

Escuela Central de Gimnasia

---

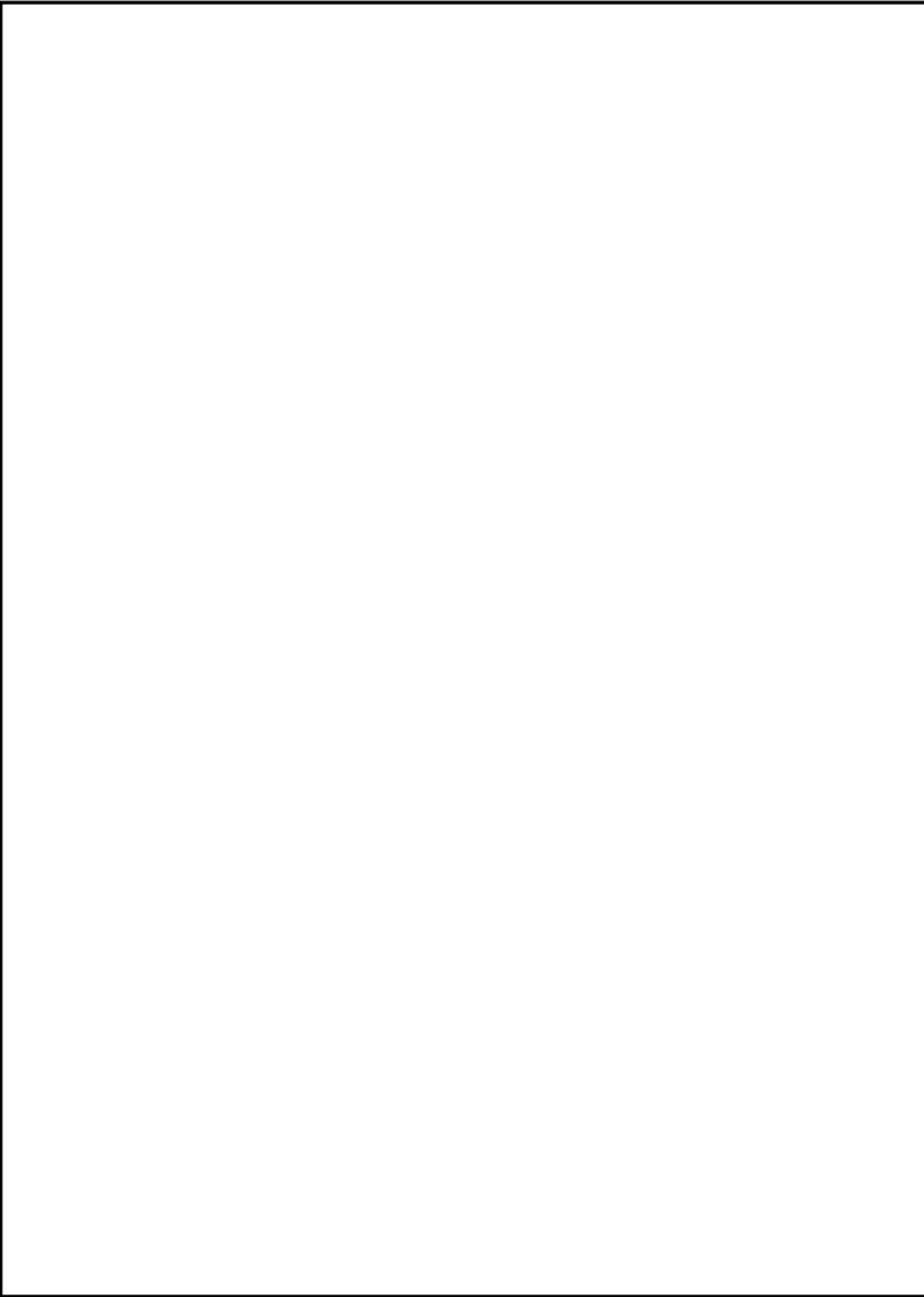
BALON A MANO

HAND - BALL



TOLEDO  
Imprenta del Colegio de María Cristina

1929



**Escuela Central de Gimnasia**

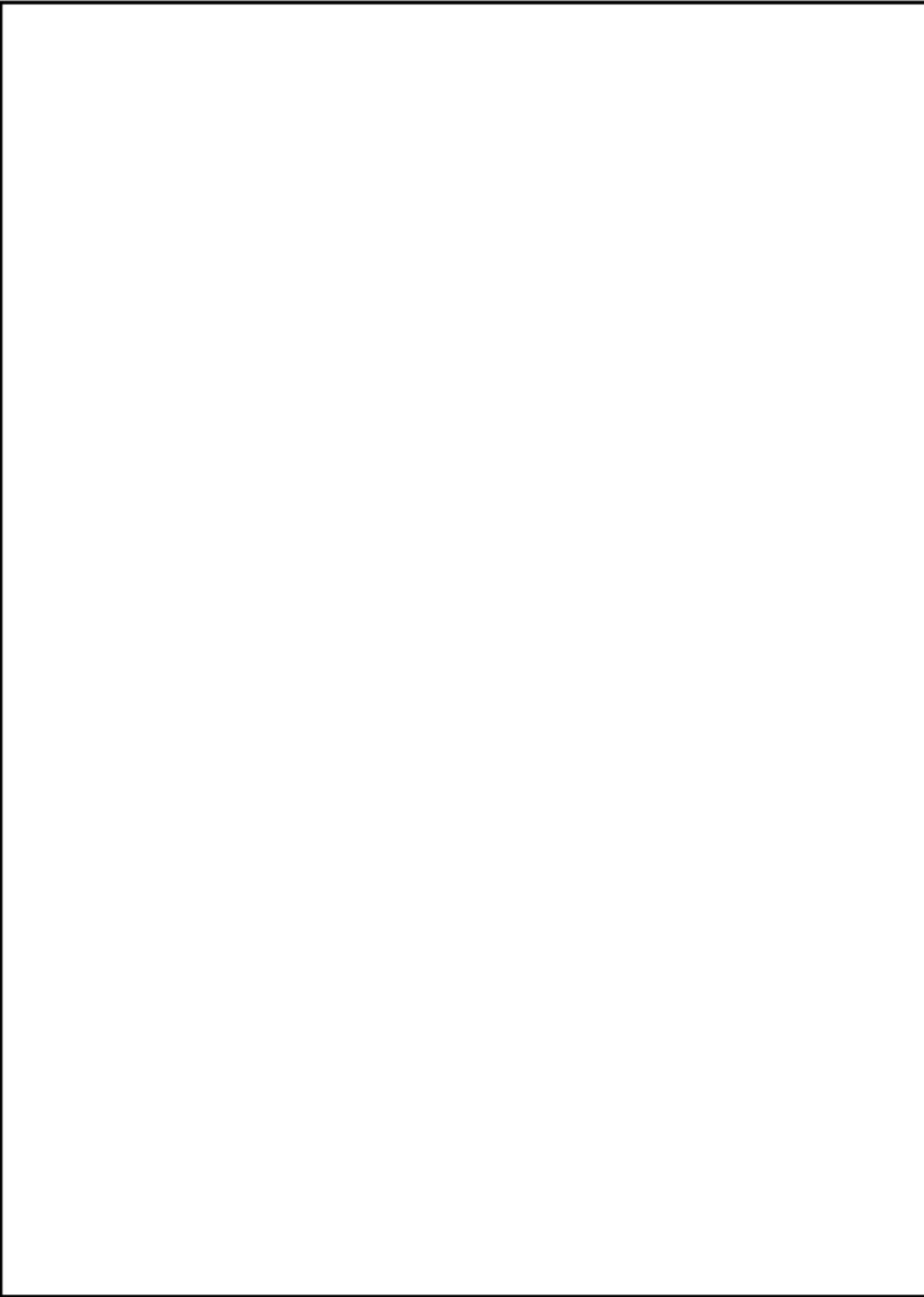
---

**BALON A MANO**

**HAND - BALL**



**TOLEDO**  
**Imprenta del Colegio de María Cristina**  
—  
**1929**





## CONSIDERACIONES GENERALES

---

El Balón a mano es un juego deportivo colectivo en el que dos equipos de once jugadores luchan directamente por conseguir el mayor número de tantos, introduciendo un balón en la portería contraria.

El terreno es como el de fútbol, pudiéndose utilizar cualquier campo dedicado a este juego tan extendido en España.

Se pasa y lanza el balón con las manos y únicamente el portero puede darle con los pies.

Para empezar se entrega el balón al delantero centro y éste lo lanza desde el centro del campo. Ningún jugador contrario puede estar a nueve metros de él.

Cuando un equipo marca un tanto todos los jugadores se colocan como indica el plano y el saque corresponde al otro equipo.

Al terminar el medio tiempo se cambia de campo y hace el saque el que no lo hizo al comenzar.

Los encuentros son dirigidos por dos árbitros auxiliados por cuatro jueces de línea.

La manera de jugar es muy parecida a la del fútbol. La colocación igual, tanto a los comienzos del juego como en los saques de costado, de portería, etc.

Como juego colectivo es necesario tener siempre en cuenta la base técnica de todos ellos; desmarcarse en el ataque y marcar en la defensa. En el Balón a mano el marcar es quizás mucho más importante que en el fútbol, pues los pases son más rápidos y más precisos, y un descuido en marcar a un

contrario lleva consigo una progresión rapidísima del balón hacia la portería.

Regla general debe ser en este juego el pasar el balón *inmediatamente* que se reciba, a menos que circunstancias *excepcionales* exijan que el jugador avance solo con él; pero ésto se hará en el menor espacio posible. En seguida que se pasa el balón el jugador se desmarca y va a colocarse, rápido en buena posición para recibir otro pase. Esta colocación debe hacerse en profundidad.

El pase ha de ser muy preciso, fuerte, de trayectoria horizontal y que llegue a la altura del pecho del que lo recibe.

Siempre se debe coger el balón; sólo la defensa, cuando esté muy marcada, empleará el puñetazo, es decir, se empleará el puño para despejar.

Los medios apoyan a sus delanteros en el ataque, entregando el balón a los que estén más desmarcados, en mejores condiciones, por lo tanto, para proseguir, pero no deben nunca olvidar su misión defensiva, estando atentos para marcar a los delanteros contrarios en cuanto se inicie el contra-ataque.

El portero detiene el balón con las manos, sirviéndose de los pies en casos excepcionales. Ha de tener mucha práctica en coger con seguridad el balón y devolverlo con la mano o puño.

Los defensas sabrán lanzar el balón a mucha distancia y tener gran práctica en despejar con el puño.

El conjunto de este juego exige mucha rapidez en la colocación de los jugadores y en la ejecución de los pases, y ésto lleva consigo un buen entrenamiento para resistir el tiempo sin fatiga.

El adiestramiento consistirá en el pase hasta llegar a darle dirección y fuerza, sin tener que recurrir a la elevación del balón.

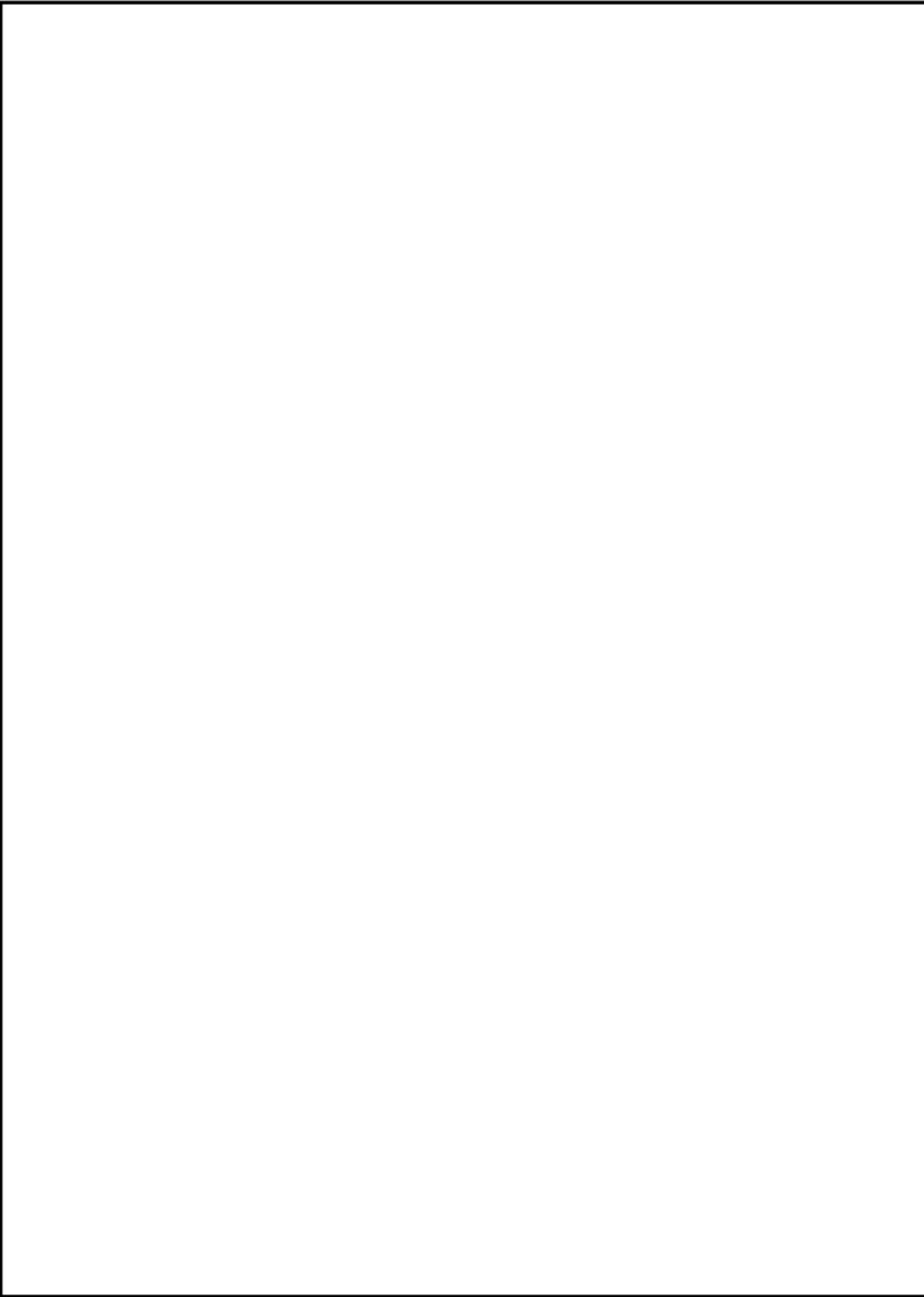
Debe ejecutarse del modo siguiente: colocado el balón so-

bre la mano, completamente extendida, los dedos separados, se llevará el brazo atrás y se le hará describir un arco por encima de la cabeza hasta que quede vertical y extendido. En este momento por una contracción rápida del brazo el balón saldrá despedido horizontalmente.

Cuando se tiene alguna práctica ese movimiento se ayuda con un desplazamiento del tronco al lado opuesto del brazo.

Esta manera de lanzar es en todo parecida a la de el saque de costado del Rugby.

Los tiros a la portería deben hacerse lanzando el balón de ese mismo modo en una dirección inclinada hacia la proyección vertical del larguero. Es el procedimiento que más ventajas "tiene" por las dificultades que para detenerlo se le "crean" al portero.





# REGLAMENTO

## Terreno.

Artículo 1.<sup>o</sup> Es un rectángulo de noventa a ciento diez metros de largo, por cincuenta y cinco a sesenta y cinco de ancho. Las líneas largas se llaman de costado y las otras de portería.

En medio de éstas se colocan las porterías; 2,40 metros de altas y 7,30 de anchas. Los postes y largueros no tendrán un ancho superior a 0,12 metros.

Delante de la portería, y a una distancia de 11 metros, va trazada una línea paralela de 7,30 metros de longitud. Cada extremo de ella va unido a la línea de portería por un arco de círculo cuyo centro es el pie del poste. Queda así formada el "área de portería".

A 16,50 metros de la línea de portería va marcada una paralela a ella hasta su encuentro con las líneas de costado determinando así el "área de fuera de juego".

Dentro de ésta se limita "el área de castigo" trazando dos líneas a 16,50 de cada poste de la portería y paralelas a las líneas de costado.

Delante del centro de cada portería, y a 13 metros, se marca una línea de un metro de longitud para los lanzamientos de castigos.

En el centro del campo habrá un círculo de nueve metros de radio y una línea paralela a las de portería, que divide el terreno en dos mitades.

# Línea de Porteria

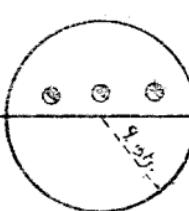
Esquina  
de  
castigo

Área de porteria

13 mts.

Línea de fuera de juego

90-100



Esquina

Área de fuera de juego

16'50"

55-65

En los ángulos del terreno, en los extremos de las líneas de fuera de juego y en el sitio donde las de las áreas de castigo cortan a las de porterías, se colocarán sendas banderas en postes de 1,50 metros de altos.

### Balón.

Art. 2.<sup>º</sup> Tendrá un desarrollo de 0,60 metros y un peso comprendido entre 400 y 500 gramos.

### Equipos.

Art. 3.<sup>º</sup> Cada uno consta de 11 jugadores, pero el juego puede comenzar con 8, completándose durante su desarrollo.

Los jugadores se reparten en 1 portero, 2 defensas, 3 medios y 5 delanteros.

En cualquier parada reglamentaria durante el encuentro pueden ser sustituidos jugadores con previo conocimiento del árbitro.

El puesto del jugador expulsado del campo no podrá nunca ser cubierto por otro (1)

Art. 4.<sup>º</sup> Está prohibido llevar calzado provisto de puntas, tacos finos o muy cónicos, refuerzos que resalten y gafas sin montura.

---

(1) Esta regla no existe en el reglamento alemán, pero la Escuela Central de Gimnasia la considera muy conveniente porque aumenta la rapidez del juego, hace intervenir más jugadores y hace el partido, en su conjunto, más técnico al oponer a los nuevos jugadores otros para contrarrestar su influencia.

Esa sustitución debe hacerse lo más rápidamente posible y con conocimiento del árbitro.

Puede convenirse en no sustituirlos, poniéndose de acuerdo los capitaines antes de empezar y previniéndoselo al árbitro.

Tres minutos antes de empezar el partido, el equipo que elige campo, se alinea —cada jugador en el puesto que ocupara en el encuentro— para que el otro distribuya a sus compañeros.

Después del descanso sa obligación es del otro equipo.

Las botas serán finas con tacos cilíndricos de un diámetro mínimo de 12 milímetros. Las tiras, ocupando todo el ancho de la suela, serán lisas y de 12 milímetros, por lo menos, de ancha.

El árbitro debe examinar estos detalles antes de comenzar el encuentro, excluyendo a los que no los observen.

### Juego.

Art. 5.<sup>o</sup> Por sorteo elige campo quien acierte y el otro equipo hace el saque.

El delantero centro, al silbido del árbitro, lanza el balón desde el centro del campo hacia adelante y no lo puede tocar otra vez hasta que lo haya sido por otro jugador cualquiera.

Los jugadores contrarios estarán fuera del círculo.

Art. 6.<sup>o</sup> Ningún jugador puede pasar la línea de medio campo hasta que el balón haya sido puesto en juego.

La infracción de esta regla es sancionada con un lanzamiento de castigo.

Art. 7.<sup>o</sup> El partido se juega en dos tiempos de media hora y un descanso intermedio de diez minutos.

Cuando sea jugado por señoritas o colegiales se harán dos tiempos de veinte minutos, con descanso de quince minutos.

En el descanso se cambia de campo y hace el saque el que no lo hizo al empezar.

El tiempo perdido por interrupciones será descontado.

Art. 8.<sup>o</sup> Caso de empate se harán tantas prolongaciones como sean necesarias para decidir la victoria.

Terminado el tiempo reglamentario se hace un descanso de diez minutos, se sortean de nuevo los campos y se juegan dos tiempos de diez minutos con cambio de porterías, pero sin descanso.

Los partidos de señoritas o colegiales no tendrán más que una prolongación de dos tiempos de cinco minutos.

Art. 9.<sup>o</sup> El balón puede ser jugado con las manos, brazos, cabeza, etc., en una palabra, con todas las partes del cuerpo superior a las caderas. Con cualquiera de éstas podrá ser retenido, rechazado, lanzado o cogido, pero siempre con sujeción a lo que a continuación se indica:

a) Está prohibido teniendo el balón, correr o simplemente desplazarse tres pasos.

b) Retener el balón más de tres segundos.

Antes de terminar estos tres segundos para poder continuar con el balón, es necesario que haya sido tocado por otro jugador o botado en el suelo.

c) Tocar el balón con las piernas o pies no es falta cuando el balón ha sido arrojado por un contrario contra esos miembros.

Toda falta de esta naturaleza que no beneficie al infractor, no será castigada.

Art. 10.<sup>o</sup> El balón puede ser rodado o botado en el suelo y vuelto a coger.

Art. 11. Está permitido quitar con las manos el balón a un adversario, pero nada más que *con una y abierta*.

Esta jugada está prohibida en los equipos femeninos y sancionada con un lanzamiento de castigo.

Art. 12. Está prohibido:

a) Quitar el balón con las dos manos o con el puño.

b) Sujetar al adversario con uno o los dos brazos, impedirle jugar sujetándole con las manos, golpearlo o empujarlo, saltar contra él para detenerlo y, en general, de cualquier manera que por su violencia pueda hacerle caer.

c) Empujar o cargar a un adversario para que penetre en el área de portería.

d) Lanzar el balón intencionadamente hacia un contrario para que choque con él.

Art. 13. Si dos jugadores caen al suelo y el balón queda entre ellos, el árbitro debe en seguida silbar y hacer un saque como se indica en el artículo 41, a menos que haya habido falta.

Art. 14. En el área de portería no puede estar más que el portero. Cualquier otro jugador que entre comete una falta sancionada: con lanzamiento de castigo si es atacante; con lanzamiento de castigo a 13 metros si es defensor y ha entrado *por defender*.

No comete falta si, al caer al suelo dentro del área, sus pies quedan fuera o si penetra en ella después de haber lanzado el balón a la portería. Regla general: se atenderá, para sancionar, a la colocación de los pies respecto a la línea.

Art. 15. Está prohibido ir a buscar el balón cuando esté dentro del área.

Al equipo que defiende se le castiga con un saque de esquina de castigo y al atacante con un lanzamiento de castigo.

Art. 16. Ningún defensor puede lanzar el balón al área de portería; si entra, aunque sea tocado involuntariamente por alguno de aquéllos, el árbitro decide:

a) Si entra en la portería: tanto.

b) Si el portero lo recoge: lanzamiento de castigo a 13 metros, y si no lo retiene dejándolo salir por las líneas de portería: saque de esquina de castigo.

Siempre que el balón quede inmóvil en el área: saque de portería.

Art. 17. Si el balón después de entrar en el área o de rebotar en la portería, sale de dicha área, queda en juego libre.

Art. 18. Estando el balón en el área puede ser jugado únicamente por los atacantes, pero siempre que tengan los pies

fuerza de la línea que la limita. Esta jugada efectuada por el defensor, es sancionada con un saque de esquina de castigo.

### Del portero.

Art. 19. El portero puede detener el balón sirviéndose de cualquier parte del cuerpo, pero el sacar y rechazar, exclusivamente con las manos (lanzamiento o puñetazo). Tiene libertad para moverse dentro del área sin restricción a tiempo ni número de pasos.

Para poder golpearle con los pies es necesario que esté dando frente a cualquier punto de la línea de portería. De no hacerlo así se le castigará con un saque de esquina de castigo.

Art. 20. Para evitar un retardo voluntario de tiempo cuando está el portero en posesión del balón, el árbitro hará una pitada, y si después de tres segundos no lo ha lanzado, se le castiga con un saque de esquina de castigo.

Art. 21. Está prohibido atacar al portero en el área de portería. Sanción: lanzamiento de castigo.

Art. 22. Si el portero sale de su área queda sujeto a las reglas generales del juego. Por lo tanto, le está prohibido entrar con el balón en el área de portería. Sanción: lanzamiento de castigo a 13 metros.

Art. 23. El cambio de portero tiene que ser hecho con previo conocimiento del árbitro. Y no podrá entrar en el área hasta que haya salido el otro. Sanción: lanzamiento de castigo a 13 metros.

### Tantos.

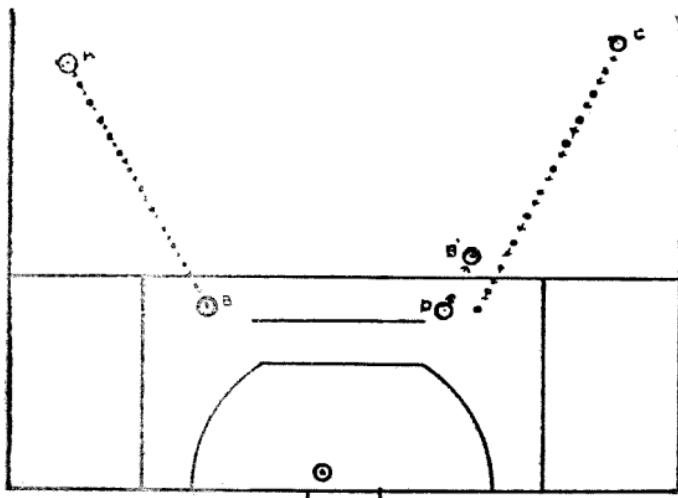
Art. 24. Se considera que el balón ha entrado en la portería cuando ha pasado por completo del plano vertical determinado por los postes y el larguero.

Después de cada tanto saca del centro el equipo que no lo ha hecho.

**Fuera de juego.**

Art. 25. Todo jugador que esté dentro del área de fuera de juego estando el balón fuera de ella, está fuera de juego, pero el árbitro no sancionará la falta hasta que el balón en dirección a él esté dentro también y ese jugador pueda por algún concepto intervenir en la jugada.

La sanción a esta falta es un lanzamiento de castigo.



El jugador B comete la falta de fuera de juego porque el balón pasa la línea.

El D no, porque se sale del área y lo coge antes que rebase aquella línea.

**Saque de costado.**

Art. 26. Cuando el balón sale por las líneas de costado hará el saque el equipo que no lo haya tocado en último lugar.

Se ejecuta colocándose el jugador detrás de la línea y lanzándolo, con las dos manos, por encima de la cabeza. El árbitro impedirá que sea molestado por los contrarios.

El que hace el saque no puede volver a tocar el balón hasta que lo haya sido hecho por otro cualquiera.

#### Saque de esquina y saques de esquina de castigo.

Art. 27. El primero se tira cuando saliendo el balón por la línea de portería, ha sido tocado la última vez por un jugador que defiende.

Art. 28. El saque de esquina de castigo se tira desde el punto de intersección de la línea de portería y la que limita el área de castigo.

Es sanción a las faltas siguientes:

- a) Cuando un equipo hace entrar el balón en su área de portería y el portero no lo recoge (art. 16, b).
- b) Si teniendo el portero el balón en su poder, no lo suelta a los tres segundos siguientes a la pitada del árbitro (artículo 20).
- c) Cuando un jugador intenta coger el balón que está dentro de su área de portería (art. 18).
- d) Cuando entra en dicha área en busca del balón (artículo 15).
- e) Cuando el portero al servirse de sus pies no se circumscribe a lo dicho en el artículo 19.

#### Saque de portería.

Art. 29. Al salir el balón por la línea de portería tocado en último lugar por un atacante se hace un saque de portería.

Este lo efectúa el portero desde el área de portería, sirviéndose de las manos o puño (art. 19).

### Lanzamiento de castigo.

Art. 30. Los lanzamientos de castigo se tiran desde el sitio donde se efectúe la falta objeto de esta sanción y puede ir directamente a la portería y hacer tanto.

Casos de esta sanción:

a) Infracción a los artículos 5 y 6 (balón puesto en juego al comienzo de los tiempos).

b) Las faltas generales de:

Dar más de tres pasos con el balón en las manos.

Retenerlo más de tres segundos.

Tocar dos veces seguidas el balón sin antes haber sido botado en el suelo o tocado por cualquier jugador.

Tocar el balón con las partes del cuerpo inferiores a las caderas (art. 9).

c) Faltas cometidas contra el adversario, quitándole el balón con las dos manos, etc. (art. 12).

d) En los casos de faltas cometidas por el atacante en el área de portería (art. 14 a 18).

e) En los fuera de juego (art. 25).

f) En los casos de falta en los saques de costados (artículo 26).

g) En los casos del artículo 32.

h) Cuando un jugador entra en el campo, por haber empezado el juego sin él o como sustituto, y no se presenta al árbitro (art. 3).

i) El rebasar la línea de 13 metros al ejecutar un castigo (art. 39).

### Ejecución de lanzamientos de castigos.

Art. 31. El saque de centro, el de esquina, el lanzamiento, sea o no de castigo—incluso el de 13 metros—, deben efectuarse en los tres segundos que preceden al silbido del árbitro. Sanción: lanzamiento de castigo al infractor.

Art. 32. Está prohibido durante la ejecución de la puesta en juego en el centro o líneas de costado, lanzamientos de castigo, de saques de esquina—libres o de castigo—o de lanzamientos libre a 13 metros, que el jugador vuelva a tocar el balón antes que lo haya sido por otro cualquiera. Cuando al hacer un lanzamiento a tanto, rebote en los postes o larguero, puede el mismo jugador volver a jugarlo.

Art. 33. Los jugadores del equipo contrario tienen que estar a seis metros, por lo menos, del que va a lanzar.

Art. 34. Si el lugar donde ha de efectuarse está a menos de seis metros del área de portería, los jugadores que defienden pueden ponerse muy próximos a la línea que la limita.

La distancia mínima del área de portería a que puede ser tirado un lanzamiento de castigo es de tres metros.

Art. 35. En los saques de esquina y de castigo, y lanzamientos de castigo, puede salir el balón de los límites del terreno cuando el jugador extienda el brazo, pero siempre ha de tener los pies dentro de él.

Art. 36. El jugador colocará el balón en una mano y espera al silbido del árbitro para ejecutar el lanzamiento de castigo.

### Lanzamiento de castigo a 13 metros.

Art. 37. Es sanción para las siguientes faltas:

- Cuando un jugador envía el balón a su portero y éste lo coge (art. 16, b).

- b) El cambio de portero sin conocimiento del árbitro (artículo 23).
- c) Las comprendidas en el apartado b), art. 12, cometidas en el área de castigo.
- d) Si el portero sale de su área y mete en ella el balón (artículo 22).
- e) Cuando un jugador entra o pisa en su área de portería para impedir jugadas del adversario (art. 14).

Art. 38. Durante la ejecución del lanzamiento, todos los jugadores estarán detrás de la línea de fuera de juego. Es válido si entra directo.

Art. 39. El que ejecuta el lanzamiento, no puede pisar ni rebasar la línea de 13 metros hasta que el balón haya salido de su mano. Caso de infracción: lanzamiento de castigo a su equipo, quedando el de 13 metros anulado.

Art. 40. Si antes de salir el balón de la mano del lanzador cualquier jugador del equipo que lo tire avanza, será repetido el lanzamiento si se ha marcado tanto. Si fuese del equipo contra el que se tira, se repetirá cuando no entre.

#### Saque de árbitro.

Art. 41. En los casos que el juego tenga que ser cortado por carga violenta, jugadores que caen al suelo, o cualquier accidente imprevisto y el balón no haya salido por las líneas de costado o portería, o esté en el área de portería, el árbitro hará un saque de árbitro que consiste en botar fuertemente el balón para que salga en la vertical del sitio donde estaba cuando se interrumpió.

Todos los jugadores estarán a seis metros, por lo menos, hasta que haya botado.

### Del árbitro.

Art. 42. Los partidos pueden ser dirigidos por uno o dos árbitros, con preferencia dos, auxiliados por dos o cuatro jueces de líneas. También pueden ponerse dos jueces de porterías.

Los jueces de líneas atienden a los saques de costado, de esquina o del portero, y previenen al árbitro de cualquier falta que se cometía sobre el campo.

Los de portería, solamente si el balón ha entrado o no en la puerta.

Art. 43. Antes de comenzar el encuentro el árbitro se asegura que el terreno está conforme el Reglamento.

Durante él da la señal de empezar y terminar, lo detiene para castigar faltas, etc.

Art. 44. Tiene poder para expulsar al jugador que por su proceder se haga acreedor a tan severa sanción.

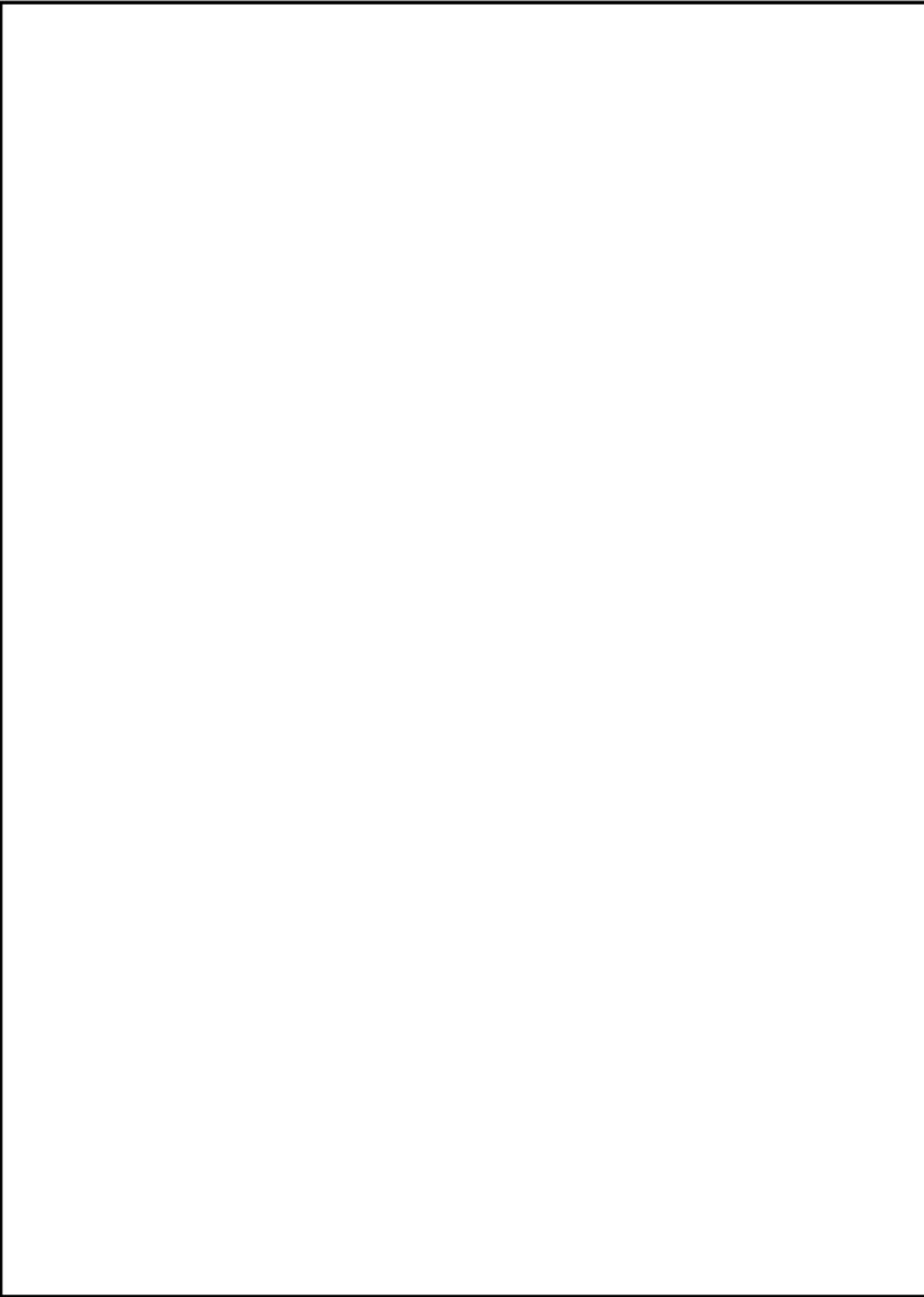
Todos los fallos del árbitro son inapelables.

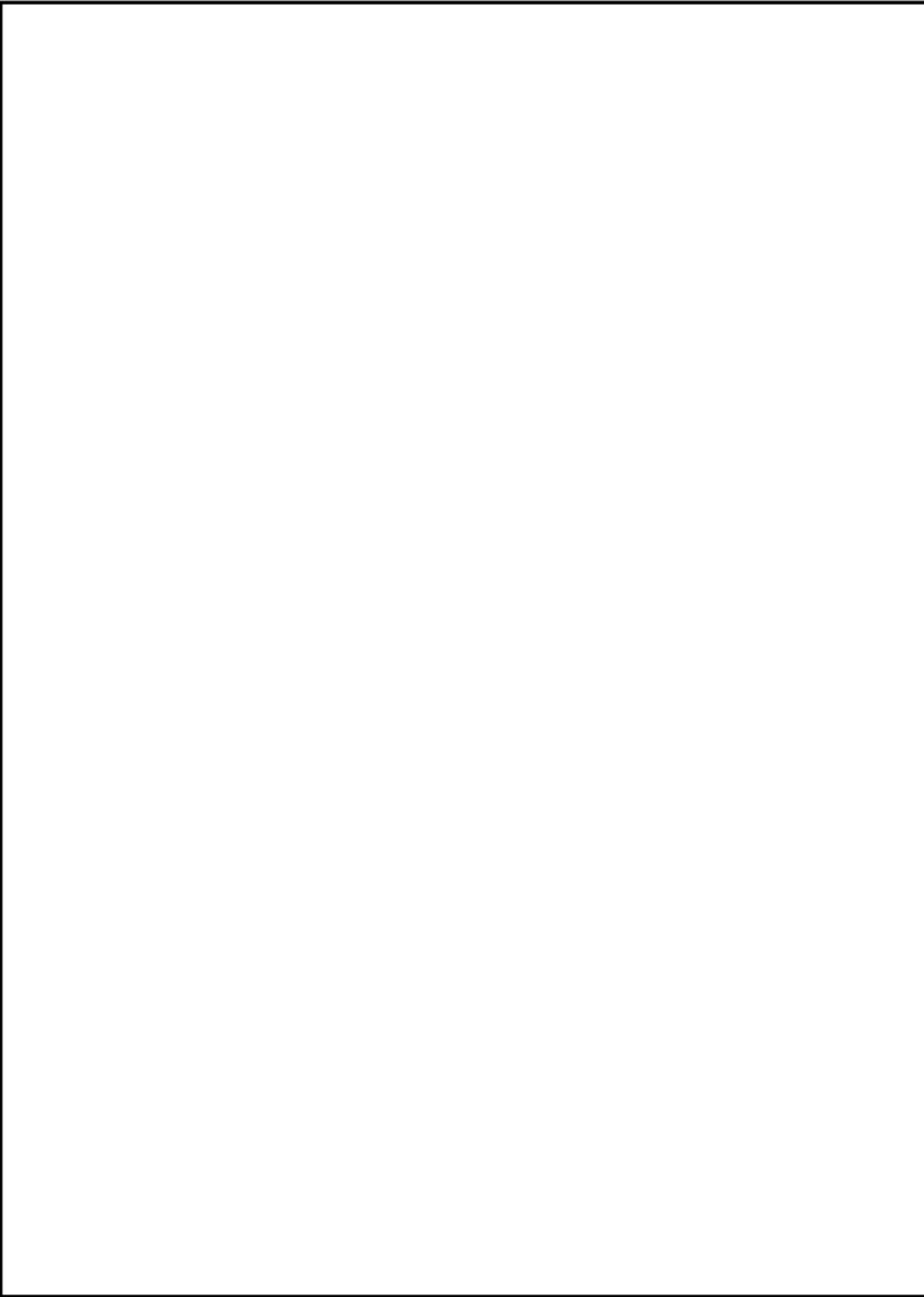
Toledo, junio 1929.

Confeccionado por el Capitán

: - : - : - : - : Hermosa : - : - : - : - :

Profesor de Juegos y Deportes







COPIA DIGITAL