

DET HÄR ÄR

PARAINNEBANDY

Svensk Innebandys vision är att bli folksporten.
Det innebär bland annat att innebandy ska vara en sport som
tilltalar många och som är öppen för alla.

DET HÄR ÄR PARAINNEBANDY

Svensk Innebandys *vision* är att bli *folksporten*. Det innebär bland annat att innebandy ska vara en sport som tilltalar många och som är *öppen för alla*. Parainnebandy är ett *samlingsnamn* för de spelformer av innebandy som riktar sig till personer med *funktionsnedsättning*. Personer som ska ha en precis *lika självklar plats* i Svensk Innebandy som alla våra andra målgrupper.

Parainnebandy bidrar också till ökad mångfald och inkludering inom innebandyn. Att personer med olika funktionsnedsättningar får delta i innebandyn på lika villkor som andra är något vi strävar efter att uppnå. Att delta på lika villkor behöver dock inte betyda att delta på samma villkor, ibland behövs anpassningar för att skapa så bra förutsättningar som möjligt.

Inom svensk parainnebandy finns det tre spelformer som riktar sig till personer med olika typer av funktionsnedsättningar. Stående innebandy för personer med intellektuell eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning samt rullstolsinnebandy och elinnebandy som riktar sig till personer med rörelsenedsättning. Internationellt finns det även en fjärde spelform, Powerchair Floorball som även den riktar sig till personer med rörelsenedsättning. I denna folder ligger fokus på el-, rullstols- och stående innebandy.





ELINNEBANDY

Som den enda idrotten i Sverige ger elinnebandy personer med grav rörelsenedsättning möjligheten att utöva en lagsport. Det är en unik, snabb och teknisk spelform som kräver taktik och strategiskt tänkande från spelarna.

Elinnebandy är en lagsport som ger spelarna möjlighet att träffa och socialisera med andra personer med liknande erfarenheter och intressen. Sporten kan också bidra till att spelarna utvecklar sin samarbetsförmåga och sin ledarskapsförmåga samt vara en bidragande faktor till både förbättrat självförtroende och självkänsla.

Elinnebandy är med andra ord en sport som bidrar till positiva effekter både på och utanför planen för personer med grav rörelsenedsättning. En sport utan krav på tidigare erfarenhet eller en viss kunskapsnivå. Alla har sin plats, både nybörjare och mer erfarna spelare.

Elinnebandy utövas på en mindre spelplan med låg sarg, målburarna är lägre och bredare än ett traditionellt innebandymål. Varje lag har tre spelare åt gången på plan och det finns ingen specifik målvakt. Spelarna sitter i specialbyggda stolar med ett klubb-blad längst fram, en så kallad t-stick. Stolarna har tre hjul, körs på el och styrs med en joystick. Maxhastigheten för en elinnebandystol är 14 km/h och ett fyrpunkts-bälte håller spelaren på plats. Reglerna liknar den traditionella innebandyns regler, men kompletteras med en rad tilläggsregler anpassade för elinnebandy.

RULLSTOLSINNEBANDY

Rullstolsinnebandy riktar sig till personer med rörelsenedsättning som vill spela innebandy. Spelformen liknar i hög utsträckning den traditionella innebandyn, där de största skillnaderna är att spelarna sitter i rullstol och att även målvakten tillåts använda innebandyklubba.

Rullstolsinnebandy är en snabb och teknisk sport som passar den mer erfarna spelaren likväl som nybörjaren, man spelar utifrån sina egna förutsättningar. Rullstolsinnebandy är en rolig och utmanande sport som dessutom bidrar till en förbättrad fysisk hälsa och ger personer med rörelsenedsättning möjligheten att vara en betydande del av Svensk Innebandy.

Rullstolsinnebandy spelas på en fullstor innebandyplan där varje lag har fem utespelare och en målvakt. Reglerna liknar till stora delar norminnebandyn, men med ett tjugotal tilläggsregler.

STÅENDE INNEBANDY

Precis som namnet beskriver är stående innebandy en **spelform** där innebandyspelaren **står upp** och spelar efter sina förutsättningar. Spelformen är främst riktad till personer med **intellektuell funktionsnedsättning** eller **neuropsykiatrisk funktionsnedsättning**.

Det finns mycket positivt med stående innebandy, inte minst då målgruppen i regel är mindre fysiskt aktiva än samhället i stort. Här får spelarna möjligheten att röra på sig genom att utöva en rolig och fartfylld lagsport tillsammans med andra. Att vara med i ett lag innebär även att vara del i ett socialt sammanhang.

Stående innebandy spelas i två former, på fullstor innebandyplan där varje lag har fem utespelare och en målvakt eller på en mindre plan (12x20 meter) där varje lag har tre utespelare och en målvakt. Speltiden skiljer sig åt beroende på arrangemang, men matcherna spelas i regel i två halvlek.

Olika utformning av spelformen tillsammans med nivåindelade klasser skapar en flexibilitet som ökar möjligheten för fler att delta, oavsett förutsättningar. Precis som i både el- och rullstolsinnebandy finns inga krav på tidigare erfarenheter eller en viss kunskapsnivå. Stående innebandy passar både de som spelat länge och de som är helt nya till sporten.



Läs mer!

För ytterligare information om parainnebandy besök Svensk Innebandys hemsida genom att skanna QR-koden eller skriva in länken i din webbläsare.

<https://innebandy.se/utveckling/parainnebandy>



SVENSKA INNEBANDYFÖRBUNDET

Hemsida: www.innebandy.se

Kontakt: info@innebandy.se

Telefon: 08-514 274 00

 [@SvenskaInnebandyforbundet](https://www.facebook.com/SvenskaInnebandyforbundet)

 [@svenskinnebandy](https://www.instagram.com/svenskinnebandy)