

Tagesablauf		
2. Sek		
Zeit	Was	Wo
07:40	Besammlung und Infos	Klassenzimmer
07:55	Bereit fürs Spielturnier	Heuel Kn / Worbiger Mä
08:00	Spielturnier	Heuel Kn / Worbiger Mä
10:30	Hallen aufräumen	Heuel Kn / Worbiger Mä
10:40	Trink- und Wechsepause	Worbiger
10:55	Bereit für Leichtathletik	1. LA Posten
11:00	Start Leichtathletik	1. LA Posten
12:00	Mittagspause	Worbiger
12:55	Bereit für Leichtathletik	4. LA Posten
13:00	Start Leichtathletik	4. LA Posten
14:15	Letzter LA Posten aufräumen	6. LA Posten
14:30	Rangverkündigung	Worbiger
15:00	Verabschiedung	Worbiger

Spielregeln Handball - Sommersporttag Rümlang 2026

1. Teamgrösse

Ein Team besteht aus 6 Feldspielern und 1 Torhüter. Zusätzliche Auswechselspieler sind erlaubt.

Hat ein Team zu wenig Spieler, werden die Teamgrössen dem kleineren Team angepasst.

2. So spielst Du den Ball

Du darfst den Ball mit allen Körperteilen spielen, ausser mit Unterschenkeln oder Füssen. Du darfst den Ball höchstens 3 Sekunden festhalten (nicht einschlafen bitte!). Du darfst Dich mit dem Ball in der Hand höchstens 3 Schritte bewegen. Du darfst den Ball beliebig oft prellen.

Fängst du den Ball nach dem Prellen, musst Du ihn weiterspielen. (kein Doppel-Dribbling erlaubt)

3. So spielst Du als Torwart

Du darfst den Ball mit allen Körperteilen abwehren. Der Torwart verlässt den Torraum nur ohne Ball. Wenn Du den Ball über oder neben das Tor lenkst, darfst Du ihn abspielen. Die Regeln «So spielst Du den Ball» gelten für den Torwart nicht.

4. So spielst Du fair

Spieler als Angreifer oder Verteidiger immer den Ball... Halten, Stossen, Schlagen und Klammern sind nicht erlaubt. Verhalte Dich fair. Fairness ist auch eine Frage des Könnens!

5. Fouls und Strafen

Begeht ein Spieler ein Foul, so erhält die andere Mannschaft den Ball. Verhinderst Du durch ein Foul eine klare Torchance, so darf die andere Mannschaft einen Strafwurf werfen. Es ist nicht erlaubt zu halten, zu klammern, zu stossen oder zu schlagen. Verhältst Du Dich nicht fair, so musst Du für zwei Minuten auf die Bank und wirst durch einen Mitspieler ersetzt.

6. So spielst Du nach einem Fehler weiter

Lenkt die andere Mannschaft den Ball über den Spielfeldrand, darfst Du ihn wieder einwerfen. Fuss auf die Linie! Halte einen Abstand von 3 Metern ein.

7. So spielst Du am Torraum

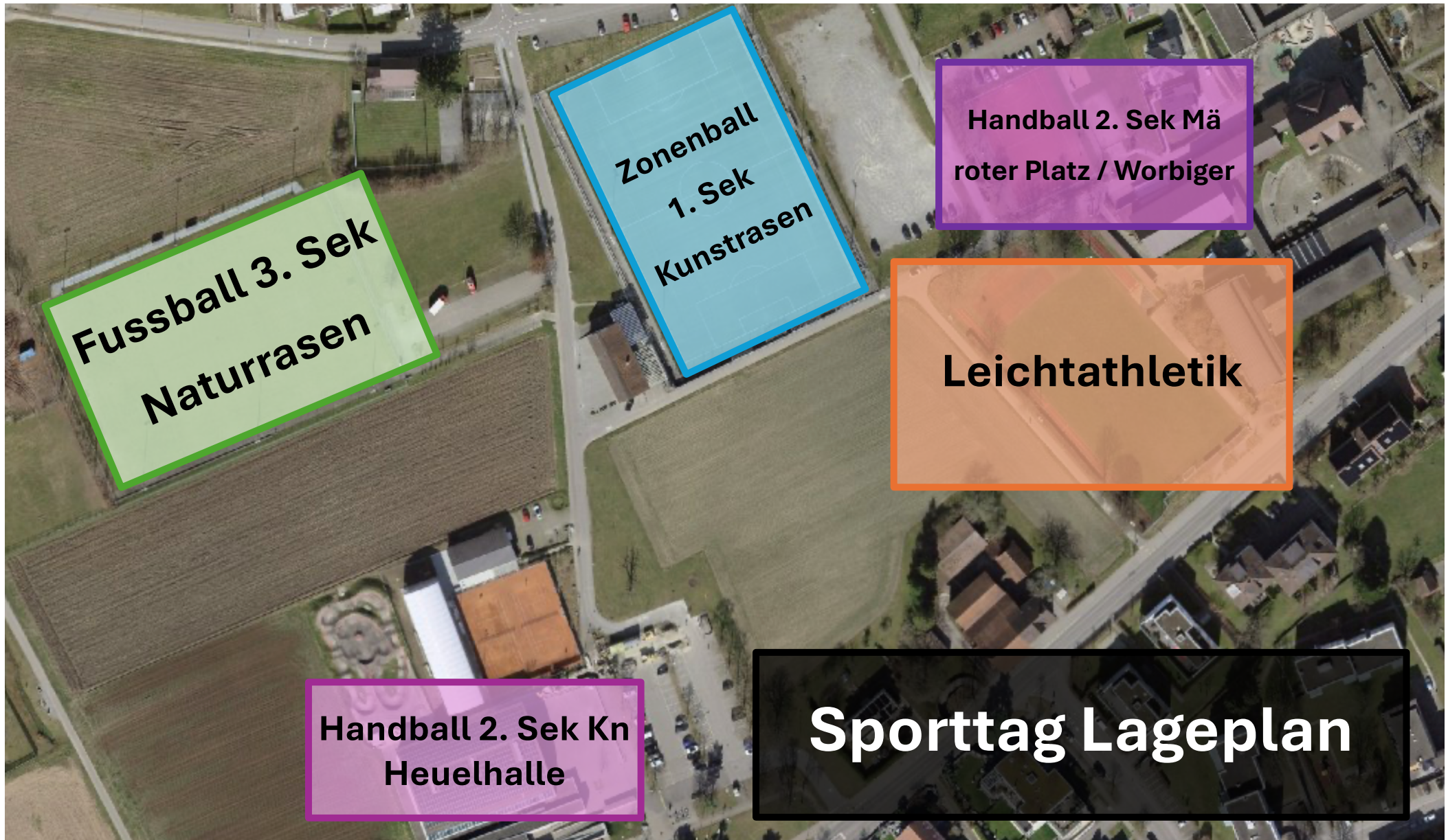
Kreislinie und Torraum darfst Du mit dem Ball in der Hand nicht betreten. Du darfst in den Torraum springen, wenn Du vor der Linie abspringst und den Ball vor der Landung wirfst. Liegt der Ball im Torraum, gehört er dem Torhüter. Du darfst den Ball dem Torhüter nicht zurückspielen, wenn er im Torraum steht.

Spieltournament Teams					
2. Sek Mädchen Handball					
Team 1	Team 2	Team 3	Team 4	Team 5	Team 6
Alessia	Rokhaya	Sanja	Ezana	Nina	Beatriz
Anja	Leonie G.	Helena	Alba	Noelia	Acelya
Zarra	Lara	Sazia	Lorena	Ilaria	Shameeraa
Lynette	Imara	Edona	Merve	Aurelia	Crystal
Leonie W.	Katharina	Natalia	Ioanna	Anja	Leonor
Neila	Laura	Chiara	Amelia	Larissa	Sofia
Elise	Rana	Gyalmo	Emma	Dayana	Kayra
Amelia	Ela	Sara	Bora	Ester	Aurora
Mariana			Diesa		Loona

2. Sek Knaben Handball				
Moll	Steinemann	Schmidis	Eichis	Gerstis
Noel	Daniel	Alessio	Stanciu	Diego
Alessio	Cristian	Luca	Loris	Engjell
Matteo	Leandro	Diart	Aykan	Adem
Damian	Mirac	Noar	Jeremy	Lorent
Nevio	Shivahari	Eric	Jaydon	Karos
Alexandru	Amin	Adonit	Linus	Duart
		Amar	Arjen	David
			Noah	

Handball (jeweils 12 Min Spiel und 3 Min Pause)					
2. Sek Mädchen					
roter Platz / Worbiger Halle alt					
Spiel	Zeit	Team	:	Team	Spielfeld
Vorrunde					
1	08:00	Team 1	:	Team 2	roter Platz
2	08:00	Team 3	:	Team 4	Worbiger alt
3	08:15	Team 6	:	Team 5	roter Platz
4	08:15	Team 1	:	Team 3	Worbiger alt
5	08:30	Team 5	:	Team 2	roter Platz
6	08:30	Team 6	:	Team 4	Worbiger alt
7	08:45	Team 1	:	Team 5	roter Platz
8	08:45	Team 4	:	Team 2	Worbiger alt
9	09:00	Team 6	:	Team 3	roter Platz
10	09:00	Team 1	:	Team 4	Worbiger alt
11	09:15	Team 2	:	Team 6	roter Platz
12	09:15	Team 3	:	Team 5	Worbiger alt
13	09:30	Team 6	:	Team 1	roter Platz
14	09:30	Team 2	:	Team 3	Worbiger alt
15	09:45	Team 4	:	Team 5	roter Platz
Halbfinale					
16	10:05	Tabellenerste	:	Tabellendritte	roter Platz
17	10:05	Tabellenzweite	:	Tabellenvierte	Worbiger alt
Spiel um Platz 3					
18	10:20	Verlierer Spiel 16	:	Verlierer Spiel 17	Worbiger alt
Final					
19	10:20	Sieger Spiel 16	:	Sieger Spiel 17	roter Platz

Handball				
jeweils 10 Min Spiel und 2 Min Pause				
2. Sek Knaben				
Heulhalle				
Zeit	Team	:	Team	Spiel
Hinrunde				
08:00	Steinis	:	Mollis	1
08:12	Schmidis	:	Eichis	2
08:24	Gertis	:	Mollis	3
08:36	Steinis	:	Schmidis	4
08:48	Gertis	:	Eichis	5
09:00	Schmidis	:	Mollis	6
09:12	Steinis	:	Eichis	7
09:24	Gertis	:	Schmidis	8
09:36	Eichis	:	Mollis	9
09:48	Gertis	:	Steinis	10
Spiel um Platz 3				
10:00	Tabellendritte	:	Tabellenvierte	11
Final				
10:12	Tabellenerste	:	Tabellenzweite	12
10:22 Aufräumen				
10:30 Pause				
11:00 Leichtathletik				



**Fussball 3. Sek
Naturrasen**

**Zonenball
1. Sek
Kunstrasen**

**Handball 2. Sek Mä
roter Platz / Worbiger**

Leichtathletik

**Handball 2. Sek Kn
Heuelhalle**

Sporttag Lageplan



Leichtathletik Lageplan