

BASISREGELS VAN HANDBAL

Handbal is een ongelooflijk snelle op- en afgaande sport waarin veel doelpunten gescoord worden met fascinerend harde contacten, acrobatische shots, geniaal opgezette aanvallen en spectaculaire saves van de keepers!

Hopelijk kan je met deze uitleg meer van een wedstrijd genieten.

Handbal betekent...

- ... 2 ploegen met 6 veldspelers en 1 keeper.
- ... spelers die voortdurend kunnen wisselen.
- ... veldspelers die het doelgebied niet mogen betreden (halve cirkel op 6m van het doel)
- ... een keeper die zelfs voor een veldspeler mag gewisseld worden.
- ... een wedstrijd van 2 helften.
- ... 2 scheidsrechters voor 1 wedstrijd.

1 ... is toegestaan frontaal lichaamscontact te maken in één-tegen-één situaties.

2 ... mag niet slaan

3 ... mag niet vasthouden of omklemmen

4 ... mag de werparm van de aanvaller niet vastnemen of naar achter trekken

5 ... mag geen open doelkans verhinderen. Dit leidt tot een penalty (of 7m-worp)

6 ... mag blijven botsen (= dribbelen) met de bal totdat hij de bal terug vastneemt. Na het botsen mag hij maximaal 3 stappen zetten, waarop de aanvaller moet werpen op doel of passen naar een medespeler.

7 ... moet van buiten het doelgebied springen, mag zweven boven het doelgebied maar mag niet in deze halve cirkel landen met de bal in de hand.

TEKENS VAN DE SCHEIDSRECHTER



GOAL!!!

2 korte fluitsignalen
Een geldig doelpunt!



GELE KAART WAARSCHUWING

Geen rechtstreeks gevolg
Max. 1 per speler / Max. 3 per ploeg



Speler moet de wedstrijd verlaten.
De ploeg speelt ook 2 min. in ondertal.



UITSLUITING

De speler moet voor 2 min.
aan de kant. De ploeg speelt
dan met 1 man minder.



PASSIEF SPEL

De aanvallers zetten te weinig druk naar doel. Ze hebben nog 6 passen om hun aanval af te ronden.



AANVALLEND

Fout begaan door de aanvaller.
(omverlopen verdediger
of foutieve speler)



LOOPFOUT

Meer dan 3 stappen gezet door de speler met de bal in de handen.



Speelveld

