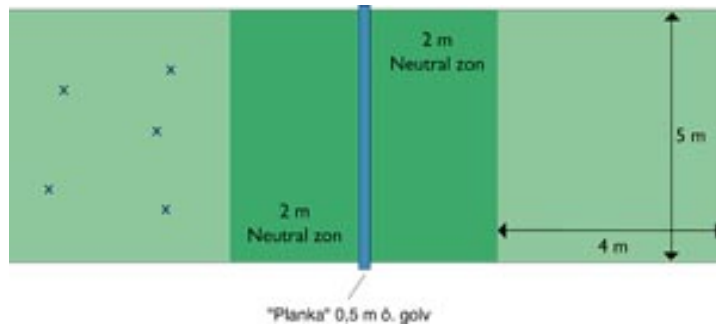


Rullboll

Inom handikappidrotten finns en mängd annorlunda idrotter. Dessa idrotter kan med fördel utövas bland såväl funktionshindrade som icke funktionshindrade. En av dessa är: Rullboll.



Spelidé. Bollar rullas för att passera motståndarlagets mållinje.

Spelplan. Spelfältet är 5 x 12 meter. Det är delat i två lika delar av en tung, minst decimeter-kvadratisk plank som är fast monterad på ett betryggande sätt. Plankan är 0,5 meter över golvet. Från markerad punkt finns båda sidor om plankan neutrala zoner 5 x 2 meter. Mållinjen på varje planhalva är bakre kortsida vid respektive planhalva.

Spelare. Maximalt antal spelare 10 (fem i vardera laget). Spelare får inte ha någon kroppsdel i neutral zon.

Redskap. Maximalt 10 bollar, ständigt i spel och en tung plank. Ett vollybollnät rekommenderas för att stoppa upp bollar som kastas. Spelarna skall ha armbågsskydd.

Spelet. Spelet utföres från sittande på golvet. Alla bollar måste rullas. Det är förbjudet att kasta bollen. Kastad boll innebär självmål och kan räknas som vinstpoäng för motståndarlaget. Match påbörjas på domarens signal och alla bollar får rullas samtidigt. Spelarnas uppgift är att både försvara och anfälla. En viktig försvarsplacering är vid de punkter på långsidan där de neutrala zonerna börjar. Spelare som bär glasögon bör inte sitta i första ledet. Spelare med vänsterarmsskador spelar på vänster sida för att kunna vara effektiva med högerarmsarbetet på högersidan. Så snart hela bollen passerat mållinjen är det mål. Boll som återstudsar till egen planhalva får spelas på nytt. Rullar sådan boll över egen mållinje är det självmål. Boll som stannar upp i ett uppsatt vollybollnät är fel och ger pluspoäng till motståndarlaget. Boll som stannar i neutral zon får inte hämtas. Boll som spelas utanför planen skall omedelbart in för fortsatt spel. Sådan boll tillerkännes det lag vars planhalva bollen spelats ut, oavsett det är mållinje eller neutral linje. "Bollkallar" behövs för att snabbt få utspelade bollar i spel igen.

Speltid. Spela i 5-minutersperioder. Det är ett krävande spel.

Domare. Två måldomare och en mittdomare, som räddar bollar över mållinje, i nät eller som studsar över plankan. Varje domare räknar poäng och meddelar ställningen regelbundet.

För vidare information kontakta [Ronny Thorstensson](#).