば、新たに 3 回のダウンが与えられる。フィールド長辺の長さで、ゴールラインからの距離は決定する。公式フィールドでは、20 ヤードラインがミッドフィールドラインとなる。

44. モーション

スナップの時に 1 名の攻撃チームの選手が、相手エンドゾーン以外の方向に向かって移動する行為。

45. ライブボール

プレー中であるボール。グラウンドにタッチしていないフォワードパス、ファンブルは空中にあるライブボール。

46. ランニングプレー

ボールを保持して走るプレー。ランプレーともいう。パスプレーも成功すればランニングプレーとなりプレーは続行する。

ノーランニングゾーンでは、ボールを保持してスクリメージラインを越えるプレーが禁止される。

47. リカバー

グラウンドに触れた後の、ライブボールを確保する行為。グラウンド上或いはバウンドして空中にある場合でも、一度グラウンドに触れたボールの確保はリカバーである。フラッグボールでは、リカバーはしてはならない。

48. レディ・フォー・プレー

プレー開始の準備完了のこと。審判員はボールをインバウンズ・ライン上に置き、プレー開始の準備が整った時、ホイッスルを吹き、レディ・フォー・プレー のシグナルを行う。攻撃チームは 15 秒以内にボールをスナップしなければならない。

49. ロス・オブ・ダウン

ダウンを繰り返して行う権利を失う罰則。フラッグボールでは、すべての攻撃反則はロス・オブ・ダウンである。

50. ヤードライン

エンドラインに平行なフィールド・オブ・プレーの全てのライン。20 ヤードラインがミッドフィールドラインとなる。

※反則一覧

対象	規定	反則名	デッドボール or ライブボール	罰則、罰退ヤード	起点	備考	内容
全プレーヤー	フットボールコード	フットボールコード違反	D	没収試合	—		
全プレーヤー	第1編第4章7	不正な装具	D	5ヤード	プレビアススポット	タイムアウトがある場合は、タイムアウトの消費が優先される。	・青番号の同一番号の選手が1プレーに2名以上参加している。 ・不正なフラッグを着用している
全プレーヤー	第2編第2章	交代違反	D	5ヤード	プレビアススポット	オフェンスの反則はロスオブダウン。ディフェンスの反則はオートマチックファーストダウン。	・6人以上でハドルを行う。
O	第3編第1章1	ディレイオブザゲーム	D	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	レディフォープレイから、15秒以内にプレーを開始しない。
O	第5編第1章3(1)	エンクローチメント	D	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	スナッパーがボールを持った後、スナッパーを除いた選手がニュートラルゾーンに侵入
O	第5編第1章3(1)	虚偽のスタート	D	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	プレーの開始とまざらわしい急激な動作
O	第5編第1章3(1)	不正なモーション	D	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	スナップ前に全攻撃選手が同時に1秒間以上静止しなかった。
O	第5編第1章3(2)	不正なモーション	D	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	モーションする選手が、相手ゴールライン方向に動いている時にスナップが行われた。
D	第5編第1章4(1)	オフサイド	D	5ヤード	プレビアススポット	オートマチックファーストダウン。	・レディフォープレイの宣言の後に、ボールあるいは相手選手に触れた。 ・スナップ時にニュートラルゾーンに侵入したり越えてしまった。
D	第5編第1章4(2)	不正な手段	D	5ヤード	プレビアススポット	オートマチックファーストダウン。	攻撃チームを混乱させるような言葉やシグナルを用いた。
O	第5編第2章1	不正なパス	L	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	ハンドオフを受けた選手が、スクリーメージラインを越えてからパスを投げた場合。
O	第5編第2章5	不正なボールタッチ	L	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	サイドラインに出た攻撃選手が、守備選手がボールにタッチする前にボールにタッチする。
全プレーヤー	第5編第2章10	パーソナルファウル	L	5ヤード	プレビアススポット	オフェンスの反則はロスオブダウン。ディフェンスの反則はオートマチックファーストダウン。	・パスインターフェアランス ・ボールキャリアの守備選手への接触 ・手つなぎ、腕組みによる妨害 ・攻撃選手によるボールキャリアの持ち上げ
D	第6編第2章1(2)	パーソナルファウル	L	10ヤード	プレビアススポット	オートマチックファーストダウン。	・フラッグを取る時に飛び込む。 ・フラッグを取る時、ボールキャリアをつかむ。 ・フラッグを取る時に、接触してボールキャリアの前進を止める。
O	第6編第2章2	イリーガルフラッグブル	L	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	ボールを保持していないプレーヤーのフラッグを取った場合。 例外：攻撃選手が2人以上がボールを同時保有している状態で、守備選手の手がディフラッグの動作に入っていた場合、結果的にはボールを手放すことになった選手のフラッグを取ってもイリーガルフラッグブルは成立しない。
O	第6編第2章4	フラッグガーディング	L	5ヤード	プレビアススポット	ロスオブダウン。	ボールキャリアが手や腕を使用または、極端な前傾姿勢をとりディフェンス選手のディフラッグの動作を妨害する。
全プレーヤー	第7編第1章	パーソナルファウル	L	10ヤード	プレビアススポット	オフェンスの反則はロスオブダウン。ディフェンスの反則はオートマチックファーストダウン。	・乱暴行為 ・相手への接触 ・トリッピング(足を引っ掛ける行為) ・イリーガルラッシュ
全プレーヤー	第7編第1章2	不正なキッキング	L	5ヤード	プレビアススポット	オフェンスの反則はロスオブダウン。ディフェンスの反則はオートマチックファーストダウン。	ボールを故意にパッティング、キッキングした
全プレーヤー	第7編第2章	ノンコンタクトファウル	D	10ヤード	プレビアススポット	オフェンスの反則はロスオブダウン。ディフェンスの反則はオートマチックファーストダウン。	・相手、審判への侮辱行為。 ・相手、審判への挑発的な態度。 ・卑怯な戦術。 ・あきらかな遅延行為。 ・その他スポーツマンらしくない行為。