



## Minirunder Innebandy – en liten introduksjon

Sist oppdatert: 18.10.2021

**Målgruppe:** 6 år – 10/11 år (fra 10 år kan man også spille i serie/aktivitetsrunder).

Det er påmelding til hver enkelt runde. Prøv å lage jevne lag om dere har to lag. Rullér litt på lagene fra gang til gang. En minirunde varer ca. to timer.

Premier til alle deltakere (medaljer/pokal). Det koster ikke noe å delta. Publikum, kiosk og moro!

Her er link til terminliste: [Terminliste – Oslo og akershus \(bandyforbundet.no\)](https://www.bandyforbundet.no/terminliste-oslo-og-akershus). Sjekk hvilken dag ditt lag spiller, det er enten lørdag eller søndag, men sted og tidspunkt for kamper kommer ca. en uke før.

Legg ut i Spond datoene med påmelding en uke før frist for påmelding, dvs. ca. tre uker før turneringen.

Spør om foreldre kan bidra, men man trenger bare to foreldre til å organisere laget. Erfaringsmessig møter de fleste foreldre opp som publikum (eller en forelder pr to barn). Man kan oppfordre til samkjøring.

### Utstyr:

- Lån med køller (og noen briller) og keeperutstyr fra hallen
- Keeperutstyr: Hjelm, genser, bukse, hansker, (knebeskyttere kan benyttes)
- Det er krav om briller til alle spillere og hjelm til keeper
- Drakter fra Trine, materialansvarlig: [trine.salvesen.75@gmail.com](mailto:trine.salvesen.75@gmail.com)
- Blå strømper og blå shorts, men ikke et krav, treningsbukse og andre farger går helt fint. Ps! Vi selger shorts (190,-) og strømper (80,-) i hallen, spør lagleder eller kom innom en lørdag når kiosken er åpen.

### Kampene:

4 utespillere + keeper (3 utespillere fra 9 årsalderen).

Passelig med 6-9 spillere per lag.

1-2 foreldre på sidelinjen er som regel ok, øvrige foreldre på tribunen.

Alle spillere får spille like mye, man bytter underveis. Starte bytter etter 2 min.

Kampene varer 17 minutter. Normalt er det 3 minutter til neste kamp. Kampen starter presist på tidspunkt så laget må være klar på tiden. Turneringene er effektive på tid for å unngå mye venting.

Obs! Har man to kamper etter hverandre og skal bytte keeper, kan det være lurt å ha to sett keeperutstyr, slik at keeper rekker å gjøre seg klar.

Regler - se link til Minirunde: [Informasjon til lagene – Oslo og akershus \(bandyforbundet.no\)](https://www.bandyforbundet.no/informasjon-til-lagene-oslo-og-akershus)

### Påmelding:

Påmelding via Turneringsadmin; spør Stein; [stein@impleo.no](mailto:stein@impleo.no) om hjelp for påmelding til første minirunde.



Man må oppgi navn på laget og hvis det flere lag per gruppe kan man for eksempel hete:

Monolitten Blå og Monolitten Rød eller Monolitten Løve og Monolitten Tiger

Last ned app: MinBandy – her kan man søke opp kampene til Monolitten. Er man oppført som lagleder/trener så kommer de opp automatisk under Mine lag.

Lykke til!

