



Handboll

September 2011

# mått bok

måttuppgifter för  
fritidsanläggningar



---

## Förord

Måttboken är sedan 1970-talet en produkt som Sveriges Kommuner och Landsting ger ut där tävlingsmått för ett antal idrotter behandlas tillsammans med en allmän del.

Den allmänna delen innehåller:

- Regler, normer, standard
- Färger, ljusreflektans, glans
- Förråd för idrotter
- Belysning
- Ljudmiljö
- Omklädningsrum
- Läktare

Måttbokens syfte är att vara ett stöd till arkitekter, anläggningsägare, idrottsföreträdare och andra kring hur idrottsmiljöer och idrottsanläggningar kan byggas. I samtliga fall, oavsett det handlar om nybyggnation eller renovering, är det viktigt att beakta vad anläggningen ska användas till och vilka behov användarna av den har. Måttboken behandlar tävlingsytan för ett antal idrotter och gör inte anspråk på att vara vägledande vad gäller säkerhetsfrågor.

Uppdatering av Måttboken genomförs varje år med hjälp av idrottsförbund och ett antal experter. Dessa granskar respektive del och anger önskade revideringar. Revidering av innehållet sker när behov uppstår, till exempel vid regeländringar, och hänsyn tas till ändringarnas omfattning, kostnader och tidsaspekter för genomförande.

I Måttboken används rubrikerna Regelmått och Lämpliga mått. Regelmått gäller t.ex. om anläggningen ska användas för internationella tävlingar eller spel i högre divisioner. I vissa fall innebär Regelmått ökade kostnader, t.ex. krav på höga fria höjder till innertak m.m. Angivna Regelmått omfattar utdrag ur tävlingsregler för de olika idrotterna.

De mått som anges under Lämpliga mått beskriver mått som gör anläggningarna användbara för utövande av respektive idrott, men som inte har de mått som krävs för att t.ex. arrangera internationella tävlingar eller elitävlingar.

Innan måtten på en anläggning bestäms bör anläggningsägaren avgöra hur den ska användas och vilka funktioner den ska fylla. Detta kan göras i samråd med de tänkta användarna som t.ex. skola, föreningsliv och självorganiserade. När detta är bestämt väljer anläggningsägaren de mått och funktioner som ger den mest effektiva användningen av anläggningen.

Vi vill också poängtera att det är anläggningens ägare, som bland annat av ekonomiska skäl, har det yttersta ansvaret för att avgöra utformningen på anläggningen.

Måttuppgifterna har granskats av idrottens specialförbund samt experter på området. Måttboken är tänkt att användas vid såväl nybyggnad och ombyggnad som vid upplinjerig av anläggningar.

---

---

Produktion: Sveriges Kommuner och Landsting  
Originalarbete: Ordförrådet AB

Mer information om Måttboken finns på hemsidan, [www.skf.se/mattboken](http://www.skf.se/mattboken)

På hemsidan finns en förteckning över Måttbokens alla delar, där framgår datum för aktuell version.

Måttbok: ISBN 91-7099-793-4. ISSN 1101-3052

Ändringar  
i förhållande  
till föregående  
utgåva är  
markerade  
med

••••••••



## HANDBOLL

Handboll spelas inomhus och utomhus.

Ett handbollslag för seniorer består av 14 spelare (2 målvakter och 12 utespelare). För juniorer och yngre högst 17 spelare. På spelplanen får finnas högst 7 spelare (1 målvakt och 6 utespelare). De övriga spelarna sitter jämte högst 4 ledare på avbytarbänk vid mitten på spelplanens ena långsida.

En handbollsmatch för seniorer spelas i 2 halvlek med 30 minuter för varje halvlek. För juniorer och yngre är speltiden kortare.

Minihandboll för pojkar och flickor upp till 10 år spelas på en mindre plan med boll och mål som är mindre än i vanligt handbollsspel.

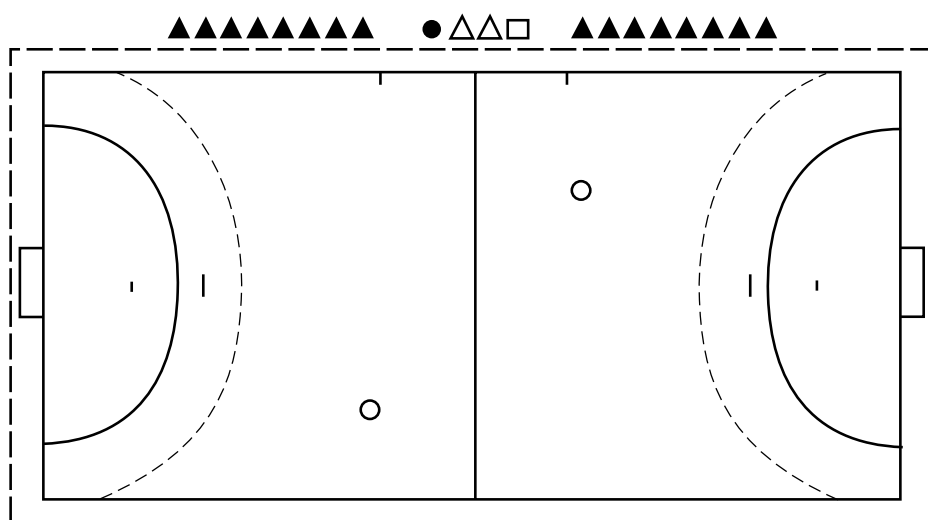
I minihandboll har man en målvakt och 4 utespelare.

### Vid tävling kan följande funktionärer förekomma:

- 2 domare
- 1 tidtagare
- 1 sekreterare (i matcher i lägre serier är samma funktionär både tidtagare och sekreterare)
- 1 speaker

### Placering av funktionärer, avbytare och lagledare:

- Domare
- △ Sekreterare
- △ Tidtagare
- Speaker
- ▲ Avbytare och lagledare
- Delegat



## Mått och markeringar

Alla mått i meter

### Lämpliga mått

	Bredd		Längd		Höjd
	A min	B	C min	D	H min
Nationella matcher	22*	20	43	40	7
Träning och motion	20	18	40	37	7
Minihandboll		11–12		18–20	7

\*Vid nybyggnad 23

Målet ska invändigt vara 3 m brett och 2 m högt. Nätets djup, mätt från målets framkant ska vara minst 0,8 upptill och minst 1,0 nedtill. Maskvidd max 0,10. Mål i minihandboll 2 m brett och 1,7 m högt invändigt.

### Mått-toleranser

Mått får avvika högst  $5 \times \sqrt{L}$  mm där L = måttet i m, oberoende av om måttangivelser sker med eller utan decimaler.

### Regelmått (I tävlingsregler föreskrivna mått)

	A	B	C	D
Internationella matcher	23	20	44	40

## Markeringar

Resultatmarkering:

- 2 x 2 siffror □□ □□
- Normaltidur

Linjebredd 0,05

Linjefärg gul

Minihandboll gul eller ljusbrun med linjebredd 0,025

### Linjering av sporthallar

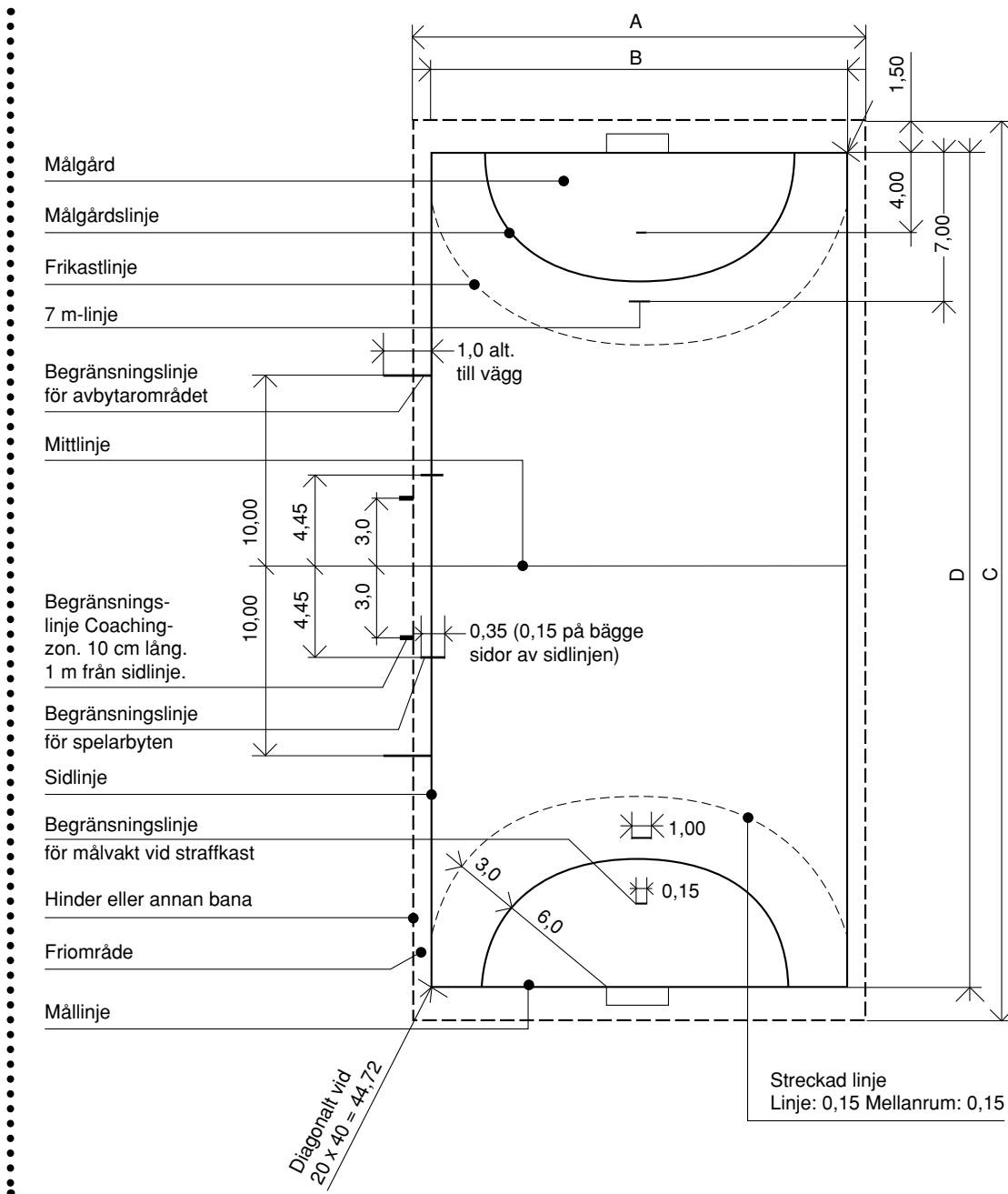
Många sporthallar används av flera idrotter och måste därför anpassas för detta. En del av denna anpassning är linjeringen. När det gäller linjering är det viktigt att första ställning till vad hallen ska användas till, vilka idrotter använder den och till vad – tävling och/eller motion. Måttbokens rekommendation är att samtliga anläggningsägare anpassar sin linjering efter anläggningens behov. I detta ingår att utesluta linjer för idrotter som inte använder hallen.

Vid linjering måste korsande linjer med olika färger accepteras men inte linjer som täcker varandra på annat sätt. Sådan övertäckning kan elimineras genom att hela banor förskjuts mer än en linjebredd åt något håll. Dessa förskjutningar bör planeras vid inmätning av fundament för nät och mål. För att behålla gemensam centrumlinje kan banor för basket, handboll och innebandy ändras något. Exempelvis kan handbollsplan förlängas 0,1 m för att undvika övertäckning mellan målgårdslinjen och basketbanans kortsidlinje. Banor för spel över nät – badminton, tennis, volleyboll – får inte ändras och inte heller målgårdar och strafflinjer i förhållande till mål eller korgar.

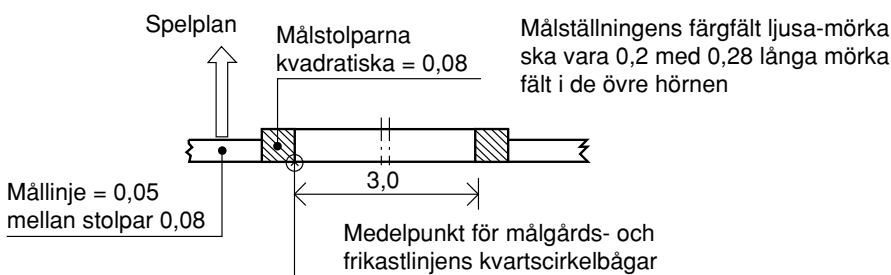
När det gäller i vilken ordning linjerna ska målas rekommenderas följande:

- |                                  |                           |
|----------------------------------|---------------------------|
| 1 Badminton (överst, målas sist) | 6 Innebandy               |
| 2 Tennis                         | 7 Futsal                  |
| 3 Basketboll                     | 8 Träningsplan Basket     |
| 4 Volleyboll                     | 9 Träningsplan Volleyboll |
| 5 Handboll                       | 10 Träningsplan Innebandy |

Detaljmått

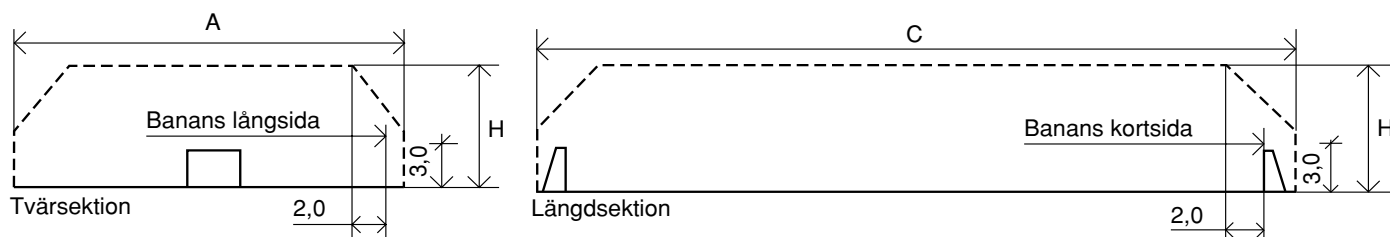


Detalj av mål



Måtpilsförklaring	
	Avstånd avser ytterkant
	Avstånd avser innerkant
	Avstånd avser centrum

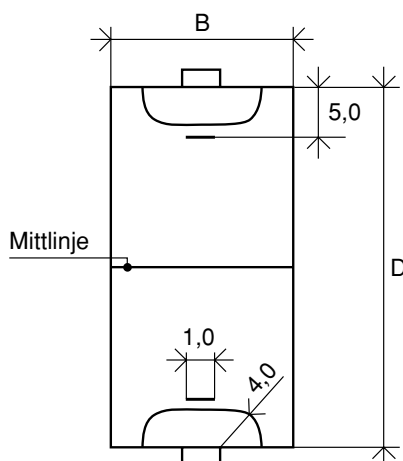
## Minsta innerprofil



## Minihandboll

Linjer kan tejpas.

2–3 planer kan placeras på tvären över en stor handbollsplan med 2 m avstånd mellan planerna. Stora handbollsplanens gula linjer kan då utnyttjas till miniplanernas kortsidlinjer och två av sidlinjerna. För små idrottshallar anpassas ytermåtten efter lokalens storlek.



## Belysning

Se allmänna avsnittet om belysning.

## Färger

Färger anges här enligt SIS färgatlas 01 91 02 baserad på NCS-systemet (Natural Colour System).

Väggarnas och golvens färger bör utgöra en lugn bakgrund till spelare och bollar och bör därför inte ha kontrasterande ytor som t ex ribbstolar eller reklamtexter med avvikande färg.

Om andra golvlinjer än vita ska förekomma bör golvet inte ha alltför starka kulörer eftersom kontrast mot de mer mättade linjefärgerna behövs för att de lätt ska kunna uppfattas.

### Lämpliga färger:

	Golv	Väggar	Linjer Handboll	Linjer Minihandboll
			gula	ljusbruna
Svarthet	10–30	30–60	00–10	30
Kulörhet	< 40	< 40	70–80	30
Kulörton	Valfri	Valfri	Y–Y20R	Y30R–Y40R
Ljusreflektans	> 40 %, helst > 50 %	< 40 %, helst 30 %		
Glans	< 20			

Exempel: 3050 – Y30 R = svarthet 30, kulörhet 50, 30 % rött i gulröd kulör