

1. Planen och målen

- 1.1 Planen är en rektangel, 27 m lång och 12 m bred och består av ett spelfält samt två målgårdar.
- 1.2 Avbytarområdet omfattar hela sidan av spelfältet och är således 15 m långt och ca. 3 m brett, lagen har sina avbytarområden på olika sidor av planen.
- 1.3 Målen skall vara 3 m breda och 2 m höga.
- 1.4 I åldersklassen E används en extra ribba som gör målet lägre (1,7 m). Samma regel gäller även i åldersklasser för ännu yngre spelare.

2. Speltid

- 2.1 Speltiden är 2 x 10 minuter. Pausen är ca. 1 min. Speltiden kan variera beroende på antalet deltagande lag.
- 2.2 Båda halvlekarna börjar med ett domarkast.
- 2.3 Båda halvlekarna inleds vid ställningen 0-0.
- 2.4 Om ett lag vinner båda halvlekarna blir slutresultatet 2-0, poängfördelningen 3-0.
- 2.5 Om bägge lagen vinner var sin halvlek, eller om ställningen vid båda halvlekarnas slut är lika tillämpas sk. kontrångstävling dvs. en stråpastävling i kontrångsform, poängfördelningen 2-1 i vinnarens favör.
- 2.6 Om ett lag vinner den ena halvleken och slutställningen i den andra blir lika blir slutresultatet 1-0 och poängen fördelas 2-0 i vinnarens favör.

3. Lagen

- 3.1 Lagen får bestå av maximalt 12 st. spelare. I A- och B-juniorklasserna finns samtidigt 3 utespelare samt målvakt. I C-E-juniorklasserna är spelarantalet 4 utespelare samt målvakt.
- 3.2 Spelarna bör vara barfota eller ha sockor på fötterna. Skor är förbjudna!

4. Målvakten

- 4.1 Målvakten får delta i spelet. Han/hon bör avlägsna sig från målområdet utan boll.
- 4.2 Målvakt får enbart bytas i målområdet.
- 4.3 Om målvakten gör mål som utespelare får man en tilläggs-poäng för detta mål. 4.4 Om målvakten vid kontrångstävlingen gör mål från målgården får laget för detta mål 2 poäng. Annars får laget en poäng om målvakten gör mål från sin egen målgård.
- 4.5 Efter mål sätter målvakten igång spelet med målvaktskast från målgården.

5. Målområdet

- 5.1 Bollen är alltid spelbar då den är på marken, även innanför målgården. Spelaren får dock inte stiga på eller röra marken innanför målgården.

6. Bollens spelbarhet

6.1 Man får kasta sig efter bollen.

6.2 Man får INTE ta 3 steg till om bollen läggs på marken så att samma spelare tar upp den igen inom 3 sekunder! Det är dock tillåtet att studsa bollen.

7. Mål

7.1 Hela bollen bör vara över mållinjen för att målet skall gälla. "Vanliga" mål ger 1 poäng.

7.2 En tilläggs-poäng får man vid följande tillfällen: 1) om målet görs som en "japanare", dvs. i luften. 2) om målvakten gör målet som utespelare. 3) om målet är ett 7-meters kast. (en poäng fås p.g.a. regelförseelsen, samt en poäng ifall 7-meters kastet går i mål). 4) om målet görs av målvakten vid "ensam-mot-målvakten"-tillfällen från egen målgård. Mao. ger mål gjorda på dessa sätt 2 poäng.

7.3 Två tilläggs-poäng får man vid följande tillfällen: 1) om målvakten gör en "japanare", dvs. i luften, som utspelare. 2) om en utspelare gör mål med huvudet, dvs. "nickar" bollen i mål. Mao. ger mål gjorda på dessa sätt 3 poäng.

7.4 Tre tilläggs-poäng får man då målvakten gör mål med huvudet som utspelare. Mao. får man 4 poäng för ett dylikt mål.

8. Bestraffning

8.1 Ett lag kan maximalt få en varning per match, efter denna varning tillämpas strängare bestraffning. Varningar ger inte upphov till att motståndaren får poäng.

8.2 Vid en två minuters utvisning behöver inte spelaren lämna planen, däremot får motståndarlaget 1 poäng.

8.3 Efter två utvisningar blir ifrågavarande spelare diskvalificerad från matchen och motståndaren beviljas 2 poäng. En avstängd spelare får dock ersättas med en ny spelare.

8.4 En direkt diskvalifikation på grund av grov regelförseelse eller grovt osportsligt uppträdande gäller för resterande speltid, även i detta fall beviljas motståndaren två poäng.

8.5 Vid utdömt 7-meters kast får det anfallande laget en poäng. Dessutom får det anfallande laget ytterligare en poäng ifall 7-meters kastet går i mål.

9. Frikast

9.1 Frikasten utförs från det ställe där förseelsen skett, dock minst en (1) meter från målgårdslinjen.

10. Inkast

10.1 Inkast får ej direkt kastas i mål.

10.2 "Hörnkast" utförs inte. Ifall bollen hamnar utanför målvaktsområdet via en försvarsspelare fortsätter spelet med målvaktskast.

11. Kontringstävling

11.1 Om matchen inte avgjorts under reguljär speltid fortsätter spelet med en kontringstävling runda. Varje lag tar ut 3 spelare, som var för sig växelvis med motståndarlagets spelare skall kasta. Om en målvakt tas ut som utspelare så är han/hon utspelare och en annan spelare tas ut som målvakt. När

man börjar en omgång i kontringstävlingen skall bägge målvakterna stå på egen mållinje. Den spelare som börjar skall stå med sin ena fot på den punkt där målgårdslinjen korsar sidlinjen. Spelaren kan välja fritt om han/hon vill börja på den högra eller vänstra sidan på spelplanen. På domarens signal spelar han bollen till sin egen målvakt som skall stå på mållinjen. Bollen får inte beröra underlaget. När bollen har lämnat kastarens hand är det tillåtet för bägge målvakterna att röra sig framåt. Den målvakt som utför kastet får inte lämna sin egen målgård. Senast 3 sekunder efter att målvakten har mottagit bollen skall han/hon antingen kasta bollen direkt mot motståndarnas mål, eller passa den till sin medspelare. Denne skall greppa bollen utan att den har berört underlaget och försöka kasta den regelrätt i motståndarnas mål. Det är förbjudet att studsas bollen. För godkänt mål beviljas laget en (1) poäng. Om målet görs som en "japanare" av utespelaren, dvs. i luften, eller om målvakten kastarmottagit bollen direkt i motståndarmålet utan att bollen berör spelplanen får laget en tilläggs-poäng, dvs. två (2) poäng.

11.2 Om försvarande målvakt regelvidrigt räddar mål vid en kontringstävling skall straff utdömas. Om straffet går i mål får laget tre (3) poäng. Även utvisningar kan dömas.

11.3 Om matchen inte avgörs efter den första omgången med tre försök till varje lag, fortsätter man genom att ta ut en spelare i taget i varje lag, som skall delta i en ny omgång. Laget får använda samma tre spelare som under de tre föregående försöken. Efter att dessa tre kastat bör dock de övriga spelarna i laget få var sitt utförande förrän de tre spelare som inledde kontringstävlingen får användas igen. I en sådan omgång är matchen avgjord, om det efter lika många kast för varje lag skiljer ett mål mellan lagen.

12. I övrigt gäller det Finska Handbollsförbundets regelverk.