



4–6 september 2026 i Malmö

Idrottsguide:
Innebandy



**SPECIAL
OLYMPICS
SWEDEN**
INVITATIONAL
GAMES 2026

Innehåll

3	Välkommen till SOSIG!
4	Tävlingsinformation
5	Inför tävlingen
6	Under tävlingen
8	Packlista
9	Speci-Lo
10	Allmänt



Välkommen till SOSIG!



Vi är så glada att just du ska vara med.

Här får du träffa nya vänner, uppleva spännande tävlingar och känna glädjen i att tävla tillsammans med andra.

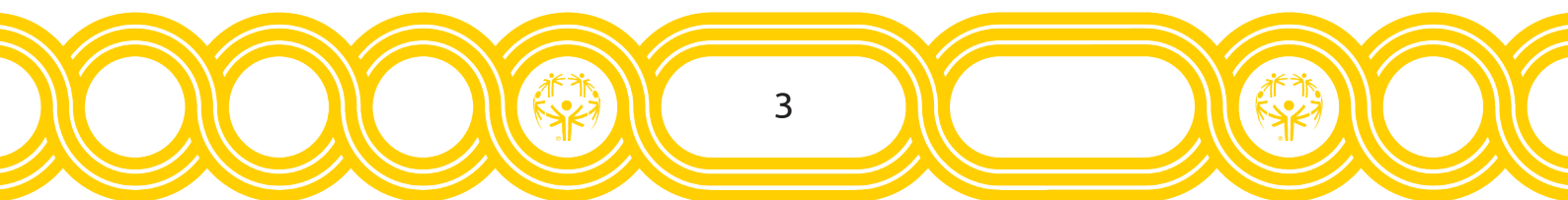
Det kommer att vara idrottare från Sverige och 25 andra länder som är med och tävlar i Malmö!

Det viktigaste du ska tänka på är att:

- Ha roligt
- Göra ditt bästa
- Vara en del av gemenskapen med alla idrottare och ledare

Vi på Special Olympics Sverige ser verkligen fram emot att träffa dig!

Hälsningar,
Special Olympics Sverige



Tävlingsinformation

Arrangörer för innebandytävlingen är:

- Svenska Innebandyförbundet
- Stöd av: Malmhaug IBF



Kontaktuppgifter till tävlingledningen

Jonatan Widell
jonatan.widell@innebandy.se



Tävlingsarena

Baltiska Hallen
Adress: Eric Perssons väg 1



Omlädningsrum

Det finns möjlighet att byta om och duscha på området.



Informations- och ledarmöte

Ett digitalt informationsmöte kommer att hållas i augusti.
Mötet är på engelska.

Inbjudan och möteslänk mejlas ut.



Annat viktigt att tänka på:

Det är frivilligt att använda skyddsglasögon under spel.

Målvakt måste använda godkänd hjälm.

Målvaktshandskar är valfritt.



Inför tävlingen

Vad behöver jag ha med mig till tävlingen?

Ta med:

- Innebandyklubba
- Matchtröja
- Shorts
- Strumpor
- Inomhusskor
- Skyddsglasögon (valfritt)
- Godkänd målvaktshjälm (gäller målvakter)
- Målvaktshandskar (valfritt)
- Handduk
- Vattenflaska



När ska jag vara på plats?

På lördagen ska laget vara på plats **en timme** före divisioneringen startar.

På söndagen ska laget vara på plats senast **45 minuter** innan tävlingen startar.



Närvaro

Närvaro innebär att lagledaren eller tränaren meddelar sekretariatet att laget är på plats och redo att delta i tävlingen.



Vad händer när du har anmält din närvaro?

När laget har anmält sig får ni ett omklädningsrum av sekretariatet.
Ni får också tider för era matcher.
Efter det byter ni om.
Sedan värmer ni upp inför matcherna.



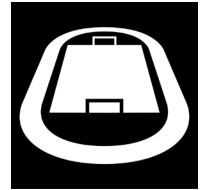
Under tävlingen

Divisionering

Tävlingen börjar med divisioneringsmatcher.

Dessa matcher avgör vilken nivå laget ligger på.
Alla lagets spelare ska delta i divisioneringsmatcherna.

Laget tilldelas en division som man sedan tillhör resten av tävlingen.
Divisionering görs för att matcherna ska bli så rättvisa som möjligt.



Tävlingsmatcher

Matchtider och spelschema sitter uppsatta i hallen.

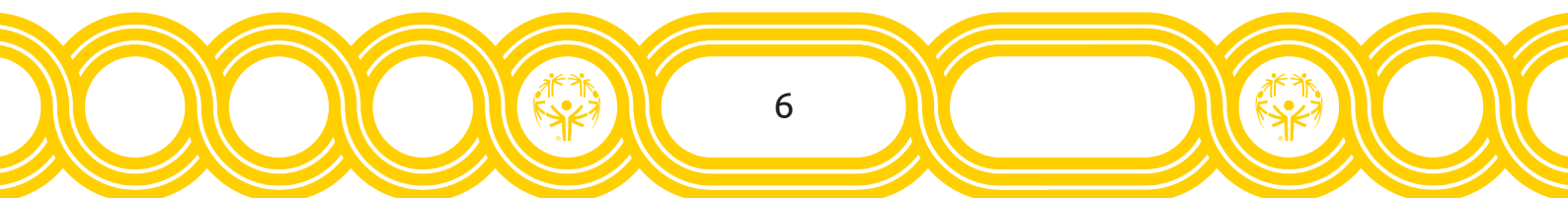
När du vet vilken plan laget ska spela på tar ni er dit.

Om du inte spelar match för tillfället ska du hålla dig i närheten av ditt lag så att du är redo för nästa match.

Så här går en tävling till:

1. Lagkaptenerna hälsar på varandra och domaren innan matchen startar.
2. Matchen spelas i 2 x 10 minuter fördelat på två perioder.
3. På planen ska det vara tre utespelare och en målvakt.
4. Varje lag har rätt till en timeout per match, vilken är 30 sekunder lång.
5. När matchen är slut tackar man alltid motståndarna och domaren genom att skaka hand.

Länk till regelhandbok för SO-innebandy



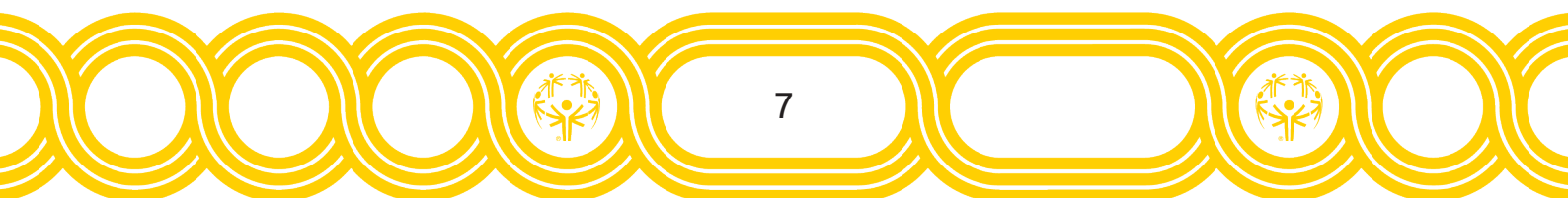
Prisutdelning

Prisutdelningen kommer att ske efter tävlingen på lördagen.

Det kommer att delas ut medaljer om man kommer 1:a, 2:a eller 3:a i varje viktklass.

Alla deltagare kommer att få en deltagarplakett.

Vid prisutdelningen måste du bära träningsoverall.



Packlista

Här är tips på en packlista med saker att ha med till Malmö och tävlingarna.

Idrottskläder

Kläderna du ska ha när du tävlar.



Vattenflaska

Märk den med ditt namn.



Utrustning

innebandyklubba, skyddsglasögon, målvaktshjälm



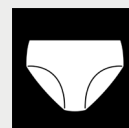
Övriga kläder

Kläder du ska ha när du inte tävlar.



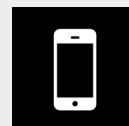
Underkläder

Trosor eller kalsonger och strumpor som räcker hela din vistelse



Mobil

Glöm inte mobilladdaren!



Regnkläder

Regnkläder kan vara bra på till exempel invigningen.



Necessär

Tips att ha i necessären: Deo, tvål, schampo, tandborste, tandkräm.



Medicin

Om du behöver medicin är det viktigt att du själv tar med dig det.



Speci-Lo

Speci-Lo är Special Olympics Sveriges maskot.

Hon är ett modigt lodjur som älskar idrott nästan lika mycket som hon älskar att kramas.

Speci-Lo kommer att vara med på SOSIG och är idrottarnas allra bästa vän.

Hon peppar och hejar och får idrottarna att ta fram sina inre lodjur, precis så som en bra kompis ska göra.

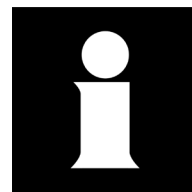


Allmänt

Frågor

Om du har några frågor kan du mejla oss.

E-postadress: info@specialolympics.se



Hemsidan

På <https://www.sogames2026.se/> finns all information om:

- Tävlingen
- Evenemanget
- Aktiviteterna runt omkring



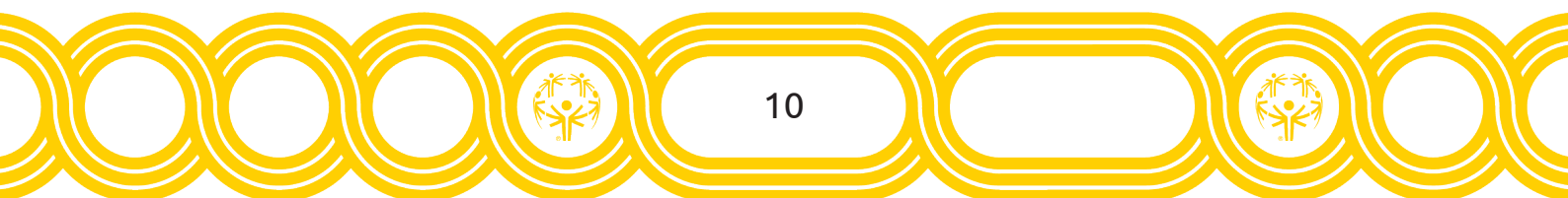
Där finns alltid den nyaste informationen med uppdaterade tider.

Vi ses i Malmö!

Vi ser fram emot att träffa dig under Special Olympics Sweden Invitational Games.

Vi önskar dig ett stort lycka till!

Vänliga hälsningar,
Special Olympics Sverige





SPECIAL OLYMPICS SWEDEN

INVITATIONAL GAMES 2026

EVENT HOSTS

**Special
Olympics**
Sweden



VISIT | **skåne**



MAIN PARTNERS



PARTNERS



Scandic



Folksam

boet

SIEMENS
Healthineers

SUPPORTERS

hemma.
com/
together

VINGE



HEAR

OO
OCEAN

ULLMAX®

**GRAND
TRAVEL
GROUP**

