



HCB'92 Rolstoelhandbal

Handbalvereniging HCB'92 in Boxtel gaat een nieuwe uitdaging aan, namelijk om het eerste rolstoelhandbalteam van Noord-Brabant op te richten!

Heb je een fysieke beperking, zit je in een rolstoel, of is er een andere reden waardoor je niet het reguliere handbal kunt spelen en heb je zin om in teamverband lekker te gaan sporten, twijfel dan niet en meld je aan!

Voor meer informatie

Neem contact op met
Hèlen Berkelmans 06-46012585,
mail naar: hcb92@handbal.nl
of kijk op onze website:
www.hcb92handbal.nl



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. Er zijn nu 4 rolstoelhandbalteams actief in Nederland, en het NHV juicht een vijfde team in Brabant toe! 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 rolstoelhandbal 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





foto's: Cobi Neeft

De spelers

Rolstoelhandbal is voor alle leeftijden, jongens en meisjes, mannen en vrouwen.

De teams zijn gemengd.

Een rolstoelhandbalteam bestaat uit 5 veldspelers en een keeper. Er mag onbeperkt gewisseld worden, zodat alle spelers aan de wedstrijd kunnen meedoen. Handbal is een continu aanval- en verdedigingspel en levert daardoor een belangrijke bijdrage aan de verbetering van conditie en motorische vaardigheden.

Het veld

Rolstoelhandbal wordt in een sporthal of buiten op een sportpark gespeeld op een speelveld van 40 meter lang en 20 meter breed. Dit veld bestaat uit twee 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 mtr. breed en door een verlagingslat (40 cm) 1.60 meter hoog.

Regels rolstoelhandbal

- 2x pushen daarna bal spelen of stuiten.
- Na stuiten mag je nog 2x pushen, daarna moet je overspelen of op doel gooien.
- Bal moet tijdens het pushen op de schoot liggen. (niet klemmen!!)
- Je mag de bal 3 sec. in je hand houden.
- Je mag de bal via de hoepels van je rolstoel oppakken.
- De rolstoel afremmen mag altijd.
- Je mag de bal niet met je rolstoel verdedigen. Alleen de keeper mag zijn/haar rolstoel gebruiken om te verdedigen.
- Je mag de bal niet via een speler (mede- of tegenspeler) zijn/haar rolstoel gooien en dan weer pakken.
- Als een speler klaar zit om te gooien, dan mag je de bal niet uit zijn/haar handen slaan of pakken.
- Je mag de bal niet spelen als je met 1 of meer wielen over de lijn (buiten-doellijn) bent.

- Als de tegenstander de bal op zijn/haar schoot heeft liggen dan mag je de bal proberen van zijn/haar schoot te pakken.
- Alle spelers in het veld mogen de vloer niet met hun voeten aanraken tijdens het spelen. (ook de keeper niet)
- Alleen de keeper mag met zijn/haar benen en voeten gebruiken om de bal tegen te houden.

