

## ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ПЛЯЖНОГО ГАНДБОЛУ

*Ланевич Ростислав*

*Волинський національний університет імені Лесі Українки*

**Анотація. Актуальність.** Із кожним роком у світі з'являється все більше нових видів спорту, які стрімко розвиваються та стають популярними. Серед них – пляжний гандбол. Завдяки своїй видовищності він приваблює все більше людей і викликає великий інтерес у всьому світі. Наукові дослідження необхідні для його розвитку, оскільки це малодосліджений вид спорту, хоча кількість досліджень останнім часом збільшилася.

**Мета дослідження.** Дослідити історію виникнення та перспективи розвитку пляжного гандболу.

**Методи дослідження:** відповідно до мети дослідження були застосовані методи теоретичного аналізу й узагальнення науково-методичної літератури та інформаційних ресурсів мережі Інтернет.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Перша ідея про створення пляжного гандболу виникла в Італійському олімпійському комітеті в 1990 році, який намагався створити вид гандболу на піску, посиляючись на успіхи пляжного волейболу. 20 червня 1992 року, на Ізоладі-Понца, невеликому острові в південній Італії, вперше зіграли у пляжний гандбол. Ідея пляжного гандболу, як виду спорту, реалізовувалась поступово, протягом багатьох років, гравцями та тренерами. Величезним кроком у розвитку дисципліни стала участь пляжного гандболу в Юнацьких Олімпійських іграх у 2018 році у Буенос-Айресі (Аргентина). А у цьому році пляжний гандбол дебютував на Літніх Іграх у Парижі, де в рамках виставкового заходу були представлені світові зірки цього виду спорту. **Висновки.** Пляжний гандбол походить від класичного гандболу. На сьогодні пляжний гандбол присутній майже на всіх спортивних заходах глобального значення, що свідчить про зростання популярності виду спорту в світі. Головна ціль – бути в офіційній програмі на Олімпійських іграх і стати

## HISTORY AND PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF BEACH HANDBALL

*Lanevych Rostyslav*

**Abstracts. Relevance.** Every year more and more new sports appear in the world, which are rapidly developing and becoming popular. Among them is beach handball. Due to its spectacularity, it attracts more and more people and arouses great interest around the world. Scientific research is necessary for its development, as it is an under-researched sport, although the number of studies has recently increased. **The purpose of the study.** To study the history of origin and prospects of development of beach handball. **Research methods:** in accordance with the purpose of the study, the methods of theoretical analysis and generalization of scientific and methodological literature and information resources of the Internet were used. **Results of the research and their discussion.** The first idea about the creation of beach handball arose in the Italian Olympic committee in 1990, which tried to create a kind of handball on the sand, based on the success of beach volleyball. On June 20, 1992, beach handball was first played on Isola di Ponza, a small island in southern Italy. The idea of beach handball as a sport was realized gradually, over many years, by players and coaches. A huge step in the development of the discipline was the participation of beach handball in the Youth Olympic Games in 2018 in Buenos Aires (Argentina). And this year, beach handball made its debut at the Summer Games in Paris, where the world stars of the sport were present within the framework of an exhibition event. **Conclusions.** Beach handball originates from classic handball. Today, beach handball is represented at almost all sporting events of global importance, which indicates the growing popularity of the sport in the world. The main goal is to be in the official program at the Olympic Games and become an Olympic sport.

олімпійським видом спорту.

**Ключові слова:** пляжний гандбол, **Keywords:** beach handball, history, beach історія, змагання з пляжного гандболу, handball competitions, beach sports, rules of пляжні види спорту, правила пляжного the beach handball. гандболу.

---

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Із кожним роком в світі з'являється все більше нових видів спорту, які стрімко розвиваються та стають популярними. Серед них – пляжні ігрові види спорту. Вони є доступними та видовищними, дозволяють зміцнити здоров'я людей, що ними займаються, поліпшити емоційний і фізичний стан, здатні зацікавити молодь та залучити її до занять спортом [1].

Пляжний гандбол – це командний вид спорту, де дві команди, кожна з яких складається з воротаря і 3 польових гравців, передають або штовхають м'яч, використовуючи долоні (відкриті або закриті), руки, голову, корпус, стегна та коліна, намагаються закинути його у ворота команди суперника. Гра походить від звичайного гандболу [18], але її грають на піщаному майданчику розміром 27 × 12 метрів, включаючи ігрову зону та дві площі воріт. Ігрова поверхня складається з вирівняного піску, максимально рівномірного, без каменів і всього іншого, що може становити ризики порізів або травм гравців. Поверхня майданчика засипається піском завглибшки, принаймні, 40 см. Стійки воріт повинні знаходитися вертикально, а їх висота становить 2 метри від поверхні піску. Нижня сторона поперечини та внутрішня відстань між вертикальними стійками воріт 3 метри. При дотриманні правил вільних замін під час фаз нападу, голкіперу дозволяється виходити з площі воріт і замінюватися польовим гравцем, спеціалістом, створюючи ситуацію чисельної переваги. Матч включає два 10-хвилинних періоди, рахунок у яких ведеться роздільно, із золотим голом у випадку нічийного періоду. Якщо у кінці періоду рахунок залишається нічийним, використовується Правило «Золотий Гол». Переможцю кожного періоду присуджується одне очко. Якщо обидва періоди виграні однією командою, ця команда оголошується переможцем із рахунком 2:0. Якщо кожна з команд виграє по періоду, то результат буде нічийним. Оскільки завжди повинен бути переможець, застосовується правило «Буліти» (один гравець проти воротаря) [17]. Пляжний гандбол грають переважно під час літніх перерв у розкладі командного гандболу [14].

Філософія пляжного гандболу заснована на Принципах «Чесної Гри». Кожне рішення повинне прийматися відповідно до цих принципів. Чесна гра – це поважати життя та здоров'я кожного гравця; поважати дух і філософію гри; поважати хід гри, не отримуючи переваги шляхом порушення правил; сприяти духу справжньої спортивної майстерності та виконувати культурно-спортивну місію заходу [17].

Завдяки своїй видовищності та популярності пляжний гандбол приваблює все більше людей і викликає великий інтерес у всьому світі. Щороку розширюється

його географія, зростає майстерність спортсменів, кількість команд і шанувальників [2].

Пляжний гандбол це відносно новий вид спорту, який виходить на професійний рівень. Наукові дослідження необхідні для його розвитку, оскільки це малодосліджений вид спорту, хоча кількість досліджень останнім часом збільшилася [7, 12, 19].

**Мета** – дослідити історію виникнення та перспективи розвитку пляжного гандболу.

**Методи.** Відповідно до мети дослідження були застосовані методи теоретичного аналізу й узагальнення науково-методичної літератури та інформаційних ресурсів мережі Інтернет.

**Результати дослідження.** Перша ідея про створення пляжного гандболу виникла в Італійському олімпійському комітеті в 1990 році, який намагався створити вид гандболу на м'якому піску [3]. Голова відділу реклами Національного олімпійського комітету Італії (CONI), професор Бріані, виступив з ідеєю перенести інші види спорту на пляж, посиляючись на успіхи пляжного волейболу в 1990-х роках. Професор Бартоліні, який на той час відповідав за шкільний гандбол у Національній федерації гандболу Італії (FIGH), взявся за це завдання та склав перший набір правил для нової гри. Для використання великої кількості вже існуючих майданчиків для пляжного волейболу було зменшено ігрове поле та кількість гравців у порівнянні з гандболом у приміщенні. Щоб зробити гру швидшою та привабливішою, уся бічна лінія була визначена зоною для заміни [6].

20 червня 1992 року, на Ізола-ді-Понца, невеликому острові в південній Італії вперше зіграли у пляжний гандбол [3, 7]. Двох арбітрів міжнародної категорії з гандболу з Італії – Ді П'єро та Масі (Італія), запросили керувати іграми й оцінювати правила разом із професором Бартоліні. Базуючись на досвіді цих ігор, була проведена початкова робота щодо привабливості виду спорту. У пляжному гандболі: «спіймати та кинути м'яч у повітрі», (нині це називається «in-flight» у пляжному гандболі, «alley-oop» – у баскетболі, або «Kempa trick» – в гандболі), голи воротаря – винагороджувалися додатковим очком, а голи головою – двома додатковими очками. Метод підрахунку із двома окремими періодами та булітами (на той час визначалося як «один проти воротаря») вже був запроваджений. Все було зроблено так, щоб гра була максимально видовищною для учасників і глядачів [6].

У тому ж році Буттареллі та Скіано заснували Comitato Organizzatore Handball Beach (СОНВ) в Італії, яка є першою в світі організованою асоціацією пляжного гандболу. Під керівництвом СОНВ влітку 1993 року в італійському регіоні Лаціо відбувся перший офіційний міжнародний турнір з пляжного гандболу [6, 8].

Інтерес до пляжного гандболу постійно зростав у всьому світі в наступні роки після його народження. Завдяки цьому в травні 1994 року Міжнародна федерація гандболу (INF) офіційно визнала цю спортивну дисципліну [3]. У вересні

того ж року під час Конгресу IHF у Гарлімі (Нідерланди) були викладені перші міжнародно затверджені правила цієї дисципліни «Пляжний гандбол – Правила гри» [6, 9, 12].

Після Першого семінару експертів з пляжного гандболу, який відбувся в Марсалі (Італія) у 1996 році, пляжний гандбол був включений до статуту Європейської федерації гандболу (EHF). Понад 20 учасників із 15 країн обговорювали філософію гри та її основу [9, 15]. Після обговорення багатьох аспектів Правил гри, вони були представлені на затвердження IHF у лютому 1998 року. Найбільш обговорюваними пунктами були зона заміни, система підрахунку очок і санкції. Ці аспекти чітко відрізняли можливі варіанти гри: створити новий вид спорту чи грати в «гандбол на піску» [12, 13].

На початку багато пляжних гандболістів (гравці та тренери), які були набрані з класичного гандболу, переважно грали в «гандбол на піску». Ідея пляжного гандболу, як виду спорту, реалізовувалась поступово, протягом багатьох років, гравцями та тренерами. Гра називається пляжним гандболом лише в тому випадку, якщо ідея гри (закидання очок, боротьба за м'яч) реалізована відповідно до правил пляжного гандболу та основної філософії [6].

У перші роки, було багато творчих акцентів з боку тренерів і команд. Як закріплено в правилах IHF, окрім голів спеціаліста (воротаря) і 6-метрових, «креативні та видовищні голи» також оцінювалися додатковим балом [17]. Спочатку єдиним креативним елементом, який грали, був кидок у польоті (in-flight), під час якого м'яч передається партнеру по команді, і він/вона ловить його під час стрибка та кидає у ворота. Кидок у польоті «in-flight» – це складна взаємодія принаймні двох гравців, у якій таймінг, пас, ловля в повітрі і, нарешті, кидок із відносно складної ситуації створюють захоплююче видовище. Запровадження кидка у польоті спонукало до захисних дій спрямованих на запобігання гольової передачі. Тому, потрібно було знайти вид кидка у два бали для одного гравця. Було багато різних підходів до розв'язання цієї проблеми. Наприклад, деякі команди виконували перекид вперед або колесо перед воротами. У цей період арбітри були наділені «відкритими правилами» і винагороджували будь-який «креативний чи видовищний» підхід двома балами, а пляжний гандбол опинився під загрозою переродження в циркове дійство. Щоб уникнути цього, необхідно було вивести зрозумілі визначення «креативних і видовищних кидків», які б забезпечили чіткі правила для всіх учасників [6].

Таким елементом став кидок після піруету (spin shot). У цьому маневрі гравець повертається на 360 градусів у повітрі, обертається навколо своєї вертикальної осі перед кидком. Сьогодні цей кидок займає значну частину індивідуальної техніки у пляжному гандболі та став головним елементом ефектних кидків і надав нових ідей у розвитку гри.

Стратегічна зміна в структурі гри відбулася у 2002 році в іспанському Кадісі (другий Чемпіонат Європи з пляжного гандболу). Це був перший чемпіонат, у якому «spin shot», поряд із кидком у повітрі, також оцінювався за два очки [20].

Вперше Європейська федерація гандболу (EHF) провела Чемпіонат Європи із пляжного гандболу в Італії у місті Гаєта в липні 2000 року. В ньому брали участь по вісім чоловічих і жіночих команд. На сьогодні чемпіонати Європи із пляжного гандболу проводяться кожні два роки (з 2007 року – по непарних роках) [4].

Розвитку пляжного гандболу в світі сприяло включення його у програми міжнародних комплексних змагань. Із 2001 року пляжний гандбол входить до програми Всесвітніх ігор. В Акіті (Японія) у 2001 році та Дуйсбурзі (Німеччина) у 2005 році пляжний гандбол був показовим видом спорту. Із 2009 року він входить до програми основних видів: у Гаосюні (Тайвань) – 2009, в Калі (Колумбія) – 2013, у Вроцлаві (Польща) – 2017, у Бірмінгемі (США) – 2022. Всесвітні ігри проводяться раз на чотири роки у наступний рік після літніх Олімпійських ігор [11].

Перший офіційний чемпіонат світу з пляжного гандболу Міжнародна федерація гандболу (IHF) провела у листопаді 2004 року в Ель-Гуні у Єгипті. Відтоді чемпіонати світу проводяться кожні два роки (крім 2020 року у зв'язку з COVID-2019). У 2017 та 2022 роках проводилися чемпіонати світу серед молодіжних команд [10].

В останні роки пляжний гандбол стає все більш популярним [16]. Величезним кроком у розвитку дисципліни стала участь пляжного гандболу в Юнацьких Олімпійських іграх у 2018 році у Буенос-Айресі (Аргентина). Пляжний гандбол був одним із видів спорту з найбільшою присутністю глядачів на стадіонах і одним із найпопулярніших під час прямих трансляцій на Олімпійському каналі [10].

Минулого року у Кракові (Польща) пляжний гандбол уперше увійшов до програми III Європейських ігор [5] і став черговими масштабними змаганнями поряд з Юнацькими Олімпійськими іграми, Всесвітніми іграми, Всесвітніми пляжними іграми ANOC, Африканськими іграми, Азійськими пляжними іграми, Південноамериканськими пляжними іграми та багатьма іншими глобальними та континентальними подіями.

Цього року пляжний гандбол дебютував на літніх Іграх у Парижі 2024 року, де в рамках виставкового заходу були представлені світові зірки цього виду спорту. Хоча пляжний гандбол ще не є олімпійським видом спорту, він був частиною «IHF Beach Handball Showcase», який проходив 27-29 липня неподалік від Парижа в м. Кретей у Франції. Скориставшись тим, що французька столиця приймала Олімпійські ігри 2024 року в Парижі в липні та серпні цього року й була в центрі уваги світової спортивної громадськості, організатори «IHF Beach Handball Showcase» прагнули привернути увагу до цього захоплюючого виду спорту та його культури. Спортсмени з 18 різних країн брали участь у восьми командах. Три команди в кожному гендерному змаганні були змішаними, тоді як четверта команда в кожному змаганні представляла країну-господаря – Францію [10].

**Дискусія.** Пляжний гандбол – відносно молодий вид спорту. Це динамічна та захоплююча гра, що швидко набирає популярність із кожним роком. Це

зумовлено, перш за все, доступністю, динамічністю й емоційністю. Це дослідження пропонує бібліографічний огляд цієї спортивної дисципліни та містить хронологію основних подій розвитку за останні роки, їхній вплив на еволюцію виду спорту в світі.

Правила пляжного гандболу розвивалися з часом і це зробили гру більш захоплюючою та справедливою, динамічною та видовищною. Бонусні очки за «креативні та видовищні кидки», стимулюють гравців до виконання складних технічних прийомів. Це додає гри елементу шоу та підвищує її популярність. Ці зміни зробили пляжний гандбол більш привабливим як для гравців, так і для глядачів. Зростання кількості міжнародних турнірів сприяло популяризації пляжного гандболу в різних країнах. Це дозволило гравцям із усього світу демонструвати свої навички на великій сцені й підвищило рівень спортивної конкуренції. Спрямування пляжного гандболу на професіоналізацію та комерціалізацію привенуло увагу великих міжнародних спортивних організацій, що значно вплинуло на розиток цього виду спорту.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Пляжний гандбол походить від класичного гандболу. З моменту зародження пляжний гандбол набув неабиякої популярності та за кілька років став сучасною спортивною дисципліною з чіткою філософією, структурою та правилами. У цю гру грають на всіх континентах і вона продовжує розвиватись. На сьогодні пляжний гандбол присутній майже на всіх спортивних заходах глобального значення, таких як Юнацькі Олімпійські ігри, Всесвітні ігри, Всесвітні пляжні ігри ANOC, Європейські ігри, Африканські ігри, Азійські пляжні ігри, Південноамериканські пляжні ігри та багато інших континентальних подій, що свідчить про зростання популярності виду спорту в світі.

Популярність пляжного гандболу продовжує зростати, і одна з головних цілей – бути в офіційній програмі на Олімпійських іграх і стати Олімпійським видом спорту. Включенням пляжного гандболу, як демонстраційного виду спорту до програми Олімпійських ігор 2024 року, є важливим кроком до його консолідації як спортивної дисципліни.

#### **Список літературних джерел:**

1. Дев'ятаєва О., Кропивницька Т. Перспективи розвитку пляжних ігрових видів спорту у контексті сучасних тенденцій міжнародного спортивного руху. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2015. № 4. С. 66-70. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2015.4.66-70>
2. Ланевич Р., Ланевич А. Аналіз виступів збірних України з пляжного гандболу на міжнародних змаганнях. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному

#### **References:**

1. Deviataieva, O., & Kropyvnytska, T. (2015). Perspectives for development of the beach sports games within the context of current trends of the international sports movement. Theory and Methods of Physical Education and Sports, 4, 66-70. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2015.4.66-70>
2. Lanevych, R., & Lanevych, A. (2022). Analysis of the Ukraine National Beach Handball Team Performances at International Sports Competitions. Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society, 4(60), 66-

- супільстві. 2022. № 4 (60). С. 66-70. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2022-04-66-70>
3. Bebetsos G. Beach handball from A to Z. Basel: International Handball Federation, 2012.
4. EHF Competition Archive. URL: <http://surl.li/edhmn>
5. European Games official website. URL: <https://european-games.org/>
6. Fasold F., Gehrер A., Klatt S. Beach Handball for Beginners. History, Organization, Rules and Gameplay. Springer Spektrum Berlin, Heidelberg, 2022. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-64566-6>
7. Gehrер A. and Werkmeister N. Beach-Handball. Der Neue Sommer sport. Göppingen: GA., 2006.
8. Gehrер A. The development of beach handball over the past ten years. Periodical, 2004.
9. Guerrero J. Beach Handball: History. The EHF-Course no. 3 for EHF Beach Handball Referee Candidates and the 2nd EHF Beach Handball Delegates' Course. Alanya (TUR): EHF and Turkish Handball Federation, 2003. <https://www.anocolympic.org/awbg-sport/beach-handball/>
10. IHF URL: <https://www.ihf.info/>
11. International Word Games. Association, 2024. URL: <https://www.theworldgames.org/>
12. Morillo J. P., Hernández-Mendo A. Análisis De La Calidad Del Dato De Un Instrumento Para La Observación Del Ataque En Balonmano Playa. Revista Iberoamericana De Psicología Del Ejercicio Y El Deporte, 2015. Vol. 10, no. 1. P. 15-22.
13. Morillo J.P. *Balonmano playa*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva. S. L., 2009.
14. Müller C., Willberg C., Reichert L., Zentgraf K. External Load Analysis in Beach Handball Using a Local Positioning System and Inertial Measurement Units. Sensors, 2022. 3011. <https://doi.org/10.3390/s22083011>
15. Origin and Evolution of Beach Handball / Juan Pablo Morillo Baro (Coordinator), Daniel Lara Cobos. Juan Antonio Sanchez Saez. Jose Miguel Sanchez Malia. Beach Handball Commission Education Department – 2017. Registered under ISBN 978-84-87351-01-3
70. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2022-04-66-70>
3. Bebetsos, G. (2012). Beach handball from A to Z. Basel: International Handball Federation.
4. EHF Competition Archive. URL: <http://surl.li/edhmn>
5. European Games official website. URL: <https://european-games.org/>
6. Fasold, F., Gehrер, A., & Klatt, S. (2022). Beach Handball for Beginners. History, Organization, Rules and Gameplay. Springer Spektrum Berlin, Heidelberg. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-64566-6>
7. Gehrер, A., & Werkmeister, N. (2006). Beach-Handball. Der Neue Sommer sport. Göppingen: GA..
8. Gehrер, A. (2004). The development of beach handball over the past ten years. Periodical.
9. Guerrero, J. (2003). Beach Handball: History. The EHF-Course no. 3 for EHF Beach Handball Referee Candidates and the 2nd EHF Beach Handball Delegates' Course. Alanya (TUR): EHF and Turkish Handball Federation, 2003. <https://www.anocolympic.org/awbg-sport/beach-handball/>
10. IHF URL: <https://www.ihf.info/>
11. International Word Games. Association, 2024. URL: <https://www.theworldgames.org/>
12. Morillo, J. P., & Hernández-Mendo, A. (2015). Análisis de la calidad del dato de un instrumento para la observación del ataque en balonmano playa. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 10 (1), 15-22.
13. Morillo, J.P. (2009). *Balonmano playa*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva. S. L..
14. Müller, C., Willberg, C., Reichert, L., & Zentgraf, K. (2022). External Load Analysis in Beach Handball Using a Local Positioning System and Inertial Measurement Units. Sensors, 3011. <https://doi.org/10.3390/s22083011>
15. Origin and Evolution of Beach Handball / Juan Pablo Morillo Baro (Coordinator), Daniel Lara Cobos. Juan Antonio Sanchez Saez. Jose Miguel Sanchez Malia. Beach Handball Commission Education Department – 2017. Registered

16. Pueo B., Espina-Agullo J. J., Selles-Perez S., Penichet-Tomas A. Optimal Body Composition and Anthropometric Profile of World-Class Beach Handball Players by Playing Positions. *Sustainability*, 2020. № 12(17). 6789 <https://doi.org/10.3390/su12176789>
17. Rules of the game Beach-Handball. IHF, October 2021. URL: [https://www.ihf.info/sites/default/files/2022-02/09B%20-%20Rules%20of%20the%20Game\\_Beach%20Handball\\_E.pdf](https://www.ihf.info/sites/default/files/2022-02/09B%20-%20Rules%20of%20the%20Game_Beach%20Handball_E.pdf)
18. Zapardiel Cortés, Juan & Lara Cobos, Daniel & Rodríguez Hernández, María. Beach handball to improve jumping power. Conference: II EHF Scientific Conference. Vienna, Austria, 2013. P. 310-313.
19. Zapardiel Cortés, Juan & Paramio, Eva & Lozano, Demetrio & Ferragut, Carmen. Comparison of the time to peak torque between beach handball players and athletes of non-ball throwing disciplines. *Revista Internacional de Deportes Colectivos*. 2018. Vol. 32. P. 71-84.
20. Zapardiel J.C. Propuesta de principios metodológicos para el entrenamiento técnico-táctico en balonmano playa. Federación Madrileña de Balonmano, Madrid, 2018.
- under ISBN 978-84-87351-01-3
16. Pueo, B., Espina-Agullo, J. J., Selles-Perez, S., & Penichet-Tomas, A. (2020). Optimal body composition and anthropometric profile of world-class beach handball players by playing positions. *Sustainability*, 12(17), 6789. <https://doi.org/10.3390/su12176789>
17. Rules of the game Beach-Handball. IHF, October 2021. URL: [https://www.ihf.info/sites/default/files/2022-02/09B%20-%20Rules%20of%20the%20Game\\_Beach%20Handball\\_E.pdf](https://www.ihf.info/sites/default/files/2022-02/09B%20-%20Rules%20of%20the%20Game_Beach%20Handball_E.pdf)
18. Zapardiel Cortés, Juan & Lara Cobos, Daniel & Rodríguez Hernández, María. (2013). Beach handball to improve jumping power. Conference: II EHF Scientific Conference. Vienna, Austria, 310-313.
19. Zapardiel Cortés, Juan & Paramio, Eva & Lozano, Demetrio & Ferragut, Carmen. (2018). Comparison of the time to peak torque between beach handball players and athletes of non-ball throwing disciplines. *Revista Internacional de Deportes Colectivos*, 32, 71-84.
20. Zapardiel, J.C. (2018). Propuesta de principios metodológicos para el entrenamiento técnico-táctico en balonmano playa. Federación Madrileña de Balonmano, Madrid.

**DOI: 10.31652/2071-5285-2024-18(37)-120-127**

**Відомості про автора:**

**Ланевич Р.;** orcid.org/0000-0001-6439-2996; Lanevych.Rostyslav@vnu.edu.ua;  
Волинський національний університет імені Лесі Українки