



# ATT ARRANGERA EN HANDBOLLSFESTIVAL LIGHT

Nedan följer information om vad som krävs av er som arrangerande förening vid en Handbollsfestival Light.

**Inför en Handbollsfestival Light är det arrangerande förenings ansvar att göra en planering inför dagen gällande följande delar:**

**Domare:** Ha en plan för vilka som ska döma minihandbollsmatcherna. Det kan vara ungdomsspelare i klubben eller ledare för de lag som deltar som inte spelar för stunden. Viktigt att tänka på är att de som dömer snarare leder/lär barnen hur de ska spela handboll än dömer matcherna. De ska också ha koll på de särskilda reglerna för minihandboll.

**Uppvärmning:** Arrangerande förening väljer vilken typ av uppvärmning ni ska ha på er festival Light. Om möjligt är en hinderbana en rolig uppvärmningsaktivitet. Tänk på att ha minst två, om möjligt tre, spår av banan då det är många deltagande barn och vi om möjligt vill slippa köer.

Har ni inte tillgång till material för att bygga en hinderbana eller känner att ni är för många deltagande lag för att det ska flyta på bra (kan vara svårt att få flyt vid 10 deltagande lag) så kan ni givetvis planera en annan uppvärmning. Det kan vara att ta sig över planen (långsida till långsida) och göra olika bollmotoriska övningar (rulla, studsa, kasta/fånga), stå på stället och göra olika övningar med och utan boll eller varför inte en gemensam uppvärmningsdans?

Tips på bollmotoriska övningar finns i *SHF:s övningsbank för Handbollsfestivaler* <https://www.svenskhandboll.se/handboll-i-sverige/forening/handbollfestival/ovningsbank> .

**Musik (valfritt):** Om ni har möjlighet och vill så kan det vara kul att kunna spela musik i hallen under uppvärmningen.

**På arrangemangsdagen är det arrangerande förenings ansvar att:**

- I förväg bygga upp en hinderbana om ni väljer att ha det som uppvärmning.

- Märka upp planerna inför matchspelet (Plan 1 och Plan 2 och i vissa fall Plan 3).
- Se till att spelschema finns uppsatt eller att tillgå på annat sätt.
- Hälsa deltagande lag välkomna och visa dem rätt till omklädningsrum/i hallen.
- Initiera ett ledarmöte 10 minuter innan festivalens start för kort gå igenom dagen tillsammans. Det ni vill ha hjälp med av deltagande ledare är:
  - *Sprida ut er runt uppvärmningsbanan/i hallen vid övrig uppvärmning för att peppa och ev. hjälpa barnen.*
  - *Ev. vill ni ha en ledare per match som dömer. Det avgör ni dock själva om ni som ledare turas om att döma när ni själva inte coachar eller om ni har ungdomar i klubben som dömer.*
- Samla alla barn och ledare till den gemensamma samlingen. Där går ni kort igenom vad som kommer att hända under dagen (långt ifrån alla barn kommer att veta detta).
- Hålla koll på tidsschemat och meddela alla deltagare när det är dags för byte av moment:
  - Efter uppvärmningen är det ju dags för matchspel. Då samlas barnen med sina ledare i respektive lag.
  - När matchpasset är avklarat är det dags för den gemensamma avslutningen, gärna med en rolig lek. Vi har tidigare kört "Morotslandet". Då är barnen morötter som växer huller om buller i ett morotsland. De lägger sig då samlade runt mitten och ser då till att hålla tag om varandra (händer, fötter, hur de vill). Ledarna ska sedan hjälpas åt att försöka dra upp morötterna ur landet = dra isär barnen. Det brukar vara uppskattat 😊
- Se till så att det är en god stämning i hallen under matcher och övningar.

**Det var nog det hela. Stort lycka till och hoppas att allt flyter på under dagen. De Handbollsfestivaler vi har haft tidigare har varit väldigt lyckade och uppskattade! 😊**

Har ni frågor inför Handbollsfestivalen tveka inte att ta kontakt med oss:



[jenny.granstrom@handbollvast.se](mailto:jenny.granstrom@handbollvast.se)