

Spelregels en Uitgangspunten

Mini & Ultimate Beach Handball

	Mini Beach Handball	Ultimate Beach Handball
Leeftijdscategorie	E- en F-jeugd	D-jeugd
Geslacht	Jongens, meisjes of gemixt	Jongens, meisjes of gemixt
Afmetingen veld	15 x 12 m	15 x 12 m
Doelgebied	5 x 12 m	6 x 12 m
Afstand tot doel	Max. 5 m	6 meter
Balsoort	Zachte bal met grip, bijv. GOALCHA bal	Maat 0
Speeltijd	2 sets (5 min per set) + shoot out	2 sets (7 min per set) + shoot-out
Scoringssysteem	Per gewonnen set één punt, bijvoorbeeld team wint: <ul style="list-style-type: none"> ▪ 2 sets + shoot out = 2-0 ▪ 1 set + shoot out = 2-1 ▪ 2 sets en verlies in shoot-out = 2-1 	
Twee punten	Alle spectaculaire doelpunten: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pirouette (elke succesvolle poging (flexibel zijn met 360 ° en afzet) ▪ Vliegertje (vangen de bal is niet noodzakelijk) ▪ 5-meter worp ▪ Kikker-sprong doelpunten ▪ Achter-de-rug doelpunten ▪ Doelgebied naar doelgebied doelpunten 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pirouette (360 ° niet vereist, afzet met beide benen is wel vereist) ▪ Vliegertje (vangen de bal is niet noodzakelijk) ▪ 6-meter worp ▪ Doelpunten van keeper/specialist
Spelers + Keeper/Specialist	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 4 tegen 4 ▪ Keeper/Specialist draagt geen afwijkend tenue ▪ Elke speler is toegestaan om eigen doelgebied te betreden 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 4 tegen 4 ▪ Keeper/specialist draagt een hesje (één per team op het veld) ▪ Alleen de keeper/specialist is toegestaan om het eigen doelgebied te betreden
Wisselen	Als een team scoort of het balbezit verliest, dan dienen alle vier de spelers te wisselen <i>Als een team bestaat uit bijvoorbeeld zeven spelers, dan dienen drie spelers te wisselen</i>	Als een team scoort of het balbezit verliest, dan dienen alle vier de spelers te wisselen (inclusief de specialist) <i>De keeper/specialist mag alleen wisselen met de andere keeper/specialist in het team</i>

Spelregels en Uitgangspunten

Mini & Ultimate Beach Handball

Shoot-out	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Verplicht in elke wedstrijd ▪ Alle spelers moeten een poging ondernemen ▪ De bal mag één keer het zand raken (voor of na het vangen van de bal) ▪ De keeper die de bal aanspeelt mag beginnen op de doelgebiedlijn ▪ De keeper van de verdedigende partij moet in het doelgebied blijven 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Verplicht in elke wedstrijd ▪ Alle spelers moeten een poging ondernemen ▪ De bal mag <u>niet</u> het zand raken ▪ De keeper die de bal aanspeelt begint in het doelgebied en hoeft niet op de doellijn te staan
Doelstellingen	<p>De speler leert om:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Het spel op het zand te verkennen ▪ Het spelconcept te begrijpen; punten scoren en als team de bal veroveren ▪ Te verdedigen zonder fysiek contact ▪ Snel, creatief en vindingrijk spelen ▪ Zich voor te bereiden op het uitvoeren van moeilijke schottechnieken en wisseltactieken ▪ Vertrouwd te raken met het puntensysteem en de shoot-out 	<p>De speler leert om:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ De verschillende rollen van spelers te begrijpen (veldspeler, keeper en specialist) ▪ Te verdedigen zonder fysiek contact ▪ Snel, creatief en vindingrijk te spelen ▪ Zich voor te bereiden op het uitvoeren van moeilijke schottechnieken en wisseltactieken ▪ Vertrouwd te raken met het puntensysteem en de shoot-out ▪ Te spelen met de eerste collectieve tactische principes (bijv. gebruik van ruimte en spelen op verschillende posities)