



Rolstoelhandbal in Arnhem

Handbalvereniging DFS Arnhem is een nieuwe uitdaging aangegaan. Zoals meerdere handbalverenigingen gaat ook DFS Arnhem een rolstoelhandbalteam opzetten.

Heb jij een fysieke beperking, zit je in een rolstoel of is er een andere reden waardoor je niet het reguliere handbal kunt spelen meld je dan aan bij DFS Arnhem.

Trainingen

De handbalvereniging DFS Arnhem biedt op alle dinsdagen rolstoelhandbaltrainingen aan in Sporthal Rijkerswoerd van 17.30 - 18.30 uur

Vragen over rolstoelhandbal in Arnhem

Neem contact op met:
telefoon 06 51605455
of mail naar:
marianneabbenhuis@hotmail.com



Rolstoelhandbal een teamsport

Dat handbal leuk is weten we allemaal.

Maar handbal is ook bijzonder geschikt voor mensen met een fysieke handicap, die graag in teamverband willen sporten!

Rolstoelhandbal bij jou in de buurt?

Het Nederlands Handbal Verbond is zeer nauw betrokken bij het opzetten en de ontwikkelingen van het Rolstoelhandbal. Je speelt iedere maand een wedstrijd (tegen valide en minder valide teams).

Wil je graag (leren) handballen en weten of er bij jou in de buurt een vereniging is die rolstoel-handbal wil gaan aanbieden?

Op de website van het Nederlands Handbal Verbond (www.handbal.nl) vind je meer info onder handbalvormen G handbal.



Nederlands
Handbal Verbond

Alles wat je moet weten over ROLSTOELHANDBAL

GEEN BEPERKING MAAR MOGELIJKHEDEN,
voor iedereen, valide of minder valide



Nederlands
Handbal Verbond





De spelers

- Rolstoelhandbal is vanaf 16 jaar, jongens en meisjes, mannen en vrouwen.
- De teams zijn gemengd.
- Er moeten minimaal 3 vrouwen in een team van 12 spelers.
- We spelen 6:6 waarvan 1 keeper. Er moet altijd een vrouw als speler in het veld staan.
- Er is max 1 valide speler in het veld. (Dit is alleen van toepassing voor het EK.)
- De bond kan bij deelname EK, aantonen welke spelers valide en invalide zijn.

Het veld

- Rolstoelhandbal wordt gespeeld in een sporthal of buiten op een sportveld van 40 meter lang en 20 meter breed.
- Dit veld bestaat uit 2 speelhelften met aan beide kanten een doel. - Bij elk doel is een halve cirkel waar alleen de keeper in mag komen.
- Het doel is 3 x 1,60 m

Regels rolstoelhandbal

- 3x pushen binnen 3 seconden, dan binnen 3 sec. vervolgen met dribbelen. Dribbelen mag tot schouderhoogte, dus je mag de bal niet voor je uit opgooien om snelheid te maken. Als je de bal vastpakt, moet je binnen 3 seconden overspelen of op doel gooien. Deze acties mogen ook uitgevoerd worden door eerst te dribbelen en dan 3x pushen binnen 3 sec. Na het laatste wielcontact start de 3-secondenregel om over te spelen of op doel te gooien. 3x pushen is ook is ook inclusief een eventuele remactie.
- Je mag de bal op schoot hebben tijdens het pushen (niet klemmen)
- Een tegenstander mag de bal niet uit je schoot pakken of tikken.
- Lichamelijk contact is toegestaan.
- Bal onder de stoel is fout en dus bal voor tegenstander.
- De keeper mag de benen en voeten niet gebruiken bij het stoppen van de bal.

- Je mag de bal niet verdedigen met je rolstoel, alleen de keeper mag zijn/haar stoel gebruiken om te verdedigen.
- Je mag de bal niet spelen als je met één of meer wielen over de lijn (buiten doellijn) bent.
- Je mag de bal via de hoepels van je rolstoel oppakken.
- De rolstoel afremmen mag altijd.
- Je mag nooit inrijden op een ander! Niet kunnen remmen is geen excuus!
- Alle spelers in het veld mogen de vloer niet met hun voeten aanraken tijdens het spelen (Ook de keeper niet).
- Speelduur 2x 20 minuten.

