



# **INNEBANDY FLEX**

**SPELA INNEBANDY I SKOLAN PÅ ETT  
ENKLARE OCH ROLIGARE SÄTT!**

2

Du får inte springa in  
i motståndaren  
med bollen.

1

Ta bollen från andra laget  
genom att täcka ytor och  
bryta passningar. Du får inte  
ta bollen direkt från mot-  
ståndarens klubba.

3

Klubban ska alltid  
vara under  
knähöjd.

## 6 ENKLA REGLER

4

Om bollen kommer  
utanför planen:  
Hämta bollen och sätt igång  
spelet igen genom att kasta  
in bollen. Inga skott från  
egen planhalva.

6

När ni gjort mål:  
Hela laget  
backar hem.

5

Om bollen kommer  
utanför planen:  
Hämta bollen och sätt igång  
spelet igen genom att kasta  
in bollen. Inga skott från  
egen planhalva.

# VAD KUL ATT NI SKA KÖRA INNEBANDY FLEX!

Reglerna är enkla och spelet blir fartfyllt.

Alla kan vara med, alla ska ha roligt!



HÄR KAN DU  
LÄSA MER!

[HTTPS://INNEBANDY.SE/FORENING/UTVECKLA-FORENINGEN/INNEBANDY-FLEX](https://innebandy.se/forening/utveckla-foreningen/innebandy-flex)