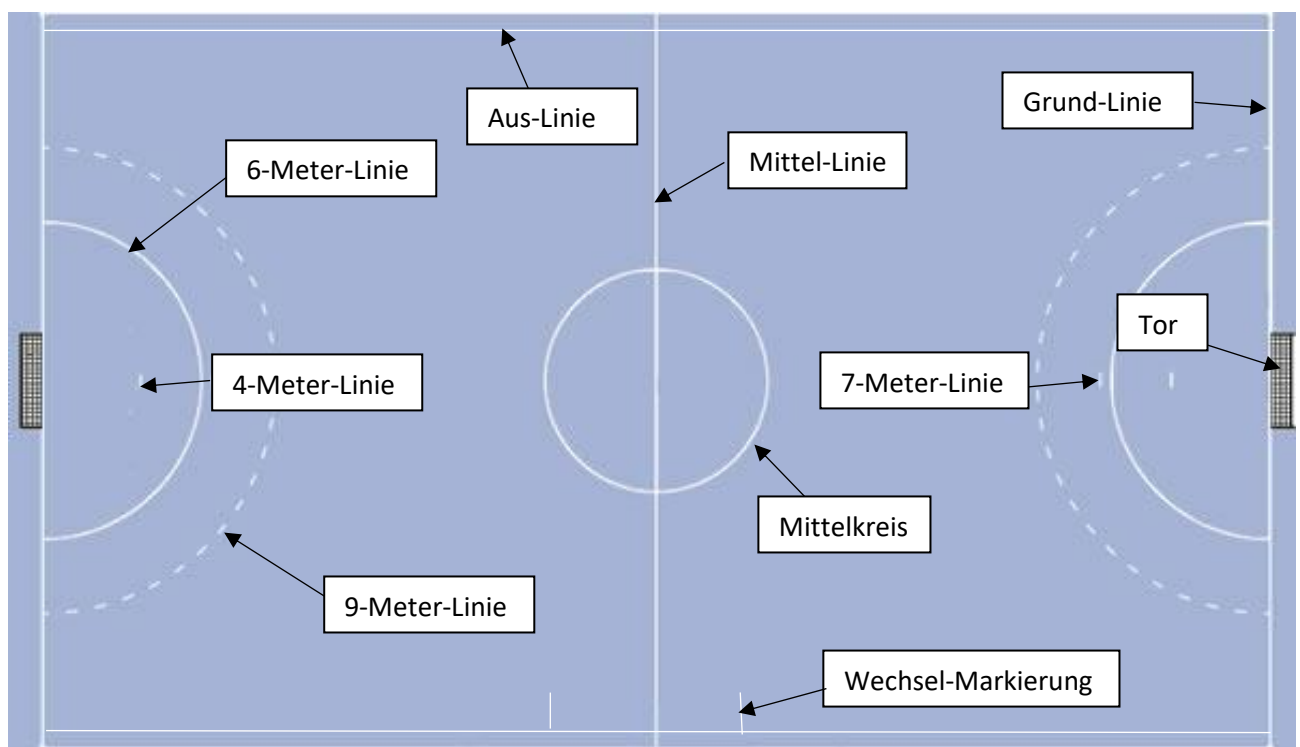


Hey Du,

wir freuen uns, dass Du dich dazu entschieden hast bei uns Handball zu spielen. Es ist wahrscheinlich so, dass Du noch nicht alle Spielregeln kennst. Das ist auch gar nicht schlimm. Wir werden das alles im Training üben. Aber zusätzlich bekommst Du von uns eine Übersicht mit den wichtigsten Dingen.

Deine Handballabteilung des VfL Stade

1. Das Spielfeld



2. Die Spieler

Es spielen immer 2 Mannschaften gegeneinander. Bei den Minis (bis 8 Jahre) wird jeweils mit 4 Feldspielern und einem Torwart gespielt. Ab der E-Jugend (ab 9 Jahre) wird mit 6 Feldspielern und einem Torwart pro Mannschaft gespielt.

3. Ein- und Auswechslungen

Es darf so oft gewechselt werden wie man möchte. Auch Spieler die ausgewechselt wurden dürfen wieder eingewechselt werden.

Der Wechsel muss zwischen der Mittel-Linie und der Wechselmarkierung stattfinden.

Außerdem darf der Einwechselspieler das Feld erst betreten wenn der auszuwechselnde Spieler das Feld verlassen hat.

Im Jugendbereich darf nur die Mannschaft wechseln, welche im Ballbesitz ist.

4. Der Schiedsrichter

Bei jedem Spiel gibt es einen oder zwei Schiedsrichter. Sie entscheiden über Einwürfe/ Freiwürfe etc. sowie die Bestrafung der Spieler. Hierzu können sie gelbe, rote und blaue Karten und/ oder 2-Minuten-Strafen vergeben. Bei einer roten Karte darf man das Spiel nicht mehr zu Ende spielen. Bei der blauen Karte darf man auch in nachfolgenden Spielen nicht spielen.

5. Grundlegende Regeln

- Es heißt Handball, weil man den Ball mit der Hand spielt. Daher ist es verboten den Ball mit dem Fuß (alles ab Knie abwärts zählt als Fuß) zu spielen.
- Man darf mit dem Ball in der Hand nur 3 Schritte machen. Wenn man prellt darf man mit dem Ball so weit laufen wie man möchte.
- Wenn man den Ball fängt und prellt, darf man wenn man den Ball dann aufnimmt, nur 3 Schritte machen und muss dann abspielen/ auf das Tor werfen. Man darf also nicht Prellen-3 Schritte- Prellen.
- Der 6-Meter-Raum darf weder von der angreifenden noch von der abwehrenden Mannschaft betreten werden. Im Bereich zwischen der Grundlinie und der 6-Meter-Linie darf sich also nur der Torwart aufhalten.
- Man darf den Gegenspieler nicht schubsen, kneifen, beißen oder ähnliches. Außerdem darf man den Gegenspieler nicht von hinten festhalten oder ihm in den Wurfarm greifen. Alle diese Dinge gelten als Foul. Für ein Foul gibt es immer einen Freiwurf, wobei die abwehrende Mannschaft 3-Meter Abstand zum Ball halten muss. Geschieht das Foul zwischen der 6-Meter- und der 9-Meter-Linie wird der Freiwurf von der 9-Meter-Linie ausgeführt und die abwehrende Mannschaft muss mit den Hacken an der 6-Meter-Linie stehen. Wenn zwischen 6-Meter-Linie und 9-Meter-Linie ein sehr unsportliches Foul (z.B. schubsen von hinten oder am Hals festhalten) geschieht bekommt die gefoulte Mannschaft einen 7-Meter. Dabei stellt sich ein Werfer mit dem Ball an die 7-Meter-Linie und darf nach Pfiff des Schiedsrichters auf das Tor werfen. Hierbei darf die andere

Mannschaft keine Abwehr stellen und der Torwart darf maximal bis zur 4-Meter-Linie aus dem Tor herauskommen.

- Fliegt der Ball über die Aus-Linie so hat die Mannschaft, welche den Ball nicht zuletzt berührt hat, an der Stelle einen Einwurf. Der balleinwerfende Spieler muss hierbei einen Fuß auf die Aus-Linie stellen.
- Nach einem Tor wird der Ball zum Mittelkreis gegeben. Dort führt die Mannschaft, welche das Tor kassiert hat einen Anwurf aus. Hierzu wird ein Fuß auf die Mittel-Linie gestellt und dann wird der Ball, nach dem Pfiff des Schiedsrichters, zu einem Mitspieler gespielt. Alle anderen dürfen dabei nicht im Mittelkreis stehen.
- Geht ein Torwurf am Tor vorbei und dann über die Grundlinie, geht das Spiel mit einem Abwurf vom Torwart weiter. Hierzu kann sich der Torwart irgendwo im Bereich zwischen Grund-Linie und 6-Meter-Linie positionieren und den Ball zu einem Mitspieler werfen.

6. „Fair-Play“

- Du musst aufpassen, dass Du deinen Gegenspieler nicht verletzt.
- Du musst die Leistung der gegnerischen Mannschaft anerkennen, egal ob sie stärker oder schwächer ist als deine eigene Mannschaft.
- Du musst mit deinen eigenen Mitspielern kameradschaftlich umgehen.
- Du musst die Entscheidungen der Schiedsrichter ohne meckern hinnehmen.