



# ZAALHOCKEY MHC GOIRLE

23-11-2016

*“Instructieavond 1 zaal hockey  
seizoen 2016-2017”*

Zaalhockeycommissie



# Agenda

1. Inleiding
2. Zelf te regelen door teams / Nieuwe competitievorm
3. Zaalhockey in beeld (met dank aan HC Weert) - spelregels
4. Verschillen veld – zaal
5. Praktijk → bijeenkomst 3 december o.l.v. Vera Vorstenbosch

# Inleiding





# Zelf te regelen door team

- Voorbeeldbrief met informatie en tips
- Betalingen contributie (en innen bij spelers)
- Scheidsrechters bij thuiswedstrijden
  - Cursus gewenst?
- Zaalwachten bij thuiswedstrijden
  - [Korte instructiefilm \(staat ook op LISA – zaalhockey\)](#)
  - [Zaalwacht instructies \(staat ook op LISA - zaalhockey\)](#)
- Handleiding opbouwen Frankenhal



# Nieuwe competitievorm

- Poules van 5 of 7 teams
- Drieluiken i.p.v. enkele wedstrijden
  - A – B
  - A – C
  - B – C
  - Bijvoorbeeld 6 drieluiken i.p.v. 10 wedstrijden
- 2 thuispeelmomenten ipv 5
- 2 x 20 minuten i.p.v. 2 x 30 minuten (2 ½ uur per drieluik)



# Zaalhockey in beeld

De spelregels

Korte instructiefilm

[https://www.youtube.com/watch?v=O9\\_qwXzegEo](https://www.youtube.com/watch?v=O9_qwXzegEo)

HV Weert

Alternatief: <https://vimeo.com/33573787>

Almeerse hockeyclub

# Verschillen veld – zaal (1)



## VELDHOCKEY

## ZAALHOCKEY

### 1. SPELEN VAN DE BAL

Slaan, pushen, scoopen

Alleen pushen toegestaan:  
*duwbeweging met stick; geen schuifslag (max. zwaaibeweging = 50 cm) en geen flats !*

Bal mag van de grond, tenzij de speler van de bal daarbij gevaar veroorzaakt.

Bal moet langs de grond verplaatst, behalve bij push op doel. Bij stoppen mag de bal max. 10 cm opspringen, *zolang dit tegenspelers niet hindert*. Bal in de lucht mag niet worden verplaatst, maar tegen hoge ballen op doel mag een stoppoging gedaan worden *met een **zo stil mogelijke** stick*.  
1 – 1 duel; bal dus ook niet "over" een (liggende) stick heen spelen.

# Verschillen veld – zaal (1a)



## **KNHB: Hoog spel: wanneer fluiten we?**

### •Fluiten:

- hinder voor een tegenstander
- iedere pass met een stijging van  $> 10$  cm
- als er geen sprake is van voordeel

### •Niet fluiten:

- pass zonder hinder blijft onder de 10 cm
- opstuitende stop zonder hinder
- stop in cirkel gaat zonder hinder hoog over doel of achterlijn (aanvallend én verdedigend raken)
- bal over de zijbalk zonder overtreding: inpush
- als voordeel geven beter is dan fluiten



# Verschillen veld – zaal (2)



## 2. SPEELVELD EN DOELEN

Lengte = 91m; Breedte = 55m  
Doel = 2,14m hoog; 3,66m breed, met achtershot (= 46 cm)

Lengte = 36-44m; Breedte = 18-22m  
Doel = 2m hoog; 3m breed  
Doelpalen = 8x8 cm; doellijn = max. 8 cm

Zijlijnen

Zijbalken (10 x 10 cm, naar veld afgeschuind)

Straal cirkel = 14,63m

Straal cirkel = 9m

Strafbalstip op 6,40m  
Strafcornermerk op 10m van doelpaal

Strafballijn of -stip op 7m  
Strafcornermerk op 6m van doelpaal

Teambanken  
Hoekvlaggen  
23-metergebieden met zwaardere straf bij opzettelijke overtreding die een aanval afbreekt

Teambanken, strafbank en wedstrijdtafel  
Geen hoekvlaggen  
**Op hele eigen helft zwaardere straf bij opzettelijke overtreding die een aanval afbreekt**

# Verschillen veld – zaal (3)



## 3. TEAMS EN WISSELS

Met min. 8 beginnen, max. 11

Met min. 4 beginnen, max. 6

Team: max. 16 spelers

Team: max. 12 spelers

Foutieve wissel: aanvoerder aanspreken / kaart geven

Foutieve wissel: strafcorner, bij herhaling met gele kaart. Indien de invloed van de wissel op het spel beperkt is, kan een groene kaart voor de aanvoerder volstaan.

Terugkeer na gele kaart: scheidsrechter geeft teken aan speler.

Terugkeer na gele kaart: tijdopnemer geeft teken aan speler.

# Verschillen veld – zaal (4)



## 4. TIJDWAARNEMING EN BIJHOUDEN STAND

Scheidsrechter

Tijdopnemer/zaalwacht; indien niet aanwezig: scheidsrechter

# Verschillen veld – zaal (5)



## 5. SPELHERVATTINGEN

Tegenstanders altijd op 5 meter. Medespelers idem bij nemen bal in aanvallend 23m-gebied.

In aanvallend 23m-gebied: bal (niet meer) op min. 5m van de cirkel nemen, plaats van overtreding. Cirkelpenetratie van de bal mag bij een selfpass na 5m gecontroleerde verplaatsing (bal 'aan' stick) en direct na een volgend balcontact van een tegenstander of medespeler.

Als de bal via een verdediger onopzettelijk over de achterlijn gaat: lange corner.

Inslaan als de bal over de zijlijn is gegaan.

Tegenstanders altijd op 3 meter. Medespelers idem bij nemen bal op helft tegenstander.

Op helft tegenstander: bal (niet meer) op min. 3m van de cirkel nemen, plaats van overtreding. Cirkelpenetratie van de bal mag bij een selfpass na 3m gecontroleerde verplaatsing (bal 'aan' stick), *via* de balk of na het spelen *tegen* een balk, en direct na balcontact van een andere speler. Een vrije push dichtbij de cirkelrand wordt niet meer teruggelegd tot 3 meter buiten de cirkel maar genomen op de plaats van de overtreding. Voordat de bal echter de cirkel in gespeeld mag worden moet deze:

- drie meter hebben gerold, of
- geraakt zijn door een tegenstander, of
- eerst de balk hebben geraakt, mits de bal eerst drie meter heeft gerold **voordat** de balk wordt geraakt. **NIEUW**

Als de bal via een verdediger onopzettelijk over de achterlijn gaat: lange corner **NIEUW**

Inpush na bal over zijbalk, op max. 1m binnen de balk en *altijd op minimaal 3m van de cirkel* (zoals bij een vrije push).

# Verschillen veld – zaal (6)



## 6. WAT WEL EN NIET MAG TIJDENS HET SPEL

Liggend spelen is niet verboden.

Spelers mogen niet liggend spelen en niet op hand, knie of arm steunen, *buiten* de hand die de stick vasthoudt. De keeper mag het wel: in eigen cirkel, wanneer hij én de bal er geheel binnen zijn.

Veldspelers mogen niet in het doel van de tegenpartij staan of achter één van beide doelen omlopen.

Spelers mogen niet in het doel van de tegenpartij staan of achter één van beide doelen omlopen. Afzetten tegen het doel mag niet.

De bal met de stick afschermen (stickafhouden / shielding) is verboden.

De bal met de stick afschermen (stickafhouden / shielding) is verboden. Extra: de bal tegen de balk klemmen met je stick mag ook niet.

'Opdringen van een overtreding' als overtreding is afgeschaft. Extreme gevallen worden nu bestraft onder de noemer "wangedrag" en "spelbederf".

De bal hard in de stick van een laag verdedigende tegenstander spelen mag niet, zeker niet wanneer diens lichaam achter de stick zit (dit heet "door het blok spelen"). Dat geldt ook voor het indraaien om door iemand "heen" te willen ...

Opsluiten in de hoek (zonder ruimte te laten) verboden

# Verschillen veld – zaal (7)



## 7. STRAFCORNER

Wordt toegekend bij een opzettelijke overtreding van een verdediger in diens *23-metergebied*.

Wordt toegekend bij een opzettelijke overtreding van een verdediger op diens *eigen helft*.

Max. 5 spelers (incl. keeper) achter de achter- en/of doellijn; andere verdedigers achter middenlijn; keeper niet per se in doel.

Verdedigers achter de **achterlijn**, aan de niet-aangeefzijde, en/of achter de middenlijn. Keeper moet achter de **doellijn**.

Slag mag bij 1<sup>e</sup> doelpoging alleen op plankhoogte; push mag hoog, mits niet gevaarlijk.

Slag mag niet; push mag hoog, mits niet gevaarlijk.

Bal moet na aangeven buiten de cirkel worden gespeeld; strafcornerregels vervallen wanneer bal 5m of méér buiten de cirkel komt.

Bal moet na aangeven buiten de cirkel worden gespeeld; strafcornerregels vervallen wanneer bal 3m of méér buiten de cirkel komt.

# Verschillen veld – zaal (8)



## 8. PERSOONLIJKE STRAFFEN

Tijdelijke verwijdering speler: 5 min. (10 min. bij *fors fysieke acties* tegen het lichaam); overtreder op teambank / in dug-out.  
Tijdelijke verwijdering coach: 10 min. achter het hek.

Groen = 1 minuut tijdstraf (nieuw)

Tijdelijke verwijdering speler: 2 min. (5 min. bij *fors fysieke acties* tegen het lichaam); overtreder meldt zich bij tijdopnemer en neemt plaats op strafbank.  
Tijdelijke verwijdering coach: 5 min. op de tribune.

Iedere definitief verwijderde moet naar het clubhuis.

Iedere definitief verwijderde moet naar de kantine.

Scheidsrechter signaleert terugkeer na straftijd.

Terugkeer na straftijd: tijdopnemer geeft speler/teambegeleider een teken.

# Verschillen veld – zaal (9)



## 9. KEEPER (BEWEGINGSVRIJHEID)

Vliegende keep: zonder helm op over het hele veld. Volledig geklede keeper (en vk met helm): eigen 23-metergebied.

Vliegende keep: zonder helm op over het hele veld, met helm eigen helft.

Volledig geklede keeper: eigen helft.



# Verschillen veld – zaal (9a)



## **KNHB:**

### **Schot op doel: wegwerken door keeper**

- Bal over de vloer op doel: - mag niet (om)hoog terug van de keeper, tenzij bal geen hinder of gevaar geeft
- Bal boven de grond op doel: - bal mag door keeper alle kanten op verwerkt, ook hoog/hoger - bal moet daarbij uitstuiten, dus:
  - a) meenemen in de lucht mag niet, maar:
  - b) onmiddellijke controle naar de grond is toegestaan –gevaarlijk vervolg: strafcorner - wegslaan = strafbal

# Verschillen veld – zaal (10)



## 10. BULLY

Nooit binnen 15 meter van de achterlijn.

Nooit binnen de cirkel. Bij een bully uit een cirkelsituatie moet de bal op 3 meter erbuiten gelegd worden (via haakse verplaatsing t.o.v. de achterlijn).

# Praktijk, tips & tricks



- Laat je horen, snel spel vraagt om hoor- en zichtbare scheidsrechters;
- Verplaats je met het spel en zorg dat je letterlijk het tweede paar ogen bent van je collega (je bent ook een team);
- Fouten maken is niet erg, als je het maar doortastend oplost;
- Leg niet onnodig de wedstrijd stil vanwege een overtreding, tenzij je er uiteraard voor MOET fluiten;
- Ga bij strafcorners in de cirkel van je collega op de middenstip staan zodat je goed beeld hebt op de goal en de bal;
- Ben duidelijk in je aanwijzingen en correcties maar vermijd onnodige discussies;
- Ben consequent in je fluiten en je sancties (“wisselen bij de middellijn is gedurende de hele wedstrijd wisselen bij de middellijn ...” / hoge ballen etc.) maar wordt geen ‘zeikerd’...;
- De tijd wordt NIET stilgezet (ook niet voor het wisselen van keepers), besteed de tijdswaarneming altijd uit aan de zaalwacht;
- Reageer (hoe lastig soms ook) NIET op (negatief) commentaar van coaches EN publiek;
- Pak fysiek en verbaal “geweld” in de wedstrijd gelijk hard aan, dat voorkomt vaak erger;
- Je speelt een belangrijke rol maar vergeet niet dat het om het hockey en het spelplezier gaat ...

# Materiaal



Ieder team krijgt een rekje met 24 ballen.

Iedere bal die kwijt raakt kost het team €5,-

Bij inleveren van te weinig ballen na de zaalcompetitie graag rekening houden met de financiële bijdrage vanuit het team zodat wij weer nieuwe ballen kunnen aanschaffen voor het volgende seizoen.

Bij voorbaat dank.