

Beachhandball ist die „coole Schwester“ des Hallenhandballs. Gespielt wird auf Sand – meistens barfuß unter freiem Himmel.

Teams und Spielfeld

- Jedes Team besteht in der Regel aus 10 bis 12 Spielern und darf **4 Spieler*innen gleichzeitig** (3 Feldspieler*innen + 1 Torwart*in) einsetzen.
- Das Spielfeld ist 27 Meter lang und 12 Meter breit mit Handballtoren an beiden Längsseiten.

Spielzeit

- Ein Spiel besteht aus **2 Halbzeiten à 10 Minuten**.
- Jede Halbzeit beginnt mit einem Hochball und zählt **einzeln**. Wer eine Halbzeit gewinnt, bekommt **1 Punkt**.
- Steht es am Ende einer Halbzeit unentschieden, entscheidet – nach erneutem Hochball – das nächste Tor („**Golden Goal**“).
- Gewinnt jedes Team eine Halbzeit, entscheidet ein spektakuläres **Shoot-Out!**

Fliegende Wechsel und Shooter – das Herzstück im Beachhandball

Im Beachhandball dürfen Spieler*innen **jederzeit und ohne Unterbrechung** wechseln – sogenannte **fliegende Wechsel** sind ausdrücklich erlaubt und gewünscht. Dabei darf der neue Spieler oder die neue Spielerin erst ins Feld, **nachdem** der oder die Ausgewechselte es über die eigene Auswechselzone vollständig verlassen hat. Der/Die Torwart*in oder ein farblich entsprechend gekennzeichnetes Teammitglied („**Shooter**“) kann sich im Angriff voll ins Spielgeschehen einbringen. Wechselt er/sie rechtzeitig zurück, bleibt das eigene Gehäuse nicht unbesetzt. Das ermöglicht kreative Angriffe.

Tore zählen anders

Im Beachhandball gibt es 1- und 2-Punkte-Tore:

1 Punkt:

Normales Tor aus dem Spiel heraus.

2 Punkte:

- Tor durch den „**fliegenden Torwart**“ oder „**Shooter**“,
- **Kempa-/Inflight-Tor** (Pass in der Luft fangen + Wurf noch in der Luft),
- **Pirouetten-Tor** (360°-Drehung + Wurf noch in der Luft),
- **Sechsmeter-Tor**.

Fairness ist das A und O

- Körperkontakt ist **deutlich eingeschränkt** – kein Stoßen, Halten oder Schieben!
- Der Ball darf **im Stand nicht länger als 3 Sekunden in der Hand gehalten** oder **mit dem Fuß** gespielt werden.
- Feldspieler*innen dürfen **mit dem Ball** in der Hand **maximal 3 Schritte** gehen, bevor sie abspielen oder werfen müssen.
- **Ein Schritt** ist dabei entweder **das Aufsetzen eines oder das zeitgleiche Aufsetzen beider Füße**.
- Um den Ball zu **prellen** und so weitere drei Schritte machen zu dürfen, kann der Ball **einmalig pro eigenem Ballbesitz** auf den **Boden gelegt** und wieder **aufgenommen** werden (der Ball muss dafür kurzzeitig vollständig losgelassen werden).

- Liegt der Ball innerhalb des 6-Meter-Raums, ist es auch Feldspieler*innen erlaubt diesen aufzunehmen, solange sie dabei mit keinem Körperteil den Raum berühren
- (Wiederholtes) unsportliches Verhalten = direkte Hinausstellung, bei Kindern meist nur **Ermahnungen** oder ein kurzes Gespräch.
- **Respekt** gegenüber Gegner*innen, *Schiedsrichter*innen und Zuschauer*innen* steht an erster Stelle.

Shoot-Out – Das große Finale beim Unentschieden

Wenn jede Mannschaft eine Halbzeit gewinnt (1:1), kommt es zum **Shoot-Out**.

Dabei bestimmt jedes Team fünf Werfer*innen, die abwechselnd versuchen, den Ball im direkten Duell mit dem/der gegnerischen Torhüter*in und nach folgenden Regeln im Tor zu verwandeln:

1. Von einem Schnittpunkt der Seitenauslinie und der 6-Meter-Linie des eigenen Torraums aus startend, spielt der/die Werfer*in einen Pass zum/zur mit mindestens einem Fuß auf der Torlinie stehenden Torwart*in.
2. Diese/r spielt einen Rückpass in den Lauf des/der auf das gegnerische Tor Zulaufenden.
3. Der anschließende Wurf muss **in einer Bewegung** und mit nicht mehr als drei vorangegangenen Schritten aufs Tor kommen – gerne auch trickreich per Pirouetten- oder Kempa-Tor!

Berührt der Ball zu irgendeinem Zeitpunkt vor dem Wurf den Sand, ist der jeweilige Versuch ungültig.

Steht es nach den Würfen der fünf Schütz*innen beider Teams noch unentschieden, haben beide Teams solange jeweils einen Versuch, bis ein Team mehr Punkte auf dem Scoreboard stehen hat.

Für die Jüngsten – E-Jugend- und Mini-Teams

Unsere E-Jugend- und Mini-Teams spielen vereinfacht.

Sonderregeln für Mini-Teams:

- Niedrigere Tore;
5 Feldspieler*innen + **1** Torwart*in;
- Jedes Tor zählt 1 Punkt;
- **Kein Shoot-Out** bei Unentschieden nach Spielende;
- Fokus auf **Spaß, Bewegung** und **erste Beachhandball-Erfahrungen**.

Sonderregeln für E-Jugend-Teams:

- Niedrigere Tore;
- **4** Feldspieler*innen + **1** Torwart*in;
- Shoot-out = Werfer*in startet auf Höhe der Spielfeldmitte vom Spielfeldrand und spielt Doppelpass mit in der **Spielfeldmitte** stehendem Coach oder Feldspieler*in;
- Auch hier stehen Ergebnisse nicht im Fokus – sondern das **gemeinsame Spiel**.

Zum Schluss: Was Beachhandball auszeichnet

Beachhandball ist mehr als nur Handball im Sand – es ist ein **spektakuläres, kreatives** und **fares Spiel**, das **Spielfreude** in den Mittelpunkt stellt. Was den Sport besonders macht, ist die **Punktwertung für besondere Tore**: Wer trickreich trifft – etwa mit einem **Kempa-Trick**, einer **360°-Drehung** oder als „**fliegender Torwart**“ – wird mit 2 Punkten belohnt.

Außerdem steht der **Teamedanke** stark im Vordergrund: Schnelles Umschalten, gegenseitiges Unterstützen und fairer Umgang miteinander prägen das Spiel. Dazu kommt die entspannte Atmosphäre am Spielfeldrand, barfuß im Sand, unter freiem Himmel – Beachhandball ist **Emotion, Bewegung** und **Miteinander** in einem.

Wenn ihr Fragen habt: Unsere Trainer*innen, *Schiedsrichter*innen* und Helfer*innen stehen hierfür gerne zur Verfügung.

Viel Spaß und Erfolg im Sand!

Euer TSV Hahlen