



Jugades de Carrera

- Per iniciar-se la jugada s'ha de realitzar el snap, en què la pilota ha de passar entre les cames del center.
- El center no pot rebre un handoff del quarterback immediatament després que hagi rebut el snap.
- El quarterback és el jugador que rep el snap del center.
- El quarterback no pot creuar la línia de scrimmage corrent amb la pilota.
- A la mateixa jugada d'atac es poden realitzar diversos handoffs per darrere de la línia de scrimmage, sempre que siguin cap enrere o bé lateralment. Si es realitza cap endavant serà considerat una passada (només una passada per jugada).
- Els passis cap enrere per darrere de la línia de scrimmage estan permesos i són jugada de carrera.
- Les "Zones de No Carrera" estan localitzades a 5 iardes de cada end zone. Quan la pilota està en o dins de la línia de la iarda 5 rival l'atac no pot realitzar jugades de carrera.
- El jugador que pren un handoff pot posteriorment passar la pilota sempre que estigui per darrere de la línia de scrimmage.
- Tots els jugadors de defensa podran entrar a pressionar el en el moment que es produeixi un handoff o una passada cap enrere, i també quan un atac dels simuli en una jugada d'engany.
- El rodar sobre si mateix per part del jugador que porta la pilota per esquivar un contrari està permès, però no podrà ni saltar ni llançar-se a terra per evitar un contrari.
- La pilota serà situada per a la següent jugada on hi havia el peu del jugador que portava la pilota quan li van treure el flag (no on estigués la pilota).

Jugades de Passada

- Tots els jugadors són elegibles per rebre una passada (inclòs el QB si anteriorment ha lliurat la pilota a un company per darrere de la línia de scrimmage).
- Com a la NFL, un jugador pot estar en motion (moviment), però no en direcció a la end zone en el moment del snap.
- Un jugador ha de tenir almenys un peu dins dels límits del camp quan rebi un passis per que sigui complet.
- Només els jugadors de la defensa que estiguin a 7 iardes o més en el moment de l'snap, podran entrar a pressionar el passador.
- El QB disposa de 7 segons per passar la pilota. Si la passada no s'ha realitzat després dels 7 segons la jugada finalitza. L'atac perd el down i torna a iniciar la jugada des al mateix punt que l'anterior. En el moment que es rep un handoff o una passada cap enrere o bé se simuli en una jugada d'engany, la regla deixa de tenir efecte.
- Només es permet un passis cap endavant per down.
- Les intercepcions canvien l'equip que té la possessió de la pilota.
- Les intercepcions poden ser retornades per la defensa.
- Quan es intercepti una pilota a la pròpia end zone la jugada finalitza i l'equip que ha recuperat la pilota iniciés el seu atac en la seva iarda 5.

però si el jugador que interceptar correués i sortís de la seva end zona llavors la següent jugada començaria al punt fins al que aquest jugador hagués avançat. De totes maneres si el jugador que abandona el seu end zona després d'interceptar tornés a entrar i allà li treurà a flag suposaria un safety per a l'altre equip que a més recuperaria la possessió de la pilota.

Conducta antiesportiva - contacte il·legal

- Si el tutor de joc observa qualsevol acció on hi hagi contacte flagrant, placar, donar un cop de colze, empentes, bloquejos o qualsevol conducta antiesportiva s'aturarà el joc i el jugador serà expulsat del torneig. No es tolera el joc brut.
- Les provocacions, insults, paraules malsonants o burla cap als àrbitres, rivals, equips o espectadors no estan permesos. Els àrbitres, determinaran quan això passa. Si això passa a l'àrbitre donarà un avís al jugador. Si continués, el jugador o jugadors seran expulsats del partit.

Penalitzacions

- Totes les faltes comptaran 5 iardes endarrerits de penalització. L'down serà repetit (excepte excepcions) i les 5 iardes es comptaran des de la línia de scrimmage.
- Totes les faltes podran ser declinades per l'equip rival.
- Les penalitzacions mai excediran de la meitat de la distància des de la línia de scrimmage fins a la end zone rival.
- L'àrbitre serà qui determini si un contacte s'ha produït en un llançament normal del joc amb el que no serà considerat falta. Totes les faltes seran aplicades des de la línia de scrimmage.
- Només el capità de l'equip podrà preguntar a l'àrbitre sobre l'aplicació del reglament.
- Un partit no pot finalitzar amb una falta de la defensa a excepció que l'atac la decline (es jugaria una altra jugada encara amb el rellotge esgotat).
- Les faltes després d'una intercepció s'aplicaran des del punt de la intercepció.

Faltes en defensa

- Fora de joc.
- Substitució il·legal (un jugador entra al camp després que la pilota estigui a punt per jugar-se, enganyant al contrari o 6 jugadors al camp).
- Senyals per despistar (qualsevol senyal que pugui distreure el contrari o simular senyals de l'atac abans de l'inici de la jugada)
- Interferir un rival o tocar la pilota abans de l'snap.
- Pressió il·legal (pressionar el passador no estant a 7 iardes o més de la línia de scrimmage).
- Interferència en la passada (implica primer down automàtic per l'atac).
- Contacte il·legal (també implica primer down automàtic per l'atac). Agafar, bloquejar, placar, etc.

- Llençar il·legalment l'flag (primer down automàtic) Llevar-li el flag a un jugador abans que aquest hagi rebut la pilota.

Faltes en atac

- Amagar el flag o impedir amb la mà el rival que t'ho tregui.
- Retard del joc (trigar més de 30 segons a iniciar la jugada).
- Substitució il·legal.
- Agafar un rival.
- Motion il·legal. Més d'un jugador en moviment abans del snap, o un jugador en moviment cap a la end zone rival.
- Sortida en fals.
- Snap il·legal.
- Recolocació il·legal (un o diversos jugadors canvien de posició abans de l'inici de la jugada i no estan en la seva nova ubicació com a mínim un segon aturats abans de l'snap).
- Tirar-se a terra.
- Jugador fora de límits. (si un jugador surt dels límits del camp no pot tornar a entrar per rebre una pilota).
- Passi il·legal cap endavant (perduda de Down). Es produeix més d'un passi cap endavant en la jugada o es fa un cop travessada la línia d'scrimmage.
- Interferència en la passada de l'atac. (pèrdua de down). Empènyer, bloquejar o destorbar el defensor.
- Carrera a "Zona de No carrera" (perduda de Down i següent jugada des d'on es va iniciar l'anterior)