

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

1. Huvud- och ansiktsskydd

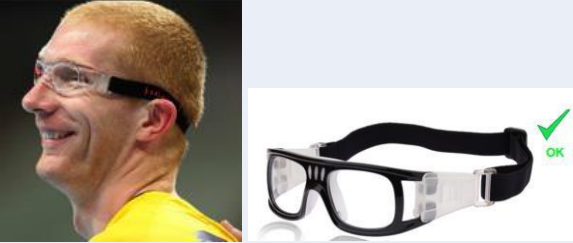



Skydd	Exempel	Beslut	Begränsningar	Kommentar
Masker		Inte tillåtet		Masker är inte tillåtna.
Hjälmor		Inte tillåtet		Hjälmor är inte tillåtna.
Nässkydd		Tillåtet	Endast mjuka, enfärgade material och tejp är tillåtna.	

2. Hårband





Exempel	Beslut	Begränsningar	Kommentar
	Tillåtet	Endast elastiska, tunna och åtsittande hårband är tillåtna	
	Inte tillåtet		Hårband som inte är tillräckligt tunna eller elastiska och som är för breda är otillåtna.

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

3. Glasögon

Exempel	Beslut	Kommentar
  	<p>Tillåtet</p>	<p>Sport-glasögon med speciella band, solida plastlinser, och bågar gjorda av silikon eller andra elastiska material är tillåtna.</p>
	<p>Inte tillåtet</p>	<p>Sportglasögon med hårda bågar och skalmar är inte tillåtna.</p>

4. Tandskydd

Exempel	Beslut	Kommentar
	<p>Tillåtet</p>	<p>Transparenta och enfärgade munskydd är tillåtna.</p>
  	<p>Inte tillåtet</p>	<p>Icke-transparenta och flerfärgade munskydd är inte tillåtna.</p>

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

5. Axelskydd och kompressionsärmar

Skydd	Exempel	Beslut	Begränsningar
<p>Axelskydd</p>		<p>Tillåtet</p>	<p>Axelskydd gjorda av mjuka och tunna material är tillåtna och kan vara i vilken färg som helst.</p>
<p>Kompressions- ärmar</p>		<p>Tillåtet</p>	<p>Kompressionsärmar i samma och/eller liknande färg som den huvudsakliga färgen på tröjan är tillåtna.</p>

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

6. Armbågsskydd

Skydd	Exempel	Beslut	Begränsningar	Kommentar
Armbågs- skydd		Tillåtet		Väl stoppade armbågs- skydd gjorda av mjuka och tunna material är tillåtna och får vara i vilken färg som helst.
Armbågs- stöd (tre kuddar och skyddande stoppning)		Tillåtet		Armbågsstöd med tre kuddar och skyddande stoppning är tillåtna. Kuddarna måste ha en buktande struktur för bättre rörelse och för att kunna glida mot golvet.
Neopren armbågs- stöd (enkel kudde och skyddande stoppning)		Tillåtet		Armbågsstöd av Neopren-material med en stor kudde och skyddande stoppning , är tillåtna. Kudden måste ha en buktande struktur för bättre rörelse och för att kunna glida mot golvet.
Arm- bågsskydd		Tillåtet	Armbågs- skydd är tillåtna om alla hårda delar är fullt täckta med skyddande stoppning eller liknande produkter (ingen fara för motståndare).	Armbågs- skydd gjorda av mjuka och tunna material är tillåtna och får vara i vilken färg som helst.



IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

Arm- bågsskydd		Inte tillåtet		Armbågsskydd med hårda delar är inte tillåtna.
-------------------	---	----------------------	--	---

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

7. Knäskydd

Skydd	Exempel	Beslut	Begränsningar	Kommentar
Knäskydd		Tillåtet	Knäskydd är tillåtna om alla hårda delar är fullt täckta med skyddande stoppning eller liknande produkter (ingen fara för motståndare).	Knäskydd gjorda av mjuka och tunna material är tillåtna och får vara i vilken färg som helst.
Knee protectors (single pad and protective foam)		Tillåtet		Knäskydd med en stor kudde och skyddande stoppning , är tillåtna och får vara i vilken färg om helst.
Neoprene knee supports (single pad and protective foam)		Tillåtet		Knäskydd av Neopren-material med en stor kudde och skyddande stoppning , är tillåtna. Kudden måste ha en buktande struktur för bättre rörelse och för att kunna glida mot golvet.
Knee protection		Inte tillåtet		Knäskydd med oskyddade hårda delar är inte tillåtna.



IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

8. Kompressionsstöd för vad

Exempel	Beslut	Kommentar
	Tillåtet	Kompressionsstöd för vad i samma färg som strumporna är tillåtna.
	Inte tillåtet	Kompressionsstöd för vad som inte matchar färgen på strumporna är inte tillåtna.

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

9. Fotledsskydd

Skydd	Exempel	Beslut	Begränsningar	Kommentar
Fotledsskydd		Tillåtet	Fotledsskydd är tillåtna om alla hårda delar är fullt täckta med skyddande stoppning eller liknande produkter (ingen fara för motståndaren). Skydden och tejen måste vara i samma färg som strumporna .	
Fotledsstöd med remmar		Tillåtet	Fotledsstöd med remmar är tillåtna om de inte innehåller några hårda delar . Skydden och tejen måste vara i samma färg som strumporna .	
Fotledsskydd		Inte tillåtet		Fotledsskydd är inte tillåtna om de innehåller några otäckta hårda delar eller om skydden eller tejen inte matchar färgen på strumporna .

IHF Spelregler:



Bestämmelser rörande skydd och utrustning

10. Kläder

Summering:

- Under speldräkten får spelarna bära kompressionsplagg såsom shorts, leggings eller långärmade tröjor. För synliga plagg gäller följande:
 - Plagg som bärs under tröjan måste vara i samma dominerande färg som tröjan.
 - Plagg som bärs under shortsens måste vara i samma dominerande färg som shortsens med undantag av svarta plagg som får bäras oavsett den dominerande färgen på shortsens.
 - Färgen på underkläder måste vara lika för alla spelare i samma lag.
 - Alla spelare i ett lag måste bära strumpor och dessa måste vara i samma färg.
 - All utrustning som bärs på underbenen (ex.vis vadmkompression, fotledsskydd etc.) måste vara i samma färg som strumporna.
 - Armbågs- och knäskydd får vara i vilken färg(er) som helst.

Nationella förbund ha rätt att tillämpa andra regler i lägre serier.

Utrustning	Exempel	Beslut	Kommentar
Huvud-duk avsedd för idrott		Tillåten	Enfärgade huvuddukar avsedd för idrott är tillåtna. Om flera spelare I ett lag använder huvudduk måste dessa vara i samma färg .
Huvudduk ej avsedd för idrott		Inte tillåten	Huvudduk som inte är avsedd för idrott är inte tillåtet

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

10. Kläder

Utrustning	Exempel	Beslut	Kommentar
Långärmade undertröjor		Tillåtet	Långärmade undertröjor i samma färg som den huvudsakliga färgen på tröjan är tillåtna.
		Inte tillåtet	Långärmade tröjor som inte matchar den huvudsakliga färgen på tröjan är inte tillåtna.
Korta underbyxor och värmebyxor		Tillåtet	Korta underbyxor och värmebyxor i samma färg som den huvudsakliga färgen på shortsens är tillåtna.
		Tillåtet	Korta underbyxor och värmebyxor som inte matchar den huvudsakliga färgen på shortsens är inte tillåtna med undantag för svarta underkläder.
Långa benkläder		Tillåtet	Målvakten får bära långa shorts, tights, byxor, underbyxor och/eller långa kompressionsbyxor/tights.

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

10. Kläder

Utrustning	Exempel	Beslut	Kommentar
<p>Långa benkläder</p>		<p>Tillåtet</p>	<p>Utespelare får bära långa shorts, tights, byxor, underbyxor och eller kompressionsbyxor/tights.</p>
<p>Strumpor</p>		<p>Tillåtet</p>	<p>Strumpor måste vara i samma färg-</p>
<p>Tröjor</p>		<p>Tillåtet</p>	<p>Tröjor avsedda för utspelare som agerar som målvakt måste vara identisk med målvaktströjan, d v s hål för nummer på fram- och baksida täckt med genomskinligt material (inga hål är tillåtna).</p>

IHF Spelregler:





Bestämmelser rörande skydd och utrustning

11. Tillbehör

Utrustning	Exempel	Beslut	Begränsningar	Kommentar
Örhänge och piercing		Tillåtet	Små örhängen och piercing är tillåtna Om de är helt täckta med tejp.	
		Inte tillåtet		Örhängen och piercing som inte är helt täckta med tejp är inte tillåtna.
Hårnålar		Tillåtet	Hårnålar av mjukt material är tillåtna. Hårnålar av metall och/eller plast måste tas bort eller helt täckas av tejp.	
Lagkaptensbindel		Tillåtet	Endast enfärgade lagkaptensbindlar är tillåtna.	SHF: Förbundsstyrelsen har beslutat att tillåta flerfärgad lagkaptensbindel vid nationella matcher i Sverige.
Korta armband	 	Tillåtet	Korta armband är tillåtna om de är mjuka, tunna och inte klibbiga.	
Långa armband		Tillåtet	Långa armband är tillåtna om de är mjuka, tunna och inte klibbiga. Armbanden måste matcha den huvudsakliga färgen på tröjan	

IHF Spelregler: Bestämmelser rörande skydd och utrustning

11. Tillbehör

Utrustning	Exempel	Beslut	Begränsningar	Kommentar
Handledsskydd		Tillåtet	Handledsskydd är tillåtna om alla hårda delar är helt täckta . Handledsskydd måste matcha den huvudsakliga färgen på tröjan .	
Handskar		Inte tillåtet		Handskar är inte tillåtna. Detta gäller även målvakten.
Finger band		Inte tillåtet		Fingerband är inte tillåtet
Klister		Tillåtet	Klister får bara finnas på skorna och användas på händerna .	