

MINIKRACHTBAL



Minikrachtbal is een spelvorm die ontwikkeld werd door de Vlaamse Krachtbalfederatie vzw.

Het spel wordt gespeeld op een relatief klein terrein (zie schema onder – cfr. volleybalveld) en is eenvoudig door zijn beperkte spelregels.

Doel van het spel: vanaf de werplijn de bal op de grond proberen te gooien in het doelgebied van de tegenstrever (= doelpunt). De toegestane werptechnieken zijn: bovenhandse worp of nekworp en de rùgwaartse worp. Ongeacht de werpwijze: doelpunt = 1 punt.

Spelregels:

- 2 ploegen van 4 spelers. Het aantal wisselers is onbeperkt, er mag gewisseld worden na een doelpunt.
- Men mag gedurende 5 seconden in gelijk welke richting passen geven naar medespelers. Passen is niet verplicht. Langer dan 5 seconden passen heeft balverlies tot gevolg.
- Dezelfde speler mag nooit twee keer na elkaar gooien. Krijgt de speler die net voordien gooide toch de bal dan moet nog een pas gegeven worden. Bij fout: balverlies.
- De speler met de bal, loopt tot aan de werpplaats en probeert te scoren (voorbij de werpplaats lopen om te gooien = balverlies). Tot en met 5^e leerjaar werpen vanaf werplijn (stippellijn). Afstand werplijn: 1e-2e graad basisonderwijs: 3 meter van doellijn. 5e leerjaar: 1 meter voorbij de eigen doellijn. 6^e leerjaar vanaf de eigen doellijn.
- Je mag voor de doellijn staan om te verdedigen. Steeds 2 m. van de werplijn (= doellijn of ev. middellijn) blijven.
- Bal laten vallen in het eigen doelgebied = punt voor de andere ploeg - ploeg die bal liet vallen blijft in balbezit.
- Bal blokkeren voor doellijn = geen punt.
- Buitenspel:
 - * door verdedigers (bv. bal buiten duwen, bal vangen en over de zijlijn lopen,..) - aanvallende ploeg haalt de bal, geeft een pas naar medespeler en mag opnieuw aanvallen.
 - * aanvallers gooien de bal buiten (zonder dat de verdedigers de bal raken) - verdedigende ploeg haalt de bal, geeft ev. een pas en mag aanvallen.

www.krachtbal.be

Vlaamse Krachtbalfederatie vzw
P.a. Lange Vesting 112
8200 Brugge
050/45 40 09—info@krachtbal.be



Provincie
West-Vlaanderen
Door mensen gedreven

