



# die dritte mannschaft

eine gute ehe braucht zwei parteien, ein handballspiel drei

## Nach der Saison ist vor der Saison

**Kaum ist die Saison 2015/16 abgeschlossen geht es nahtlos weiter. Fast alle Qualifikationsrunden im Jugendbereich für die kommende Spielzeit sind schon absolviert. Wie für die aktiven Mannschaften auch, startet dann die Saisonvorbereitung für die „Männer und Frauen in Schwarz“.**

Drei Termine bieten die Verantwortlichen des Schiedsrichterwesens ihren Schiedsrichtern an, an denen sie die theoretische und schriftliche Prüfung für die Spielzeit 2016/2017 absolvieren können. Am 18. Juni und 3. Juli in Edigheim, sowie am 16. Juli in Haßloch. Beginn ist jeweils um 9.30 Uhr. Neben den Prüfungen stehen die neuen Regeln im Mittelpunkt des Sommerlehrgangs. Auch der elektronische Spielbericht, der in der kommenden Saison in der Pfalzliga und Verbandsliga bei den Männern und Frauen zum Einsatz kommen wird, wird den Schiedsrichtern vorgestellt. Während es beim Regeltest im Vergleich zu den Vorjahren keine Änderung geben wird, ist in diesem Jahr die Konditionsprüfung neu geregelt worden. Die Einzelschiedsrichter absolvieren den bekannt Lauftest. 2000 Meter müssen je nach Alter in bis zu 19:30 Minuten absolviert werden. Um die Qualifikation für die Pfalzliga und Verbandsliga der Frauen erfolgreich zu meistern, müssen 2400 Meter in maximal 18 Minuten zurück gelegt werden. Völlig neu ist der in vielen anderen Landesverbänden längst eingeführte Shuttle-Run-Test für Gespannschiedsrichter. Der Shuttle-Run-Test ist ein Test zur sportspielspezifischen Ausdauer. Ursprünglich wurde er im American Football angewandt. Mittlerweile ist er jedoch ein gängiger und beliebter Test zur Ermittlung der Schnelligkeit und der Ausdauer in nahezu allen Mannschaftssportarten. Es handelt sich dabei um einen Pendellauf, der in seiner Intensität kontinuierlich gesteigert wird. Die Aufgabe besteht darin, zwischen zwei Linien (gleichzeitig Wendepunkte) die 20 m entfernt sind, hin und her zu laufen. Die Laufgeschwindigkeit wird durch Intervalle zwischen zwei Tonsignalen angegeben. Die Geschwindigkeit wird jede Minute durch Verkürzung der Intervalle zwischen den Tonsignalen erhöht. Zu Beginn des Tests beträgt die Laufgeschwindigkeit 8 km/h. Pro Minute nimmt diese Schnelligkeit um 0,5 km/h zu. Nach vier Minuten (Stufe 4) beträgt die Geschwindigkeit zum Beispiel 10 km/h. Die Zunahme des Lauftempos ist in Stufen angegeben. Diese Stufen werden gleichzeitig als Ergebnis des Tests benutzt. Eine Stufe entspricht ungefähr einer Minute hin und her laufen. Bestanden hat, wer den Beginn der Stufe 6 beziehungsweise 4,5 für über 50-jährige erreicht. Für Gespanne, die sich für die RPS-Oberliga qualifizieren möchten, sind die Stufen 7,5 (unter 50 Jahren) und 6 (über 50 Jahren) zu erreichen. (mhh)

## Kurz & Knapp

### Aufgepasst!

12.06.2016 11 Uhr Grillfest in Schwegenheim  
 18.06.2016 9.30 Uhr Saisonlehrgang in Edigheim  
 27.06.2016 17.30 Uhr Saisonlehrgang Jungschiedsrichter in Haßloch  
 02./03.07.2016 Saisonlehrgang der RPS-Schiedsrichter in Saarbrücken  
 03.07.2016 9.30 Uhr Saisonlehrgang in Edigheim  
 16.07.2016 9.30 Uhr Saisonlehrgang in Haßloch

### Gewusst?\*

Bis wann darf der Schiedsrichter ein bereits anerkanntes Tor annullieren?

- Bis zum Anpfiff des Anwurfs
- Bis zum Schlussignal
- Wenn das Tor nach einer Unterbrechung durch den Zeitnehmer erzielt wurde, muss er es annullieren, selbst wenn der Anwurf schon erfolgte
- Überhaupt nicht mehr

\* richtige Lösung: a, c

## Zur Sache: Grillfest als Saisonabschluss

Nachdem das traditionelle Grillfest der Schiedsrichter im letzten Jahr in Schwegenheim so toll angekommen ist, hat sich das Präsidium des PfHV auch in diesem Jahr wieder dazu bereit erklärt, diese Aktion mit den erforderlichen Mitteln finanziell zu unterstützen. Ebenso hat sich Michael Möhle mit dem TV Schwegenheim und seinem Team bereit erklärt, erneut für das Wohlergehen der teilnehmenden Gäste auf dem ehemaligen Handballplatz des TV zu sorgen. Speziell für die jüngeren Schiedsrichter wird es die Möglichkeit geben, sich auf der wunderbaren Anlage des TV Schwegenheim sportlich einzubringen. Seid also recht herzlich eingeladen und kommt bitte zahlreich zu diesem Treffen mit SR-Kollegen und Freunden nach Abschluss einer anspruchsvollen Saison. Los geht es am Sonntag, den 12. Juni um 11 Uhr auf dem ehemaligen Handballplatz in Schwegenheim (in der Nähe der Sporthalle).