

Mattenhandball (Freilaufen, Blocken, Mann-Mann-Deckung)

1. Jede Mannschaft erhält eine Weichbodenmatte.
2. Um die Weichbodenmatten herum gibt es eine Todeszone, in die nur die eigene Mannschaft hineindarf.
3. Das Ziel besteht nun darin, den Ball aus dem eigenen Feld heraus in Richtung gegnerische Weichbodenmatte zu spielen. Wenn man sie trifft, erhält die Mannschaft einen Punkt.
4. Derjenige, der in Ballbesitz ist, darf nur drei Schritte machen und dann muss er abgeben.
5. Eine Mannschaft darf ihre eigene Matte verteidigen, d.h. in die eigene Todeszone und auf die eigene Weichbodenmatte gehen oder hechten, um zu verhindern, dass der Ball auf die Matte fällt.

