




## COLPBOL

<p><b>OBJETIVO</b></p> 	<p>El Colpbol es un deporte colectivo de invasión disputado por dos equipos mixtos formados por 7 miembros, en un espacio claramente definido, cuya finalidad es introducir, a base de golpes con las manos, una pelota en la portería contraria. Deporte muy dinámico, coeducativo, cooperativo y solidario y a la vez divertido y motivador. Los pilares fundamentales del mismo, que definen su esencia son la cooperación elevada al máximo exponente, es un juego al primer toque obligatoriamente, la coeducación e igualdad de género, es un deporte original y reglamentariamente mixto y la capacidad de integración de tod@s en su práctica.</p> <p>Deporte reconocido por la Generalitat Valenciana, regido por la Asociación Deportiva Colpbol y con una liga regular la LOC (Liga de Colpbol) donde participan cada año más de 4000 deportistas.</p>
<p><b>MATERIAL</b></p>	<p>Pista rectangular de 20x40 metros con porterías de 2x3 metros. Balón reglamentario de Colpbol de forma esférica y bote dinámico con unas medidas de 65 a 72 cm. de circunferencia y un peso de entre 150-180 gramos.</p>
<p><b>TERRENO de JUEGO Y Nº de PARTICIPANTES</b></p>	<p>El terreno de juego es una pista rectangular de 40 metros de largo y 20 metros de ancho, con porterías cuyas medidas interiores son de 2 m de alto y 3 m coronadas con un área de portería a 9 m de la misma.</p> <p>Un equipo, obligatoriamente mixto, se compone de 12 jugadores como máximo. Un partido lo juegan 7 jugadores (6 jugadores de campo y 1 portero).</p> 
<p><b>PRINCIPALES REGLAS</b></p> 	<p>La Habilidad básica del Colpbol es el golpeo. Es la base del juego. La pelota solo se puede jugar a base de golpes con las manos, brazos o parte superior del cuerpo. Además (regla fundamental del juego) nunca, ningún jugador puede golpear la pelota dos veces consecutivas (dobles). Prohibido: hacer doble toque, toque intencionado con las piernas o pies, golpear el balón con el puño cerrado, retener, agarrar o lanzar el balón con una o ambas manos... Todas las infracciones se resuelven con falta, que se ejecuta con un saque efectuado por el equipo que la ha recibido desde la línea de banda, del lugar más próximo donde se ha producido la infracción.</p> <p>Ningún jugador puede golpear la pelota con el pie, excepto, exclusivamente, el portero, dentro su área de meta (definida reglamentariamente como área de 9 metros) y solo en situación defensiva. Todos los saques se efectúan con un golpeo al balón y los demás jugadores, obligatoriamente a 3 metros de distancia.</p> <p>No hay penaltys. Falta dentro del área, se ejecuta igual que cualquier otra.</p> <p>Duración del encuentro: Para equipos de más de 18 años, la duración del encuentro es de dos tiempos de 25 minutos con 10 minutos de descanso. La duración del encuentro para equipos de edades inferiores a 18 años es de 2x20 minutos (13 a 18 años) y de 2x12 minutos de 8 a 12 años, en estos dos casos con un descanso de 5 minutos. (más info <a href="http://www.colpbol.es">www.colpbol.es</a>)</p>

Para más información consultar el libro: "El Colpbol, un deporte integrador e igualitario". (Editorial Carena. 2010) de Juanjo Bendicho

**JUANJO BENDICHO**