



## 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 verdedigingsspel 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 meter breed en door een verlagingslat (40 cm) 1.60 meter hoog.

## Spelregels rolstoelhandbal

- \* 3x pushen daarna bal spelen of stuiten.
- Na stuiten mag je nog 3x pushen, daarna moet je overspelen of op doel gooien.
- \* Bal mag tijdens het pushen op de schoot liggen (niet klemmen).

- Als de tegenstander de bal op zijn/haar schoot heeft liggen dan mag je de bal niet van zijn/haar schoot pakken.
- Je mag de bal 3 sec. in je bezit houden.
- Als de bal tegen het grote wiel aankomt is dat voetbal en een vrije bal tegen.
- Je mag de bal wel via de hoepels van je rolstoel omhoog rollen.
- 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 pakken.
- Je mag niet met 1 of meer wielen over de lijn (buiten-doellijn) komen.
- Alle spelers in het veld mogen de vloer niet met hun voeten aanraken tijdens het spelen (ook de keeper niet).
- Het is verplicht minimaal één vrouw in het veld te hebben. Mag ook de doelverdedigster zijn.

Design by Ramos Design & Productions

# Alles wat je moeten weten over ROLSTOELHANDBAL

GEEN BEPERKING MAAR MOGELIJKHEDEN,  
voor mensen met een fysieke handicap



  
zuyd  
groep

BFC



## BFC Rolstoelhandbal

*voor mensen met een (tijdelijke) fysieke beperking*

Het Rolstoelhandbalteam van HVBFC uit Beek is uniek in Limburg. Sinds 2015 spelen een meniging van jongere en oudere enthousiaste mannen en vrouwen met een (tijdelijke) fysieke beperking en (oud) spelers, het handbal spel.

Rolstoelhandbal is een variant van handbal die speciaal is ontworpen voor mensen met een lichamelijke beperking. Rolstoelhandbal is een opwindende en snel bewegende sport die toegankelijk is voor iedereen. Ben je minder valide, zit je in een rolstoel, of is er een andere reden waardoor je niet het reguliere handbal kunt of wilt spelen, bv. langdurende blessures, leeftijd enz., en heb je zin om in een teamverband lekker te sporten, sluit je dan bij ons aan. We hebben meerdere rolstoelen gratis ter beschikking

Rolstoelhandbal is voor iedere leeftijd en zowel vrouwen als mannen zijn van harte welkom! Het is een geweldige manier om fit te blijven, nieuwe mensen te ontmoeten en deel uitmaken van een team.

Ben jij op zoek naar een nieuwe uitdaging en houd je van sporten? Dan is ons BFC rolstoelhandbalteam iets voor jou! We zijn op zoek naar nieuwe teamleden die graag willen spelen en plezier willen hebben. Of je nu al ervaring hebt met handbal of niet, ons team verwelkomt spelers van alle niveaus en vaardigheden.

De trainingstijden kun je terugvinden op

[www.HVBFC.nl](http://www.HVBFC.nl)

De (oefen)wedstrijden en/of toernooien worden in overleg met alle beschikbare spelers ingevuld. Door de unieke ligging, is BFC een samenwerking gestart met teams uit België en Duitsland, naast de reguliere Nederlandse teams, rekening houdende met reisafstanden.

Voor meer informatie, neem contact op met

Ivo Kusters

[Rolstoelhandbal@hvBFC.nl](mailto:Rolstoelhandbal@hvBFC.nl)

of

kijk op de site [www.hvBFC.NL](http://www.hvBFC.NL), Facebook en Instagram

## Rolstoelhandbal is bij jou in de buurt!

BFC is aangesloten bij het Nederlands Handbal Verbond (NHV) welke zeer nauw betrokken is bij het opzetten en ontwikkelingen van het Rolstoelhandbal.



  
**zuyd**  
groep

# BFC