

# Goalball

Desværre er det et faktum, at synshandicappede bevæger sig og motionerer mindre end seende. Det uvurderlige fællesskab, som man oplever ved at være medlem af en idrætsforening, går mange blinde/svagsynede glip af og det har stor betydning for udvikling og trivsel. Det at være fysisk aktiv og deltagende i en holdsport styrker de sociale evner, kommunikation, fysisk udfoldelse, selvtillid og selvværd.

Goalball er en holdsport for blinde og svagsynede, hvor man kan spille og være på niveau med de øvrige spillere.

## Om goalball

Goalball er en international, dynamisk og intensiv hold- og boldsport for blinde og stærkt svagsynede, der giver sved på panden. Goalballspil er hurtigt og udfordrer spillerne fysisk og mentalt. En goalballkamp spilles på en bane, der er 9x18 meter, på størrelse med en volleyball bane og hvor hele baglinjen udgør målet. Holdene befinder sig hele tiden på egen banehalvdel. Spillerne orienterer sig på banen ved hjælp af linjerne, som er 3 mm høje, så man kan føle dem. Der spilles med en gummibold på størrelse med en basketball blot tungere og med bjælder i, hvilket betyder at spillerne kan høre, hvor bolden er.

Et hold består af fem-seks spillere, men der er kun tre spillere af gangen på banen. Alle spillere er både forsvars- og angrebsspillere. Formålet med spillet er, at hvert hold forsøger at score mål hos modstanderen, mens denne forsøger at hindre dette. Man kaster bolden langs gulvet og spillerne lytter og bruger hele deres krop til at forsvare målet med. Spillernes evne til at kommunikere og samarbejde er væsentlig for oplevelsen og glæden ved spillet.

Hver spiller skal uanset evt. synsrest bære en speciel maske, der gør, at ingen kan se noget. Udover maske bruger spillerne lange målmandsbukser, trøjer, knæ-, albue og hoftebeskyttere og evt. skridt- eller brystbeskyttere.

Danmark har både et kvinde- og herrelandshold, som har vundet flere medaljer ved både VM, EM og PL (paralympiske lege).



Der er mulighed for at dyrke goalball flere steder i Danmark:

### **Roskilde og København**

Blinde og Svagsynedes Idrætsforening

Kontakt: Træner Ricky Nielsen 22 22 61 59

<http://bsi-klub.dk/>

Facebookgruppen: bsi-goalball <https://www.facebook.com/groups/364421743729448/>

### **Odense**

Kontakt: Leif Torstensen 51 59 67 49

<https://parasport.dk/klubber/klubsoegning/goalball-klub-odense-handicapidraetsforening-4058/>

Facebookgruppen: Goalball i Odense for unge

<https://www.facebook.com/groups/1579337605631017/>

### **Aalborg**

Kontakt: Caspar Størup Gregersen 26 19 14 37

<https://ihaalborg.dk/idr%C3%A6tter/goalball/>

Facebookgruppen: Goalball Aalborg

<https://www.facebook.com/groups/828868387234332/>

## **Aarhus**

Kontakt: Nicolai Dahl Hansen 22 95 11 18

<https://lavia-aarhus.dk/goalball/>

Facebookgruppen: Aarhus Goalball Danmark [https://www.facebook.com/Aarhus-Goalball-Danmark-101145874777298/?\\_\\_tn\\_\\_=%2Cd%2CP-R&eid=ARB64zbusRi2rgFZ-n61JJZ1Wg5ry76GnDfx7DLPm5BPoR91T5TCDMxUxkEBkHy2s3Yl3ctCjdHaPOr](https://www.facebook.com/Aarhus-Goalball-Danmark-101145874777298/?__tn__=%2Cd%2CP-R&eid=ARB64zbusRi2rgFZ-n61JJZ1Wg5ry76GnDfx7DLPm5BPoR91T5TCDMxUxkEBkHy2s3Yl3ctCjdHaPOr)

## **Parasport Danmark**

<https://parasport.dk/idraetter/goalball/>

<https://parasport.dk/kalender/goalball-25/>