



Handbollförbundet Öst Parabollen 2026

TÄVLINGSBESTÄMMELSER

Parahandboll riktar sig till handbollsspelare med kognitiva funktionsnedsättningar så som intellektuella funktionsnedsättningar (IF) och neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) och till spelare med lättare fysiska funktionsnedsättningar (där spelaren ej är beroende av rullstol som förflyttningshjälpmedel) som på grund av funktionsnedsättningen inte kan delta på lika villkor inom den traditionella handbollen.

Formen spelas på traditionellt sätt med vanliga handbollsregler. Ledsagare kan finnas på planen men ingår inte i laguppställningen. Spelet anpassas efter spelarnas funktion och förmåga.

Representation

Parahandboll bjuder in till spel med mixade lag: flickor/damer och pojkar/herrar spelar tillsammans. Parahandboll delas upp i två åldersnivåer: spelare upp till U11 spelar barnhandboll medan spelare från 12 år och uppåt spelar ungdoms-/seniorhandboll. I Parabollen 2026 erbjuds enbart en åldersklass. Om anmält lag har yngre spelare än 11 år, är dessa också välkomna att delta. Men ska vara förbereda på att möta äldre spelare.

Syftet med indelningen i klasser är att skapa anpassade tävlingsmöjligheter baserade på spelarens individuella funktion och förmåga.

Parabollen 2026 bjuder in till Blå och Gul klass.

Blå klass: Spelformen är på hög nivå och traditionella handbollsregler kan följas och respekteras. Undantag i regler kan förekomma om behov föreligger. Spelarna har god speluppfattning i kombination med en god fysisk förmåga. Spelarna är i behov av rak och tydlig kommunikation.

Gul klass: Spelformen är på en lägre nivå och handbollsregler kan komma att anpassas. Spelare kan behöva extra stöd i form av ledsagning i samband med att de finns på spelplan. Spelarna har mindre speluppfattning och är i behov av tydligare kommunikation. Spelaren kan omfattas av en fysisk lägre förmåga.

Behov av ledsagning: Vissa spelare kan, för att det ska vara möjligt att delta, behöva ledsagare. Ledsagaren ska inte delta i spelet utan endast möjliggöra för den aktiva spelaren att delta.

Inbjudan och anmälda lag

Inbjudan till Parabollen skickas till tävlingsansvariga i föreningar tillhörande Handbollförbundet Öst som bedriver Paraverksamhet. Tävlingen genomförs med ett minimum på tre (3) lag i samma tävlingsklass.

Anmälningsavgift

Sanktionerad av Handbollförbundet Öst.

Kostnad för urdragning och walkover (WO)

Om en förening drar ur ett anmält lag ur Parabollen belastas föreningen med en administrativ avgift

som motsvarar 1000 kr. Lag som uteblir från en match belastas med en WO-avgift och resultatet i matchen skrivs till 0-10. Vid lagets andra WO utesluts laget från fortsatt deltagande i tävlingen och belastas med en urdragningsavgift som motsvarar en anmälningsavgift.

Kostnader urdragnings: 1000 kr
Kostnader Walkover (WO): 500 kr

Domare

Domare under samtliga matcher i Parabollen tillsätts av Handbollförbundet Öst. Precis som i seriespelet har domarna rätt till reskostnadsersättning och matcharvode. Domarnas arvode bekostas av deltagande lag genom kostnadsfördelning efter genomförd cup.

Funktionärer

Domare som inte dömer aktuell match, bemannar klockan.

MATCHER

Målsättning är att skapa grupper i Blå- och Gul-klass. Vid för få anmälda lag i den ena klassen, får lagen förfrågan och i stället delta i den andra klassen. Beroende på antal anmälda lag har HF Öst målsättning att i Blå Klass erbjuda gruppspel samt ett komprimerat slutspel och i Gul klass erbjuda gruppspel. Som arrangör av Parabollen kommer HF Öst att anpassa spelprogrammet och upplägget på det sätt som vi anser är bäst för tävlingen och deltagande lagen. Denna information kan därmed uppdateras utifrån antalet anmälda lag.

Speldag

Lördag 18 april 2026

Spelplats

Vikingahallen, Märsta

Speltid

2x10 min alt 2x15 min beroende på antal anmälda lag.

Serieutfall i gruppspel

I alla gruppspel tilläts oavgjorda resultat. När sluttabellerna beräknas gäller följande:

1. Poäng
2. Inbördes mötet mellan direkt berörda lag (1 Poäng 2. Målskillnad 3. Antal gjorda mål).
3. Målskillnad (Totalt)
4. Flest antal gjorda mål (Totalt)
5. Lottning (verkställs av HF Öst)

Förlängning i Parabollen

I matcher av utslagskaraktär som slutar oavgjort gäller följande:

1x5 min. Är det fortfarande oavgjort efter förlängningsperioden avgörs matchen med hjälp av straffar. Bäst av tre, därefter en vardera tills det går att skilja lagen åt och få fram en segrare.

Timeout

Inga timeouter förekommer i Parabollen.

Protokoll

EMP används inte i Parabollen. Funktionärer bistår med matchklocka och resultaträkning i samband med match. Efter avslutad match rapporteras resultat in i Profixio.

Tröjfärger

Varje lag tar med sig ordinarie matchställ samt ett reservställ i avvikande färg. Vid lika matchställ byter det lag som i spelschemat står som bortalag.