



## Aktivitet

Håndhockey (fra gameboosters.dk)



## Krav

To hold med 3-6 spillere på hvert hold. Skumbold, overtrækstrøjer, 4 kegler til markering af banen. Banens størrelse kan variere alt efter deltagerantal, fx en badmintonbane eller en volleybane.



## Beskrivelse

Spillet minder om hockey bare uden stave og med en anden bold. Bolden spilles langs jorden og man bruger sin arm som stav. Man scorer i et keglemål placeret på en baglinje, eller bare ved at skyde bolden ud over baglinjen. Hvis modstanderen parerer med benene, skal vedkommende uden for banen og lave en straf fastsat inden spillets start.

Bolden må gribes i luften. Man spiller videre ved at lægge bolden på jorden, der hvor man greb den. Man må ikke parere med ben og fødder - gør man det, skal man forlade banen, og må først komme ind igen, når man har udført en "straf" eller når det andet hold har scoret eller efter et bestemt tidsrum (fx 30 sekunder). Lav klare aftaler om reglerne inden spillet starter. En straf kunne fx en løbetur rundt om banen, 10 mavebøjninger, 10 jongleringer. Straffen aftales inden kampen går i gang og ergældende hele tiden.

Ved indkast skal bolden lægges på jorden og slås i gang med hånden.

