

# Zaalhockey 2017-2018

Instructies voor teams, coaches en zaalwacht



# Inhoudsopgave

## Instructie voor teams

Aantal wedstrijden

Thuishalwedstrijden

Scheidsrechters

Zaalwacht

Materiaal

Up-tempo schema

Afgelastingen

Geen kleedkamers beschikbaar

Uitrusting

## Instructie voor spelers en coaches

Speelveld

Balken

Speelduur

Pushen

Aantal spelers en wisselen

Strafcorner

Overzicht van de zaal

## Instructies voor de zaalwacht

Taken zaalwacht

Zaalachterwacht

Zaalhockey commissie

# Instructie voor teams

## Aantal wedstrijden

In totaal zijn er, over het algemeen, vijf speeldagen. Per dag speel je meestal twee wedstrijden. In principe speel je één keer in de thuishal. Let op: je kunt dus uit spelen in de thuishal, of thuis spelen bij een andere vereniging.

De wedstrijden worden op zaterdag en zondag gespeeld; de indeling is afhankelijk van de beschikbaarheid van de zalen.

## Thuishalwedstrijden

De thuishalwedstrijden worden gespeeld in sporthal 't Trefpunt te Gorssel (Molenweg 53-55)

## Scheidsrechters

Als zaal hockeyteam moet je voor de wedstrijden in de thuishal (de hele ochtend of hele middag) twee scheidsrechters leveren. Soms zijn er ouders met een scheidsrechterkaart of broers of zussen. Ook is het mogelijk om jeugdspelers uit andere teams (tegen vergoeding) te laten fluiten.

## Zaalwacht

Één of twee keer in de competitie speel je in de 'thuishal'. Voor ons is dat Het Trefpunt in Gorssel. Op zo'n dagdeel ben je als team verantwoordelijk voor het reilen en zeilen in deze hal. Hiervoor neem je als team zaalwachten mee. Dit zijn ouders die erop toezien dat de wedstrijden op tijd worden gespeeld en dat de organisatie van de competitie op dat dagdeel ordelijk verloopt. Geadviseerd wordt om blokken van 2 uur te maken waarbij steeds 2 ouders achter de wedstrijdtafel zitten.

## Materiaal

Ieder team heeft 2 zaalballen ontvangen. De ballen zijn voor het inspelen en als jullie in een thuishal spelen, is dit tevens de wedstrijdbal. Houd goed in de gaten dat je hem terugkrijgt en dat hij steeds bij de scheidsrechter ingeleverd wordt.

## Up-tempo schema

Alle zalen zijn voor een exacte tijd afgehuurd voor de zaalcompetitie; daar zit absoluut geen rek in. Dus als je om 09.00 uur moet spelen, zorg dat je om uiterlijk 08.45 uur aanwezig bent. Bij te laat verschijnen, wordt de wedstrijd niet uitgesteld, zelfs niet bij een blessure tijdens de wedstrijd. Het is echt 2x 20 minuten spelen; een rust van 5 minuten (let op: in die tijd moet je mogelijk ook nog van banken wisselen); bij einde wedstrijd: wedstrijdformulieren digitaal invullen en direct de zaal verlaten, zodat 5 minuten (!! ) daarna de volgende wedstrijd kan beginnen. Je hebt dus nauwelijks, of eigenlijk geen tijd om in te spelen. Als er een blessure is, wordt de tijd niet stil gezet.

## Afgelastingen

Alleen de KNHB kan een wedstrijd afgelasten i.v.m. de slechte weersomstandigheden (sneeuw) en daarmee het gevaar op de wegen. De zaal hockeycommissie wordt hier vroeg (uiterlijk 8.00 uur) over geïnformeerd en wij zorgen er voor dat er direct op onze eigen website gemeld wordt als wedstrijden geannuleerd worden en wij informeren de coaches. Houd de site dus voor vertrek goed in de gaten. Op de KNHB-site wordt dit ook gemeld.

### Geen kleedkamers beschikbaar

Met de KNHB is afgesproken dat de ontvangende teams geen kleedruimtes ter beschikking hoeven stellen. Daarom is het belangrijk om geheel omgekleed aan te komen bij de betreffende sporthal. Let er wel op dat er niet buiten wordt gelopen op de zalschoenen.

Meestal zijn er wèl kleedkamers beschikbaar, maar vaak moet er dan een borg betaald worden.

### Uitrusting

Voor zaalhockey is het handig of verplicht om een aantal specifieke zaken aan te schaffen.

#### o Stick

Het is aan te raden om met een speciale zaalhockeystick te spelen. De stick is veel lichter en de bol is platter. Daar kun je makkelijk mee pushen en doordat de bol zo plat is, kun je er heel goed een tip-in mee doen.

#### o Schoeisel

Het is verplicht om universele binnensportschoenen te dragen (zwarte en/of donkere zolen verboden), die geen sporen op de speelvloer achterlaten.

#### o Kleding en uitrusting

Reglementair is omschreven, dat de kleding en uitrusting van spelers (ook van de doelverdediger) geen delen mag bevatten die schade aan de speelvloer kunnen veroorzaken, of gevaar opleveren voor andere spelers. Je speelt in normaal clubtenue, de keeper dient in een van beide teams afwijkend kleur shirt te spelen. Scheenbeschermers en een beetje zijn verplicht.

#### o Handschoentje

HCGE adviseert nadrukkelijk het dragen van een zaalhockeyhandschoentje (voor de linkerhand); het liefst eentje met een duimbeschermer. Doordat je heel laag moet zitten en de stick vaak plat op de grond legt, kan je makkelijk een bal op je knokkels of duim krijgen

#### o Uitrusting keeper

Doelverdedigers mogen geen materiaal gebruiken, dat gevaarlijk is voor de medespelers en beschadiging kan aanbrengen aan de vloer . metalen gespen zijn niet toegestaan tenzij ze goed afgeplakt zijn met duck tape.

o LET OP! Sta je met verkeerde materialen in de zaal dan mag je NIET meedoen.

# Instructie voor spelers en coaches

Voor zaalhockey gelden andere regels en tactieken dan op het veld. Hieronder staan de belangrijkste verschillen op een rijtje. Lees voor de zekerheid ook de [spelregels op de KNHB site: www.knhb.nl/kenniscentrum/hockeysoorten/zaalhockey](http://www.knhb.nl/kenniscentrum/hockeysoorten/zaalhockey)

## Speelveld

- o Vloeroppervlak: 20 x 40 m.
- o Cirkel: 9 meter breed (kleiner dan bij veldhockey)
- o Doel: 3 m breed en 2 m hoog (kleiner dan bij veldhockey)

## Balken

Op de zijlijnen liggen balken van tien centimeter hoogte, die een schuine zijde naar de binnenkant van de vloer vertonen, zodat de bal niet (omhoog) buiten het speelveld kan geraken.

## Speelduur

De wedstrijdduur van zaalhockeywedstrijden is 2 x 20 minuten. Dit is de maximale tijd. Er wordt geen tijd stilgezet voor strafballen, blessurebehandeling etc.

## Pushen

De bal mag niet geslagen worden, maar alleen geduwd (push varianten). De bal moet over de grond gespeeld worden, uitsluitend bij doelpogingen mag de bal binnen de cirkel hoog worden gespeeld.

## Aantal spelers en wisselen

De wedstrijden in de zaal worden gespeeld met 6 tegen 6 spelers. Op de bank mogen nog maximaal 6 spelers zitten. Je mag dus met maximaal 12 spelers de zaal in. Om het wisselen te vergemakkelijken raden we aan met 11 spelers de zaal in te gaan. Per wissel worden vervolgens alle spelers behalve de keeper gewisseld.

Door de snelheid van het spel is het moment van wisselen belangrijk. Wij adviseren te wisselen op het moment dat er een dood spelmoment is waarop wij de bal uit mogen nemen. Als coach roep je dan "Bal vast en wissel". Vervolgens wissel je alle veldspelers.

In de zaal wordt ook strenger toegezien op correct wisselen. Bij een foute wissel krijg je al snel een strafcorner tegen! De wissels kunnen pas het veld in als de andere spelers het veld uit zijn. De wissels en begeleiding moeten op de bank zitten. Als je meer dan 12 spelers meeneemt, moeten de extra spelers op de tribune zitten.

## Strafcorner

Bij de verdedigende partij moeten de spelers achter de achterlijn staan en allemaal starten aan de andere kant van het doel dan waar de bal wordt aangegeven. De keeper moet in het doel starten.

De verdedigers hebben dus de keus waar ze zich opstellen. Men kan kiezen tussen:

1. achter de achterlijn, aan de andere kant van het doel dan waar de strafcorner wordt genomen
2. achter de middenlijn.

Er is geen minimum of maximum aan het aantal naast het doel of achter de middenlijn.

Alle aanvallers moeten buiten de cirkel starten.

# Instructies voor de zaalwacht

## Taken zaalwacht

De zaalwacht heeft de volgende taken:

De zaalwacht en zaalbegeleiding zijn net als het thuisspelende team 30 minuten voor aanvang van de wedstrijden aanwezig om de zaal in orde te maken. Het thuisspelende HCGE team zet het veld uit (balken, goals en spelersbanken) en de zaalwacht zet haar tafeltje neer ter hoogte van de middellijn van het speelveld. Op het tafeltje komt het registratie formulier van de poule te liggen en de bediening van het scorebord te staan. Naast de tafel staan krukjes geplaatst voor het uitzitten van mogelijke tijdstraffen.

Als alles in orde is gebracht en de gastspelers zijn gearriveerd, dient de eerste wedstrijd precies op tijd te starten. De belangrijkste taak is dan ook om de tijd strak te bewaken. De zaal is voor een bepaalde tijd afgehuurd, waarbinnen de wedstrijden precies passen (2x 20 minuten met 5 minuten rust, en 5 minuten na de wedstrijd start de volgende wedstrijd al!).

## Ontvangst bezoekende teams:

- o Indien spelers gebruik willen maken van de kleedruimte, dan moeten ze zich melden bij de beheerder van het sportcomplex (evt. tegen betaling borg en legitimeren).
  - o Erop toezien dat de sticks in de kleedkamers blijven en niet mee naar de kantine, tribune of hal meegenomen worden
  - o Indien nodig: wijzen op de zaalregels.
  - o I.t.t. veldhockey, krijgen de bezoekers en de scheidsrechters geen consumptie(muntje).
  - o Opletten dat er niemand de zaal in loopt met buiten schoenen.
  - o Geen toeschouwers in de zaal toelaten. Toeschouwers zitten op de tribune.
- Ook broertjes en zusjes van spelers mogen niet in de zaal zitten.

## Ontvangst scheidsrechters

### Zaalregels in acht houden:

- o Let u erop dat de spelers de juiste uitrusting dragen (keeper met de juiste gespen , geen zwarte zolen, etc.).
- o In de zaal mag alleen water gedronken worden uit een bidon of flesje met een dop
- o In de zaal mag niet worden gegeten
- o In de kleedruimtes mag niet worden gegeten of gedronken.
- o Na afloop van de wedstrijd dienen alle spelers de stick in de kleedkamer te leggen.
- o Het is NIET toegestaan met sticks in de gangen, kleedkamers, op de tribune e.d. te 'spelen'.

#### Tijdens de wedstrijden:

- o In het veld staan maximaal 6 spelers (incl. keeper) en op de bank mogen ook maximaal 6 spelers zitten plus coach. Indien een team meer spelers heeft, moeten die op de tribune zitten.
- o Wedstrijden op de aangegeven tijden laten starten en evt. pauzes inkorten (bijvoorbeeld door een strafcorner na het eindsignaal). De wedstrijden duren 2 x 20 minuten en max. 5 minuten pauze. Als er tijdens de wedstrijd een strafbal genomen moet worden of er is een blessure, dan wordt de tijd niet stop gezet.
- o Met scheidsrechters afstemmen dat jij de tijd bijhoudt en affluit (of toeter) bij afloop.
- o Jij houdt de score bij met het digitale bord
- o Bij tijdstraffen de betreffende speler naast je houden en bij afloop een teken geven dat de tijdstraf is afgelopen. Jij houdt dus de tijd hiervan bij, vanaf het moment dat de speler zich bij de tafel meldt.
- o In geval van blessures heeft de sporthal een EHBO-set ter beschikking . Neem in zwaardere gevallen contact op met de beheerder.
- o In de rust, moeten de teams van bank wisselen (je zit aan de kant waar je verdedigt). Dit moet dus ook binnen de 5 minuten. De praktijk leert dat teams blijven zitten en de scheidsrechters van kant wisselen.
- o Je ziet erop toe dat de scheidsrechters en coaches de standen invullen in het digitale wedstrijdformulier.
- o Na de wedstrijd is er 5 minuten beschikbaar voordat de volgende wedstrijd begint. De spelers van de volgende wedstrijd moeten dan al speelklaar staan (trainingsbroek e.d. uit). Ze kunnen maar 5 minuten 'inspelen'.

#### Na afloop van alle wedstrijden:

- o Het thuis spelende HCGE-team ruimt de balken, het doel , de banken, de tafels, krukjes, etc. op.
- o Indien er zaken missen of als je een opmerking/tip/kritiek hebt, ontvangen wij graag een reactie. Je kunt dit doen per email: [zaalhockey@hcepse.nl](mailto:zaalhockey@hcepse.nl)

#### Zaalachterwacht

Iedere speeldag zijn de onderstaande leden van de zaalhockeycommissie bereikbaar als zaalachterwacht. Zij zijn telefonisch bereikbaar voor vragen of calamiteiten.

Mariette Verboog: [mverboog@hotmail.com](mailto:mverboog@hotmail.com), of Jolanda Ilbrink: [jilbrink@hotmail.com](mailto:jilbrink@hotmail.com) 06-20568861