



MIKRABA

Na competitiekrachtbal, minikrachtbal en strandkrachtbal is er nu ook krachtbal op maat van de allerkleinste competitiepelers, de mikraba's (minikrachtballers)

Doelstelling: op een leuke niet competitieve manier kennis maken met de krachtbalsport dmv wedstrijdje tegen leeftijdsgenoten. Het spel beoogt de ontwikkeling van zowel de offensieve als defensieve mogelijkheden van alle spelertjes. Daartoe promoten wij om alle spelertjes tijdens de wedstrijden zoveel mogelijk van alle aspecten te laten proeven. Bvb. leren werpen, leren vangen,.... Resultaatgericht spelen wordt afgeraden!

Er wordt gespeeld met een bal van 1kg en 4 worpen. De spelers zijn ouder dan 6 jaar en jonger dan 10 jaar.

Het veld is qua indeling identiek aan het krachtbal voor 'de groten' maar de afstanden variëren .

1. De afstand tussen de doellijnen is 18 meter.

2. De afstand tussen de vrije worplijnen is 12 meter

3. De afstand tussen de doellijn en vrije worplijn is 3 meter (*cfr. minikrachtbal*)

Ook de spelregels zijn in grote lijnen dezelfde als bij het competitiekrachtbal. Om het spel te vereenvoudigen wordt uitzondering gemaakt voor:

- Vervangingen: er mag doorlopend vervangen worden.
- Buitenspel t.h.v. het eigen doelgebied: de inworp vanuit de inworphoek valt weg. Zowel bij aanvallen als bij de verdedigende ploeg. Bij buitenspel ter hoogte van het doelgebied wordt de bal via passen naar de volgende werper gebracht.
- Wedstrijdduur: afhankelijk van het aantal ploegen en de beschikbare tijd.

KRACHTBAL

TOFFE SPORT

Meer info:

WWW.KRACHTBAL.BE

INFO@KRACHTBAL.BE

0032474849914



Koninklijke
Vlaamse Krachtbalfederatie vzw



Met steun van de
Vlaamse overheid

