



Vilken spelform spelas i olika åldrar?

U7-U9: Miniplan - 4 mot 4 (4+1)

U9 Vår-U10: Kortplan - 5 mot 5 (5+1).

Finns kortplan tillgänglig så SKA dessa matcher spelas på kortplan.

U11-senior: Fullstor plan - 6 mot 6 (6+1)



Minihandbollsverksamhet HFV säsongen 2025-2026



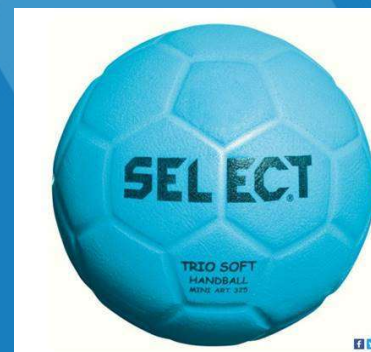
- | | | |
|----|-------|---|
| U9 | 2016: | 3 minihandbollsammandrag höst
3 minihandbollsammandrag eller seriespel kortplan vår
(5 utespelare + MV) |
| U8 | 2017: | 2 Handbollsfestivaler Light höst
3 Minihandbollssammandrag vår |
| U7 | 2018: | 2 Handbollsfestivaler Light vår |

Bollstorlekar

U8: Gummiboll storlek 00 Micro.

U9 Mini: Gummiboll storlek 00 Micro

U9 Stor plan: "Vanlig handboll" storlek 00.
41-45 cm. 215-275 g.





Information om minihandbollsspel i HFV 2025-2026



På HFV:s hemsida under "Tävling" finns information om minihandbollsspel:
<https://www.handbollvast.se/hf-vast/tavling/minihandboll>



Regler minihandboll

Vid minihandbollsspel gäller ett antal undantag/särskilda regler som skiljer sig från "vanlig handboll".

Syftet med de nya reglerna är att förenkla spelet och göra det roligare för barnen.

Dock kommer vi i HFV att ha två undantag i U9. Det gäller reglerna om stegfel och dubbelstuds där vi i U9 kommer att blåsa frikast för motståndarlaget.



Nya regler minihandboll



Nya regler:	Orsak:
1. Tre sekunders regeln – används inte	Barn i denna ålder 8–10 år behöver mer tid för att upptäcka medspelare och ta beslut. Perceptionen är inte tillräckligt utvecklad.
2. Dubbelstuds beivras med att gå tillbaka till startplatsen och behålla bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.	Du gör det lättare för spelaren att lära sig handboll, men hen gynnas inte av felaktigt beteende. Det ska gå att försvara sig.
3. För många steg beivras med att gå tillbaka till startplatsen och behålla bollen. Starta med ett frikast för den som gjorde fel.	Samma orsak som i punkt 2.
4. Farligt spel beivras med personlig utvisning i två anfall. Laget får sätta in en annan spelare och blir inte drabbat. Matchledare förklarar för spelaren vad hen gjorde för fel.	Farligt spel ska beivras.



Nya regler minihandboll



5. Avkast eller hörnkast (=inkast i hörnet) ersätts av Målvaktskast.	Nyttja speltiden Effektivare p.g.a. lättare för spelarna att lära sig regeln. Spelet blir också snabbare.
6. Vid Målvaktskast skall icke bollförande lag springa hem till egen målgårdslinje. Laget får ej gå upp i offensivt försvar, förrän då det bollförande laget har genomfört två passningarna (utkastet inräknat), eller då bollen kommit över på offensiv planhalva.	-Anfallande målvakt får tid på sig att passa ut bollen. -Försvarearna lär sig att springa hem direkt vid avslut. (det kommer sitta i ryggmärgen på försvarearna när de blir vuxna. På samma sätt som vi lär kontrare att sticka så fort skottet går)
7. Inga omfamningar (=låsningar) eller knuffar tillåts.	I försvaret vill vi att spelarna ska träna på fotarbete och att placera sig rätt samt att erövra bollen. Spelarnas perceptionsförmåga är för dåligt utvecklad i denna ålder för att spela anfallsspel mot fullkontaktförsvaret.