

Zaalhockey

Seizoen 2023-2024

Praktische informatie



Alles over:

- Trainingsschema
- Wedstrijdschema
- Praktische zaken
- Scheidsrechters zelf regelen
- Taken zaaldienst
- Spelregels
- Invalregels

Voor in je agenda: coach- en spelregel avond op woe 29/11 om 19:30 uur

Trainingsschema

Voorlopig trainingsschema zaalhockey MHC Weesp 23/24 (mogelijk nog wijzigingen)

DEF SCHEMA MET TRAINERS ZAL BINNENKORT IN LISA TE ZIEN ZIJN

10-11

	Maandag			team	Trainer volgt zsm	Opmerking
Aetsveld	ma	16:00	17:00	MO12-12/MO12-2		4 dec korter (hele schema wordt iets ingekort)
Aetsveld	ma	17:00	18:00	MO14-12		4 dec korter (hele schema wordt iets ingekort)
Aetsveld	ma	18:00	19:00	JO18-12		4 dec korter (hele schema wordt iets ingekort)
Sporthal Bredius Muiden	ma	21:00	22:30	Dames 3		muv 11/12

	Dinsdag					
Aetsveld	di	16:00	17:00	JO12-2		
Aetsveld	di	17:00	18:00	JO12-1		
Aetsveld	di	18:00	19:00	MO14-2		
Aetsveld	di	19:00	20:00	Rouleer eerste lijn		muv 5/12, 19/12, 16/1 en 6/2
Aetsveld	di	20:00	21:00	MO16-2		muv 5/12
Aetsveld	di	21:00	22:00	Dames 1		muv 5/12
Aetsveld	di	22:00	23:00	Dames 1		muv 5/12
Driemond	di	16:00	17:00	MO12-4 en 5		
Driemond	di	17:00	18:00	MO14-3		
Driemond	di	18:00	19:00	MO14-4		
Driemond	di	19:00	20:00	Rouleer eerste lijn		zaal beschikbaar tot 20.30
De Blijk	di	20:00	21:30	Heren 1		
De Blijk	di	21:30	23:00	Heren 2		

	Woensdag					
Aetsveld	woe	14:30	15:30	JO10- rood en wit		
Aetsveld	woe	15:30	16:30	MO10		
Aetsveld	woe	16:30	17:30	MO10		
Aetsveld	woe	17:30	19:00	JO14-1		
Driemond	woe	15:00	16:00			
Driemond	woe	16:00	17:00	MO12-3		
Driemond	woe	17:00	18:00	MO16-12		
Driemond	woe	18:00	19:00	MO16-1		
Driemond	woe	19:00	20:00	MO18-1		
Driemond	woe	20:00	21:00	MO18-12		
Vechtstede college	woe	18:15	19:15	JO14-2		
Vechtstede college	woe	19:15	20:15	MO16-3		
Vechtstede college	woe	20:15	21:15	MO18-2		
Sporthal Bredius Muiden	woe	21:00	22:30	Dames 4		muv 13/12

	Donderdag					
Driemond	do	16:00	17:00	MO12-1		Half uur langer door
Driemond	do	17:00	18:00			zaal beschikbaar tot uiterlijk 17:45
Aetsveld	do	16:30	18:00	MO14-1		
Vechtstede college	do	18:15	19:15	MO16-4		
Vechtstede college	do	19:15	20:15	MO18-3		
Vechtstede college	do	20:15	21:15			

	Vrijdag					
Aetsveld	vrij	17:00	18:30	MO14-1		
Aetsveld	vrij	17:30	18:30			
Aetsveld	vrij	20:30	22:00			
Driemond	vrij	16:00	17:00	KEEPERS TRAINING		
Driemond	vrij	17:00	18:00	KEEPERS TRAINING		
Driemond	vrij	18:00	19:00	KEEPERS TRAINING		
Driemond	vrij	19:00	20:00	KEEPERS TRAINING		
Sporthal Bredius Muiden	vrij	19:00	20:00	JO16-1		muv 15/12
Sporthal Bredius Muiden	vrij	20:00	21:00	JO16-2		muv 15/12
Sporthal Bredius Muiden	vrij	21:00	23:00			

Het definitieve trainingsschema is te vinden in de LISA app.

Geen training in de kerstvakantie

Extra trainen?

Extra trainen in de zaal gaat niet. Je kan wel met je team een training organiseren op het veld (een gewone veldtraining). Een veld reserveren kan via

verenigingsmanager@mhcweesp.nl

Speelschema

- 12 wedstrijden op 6 dagen (zaterdag of zondag)
- Een blok = 3 wedstrijden in een drieluik (a-b, b-c, c-a)
- Wedstrijden worden niet ingehaald.

Check altijd LISA voor de juiste data en tijden

Elk team heeft een extra verantwoordelijkheid bij zaalleiding

Heeft je team zaalleiding, dan verzorg je de scheidsrechters en de zaalleiding (minimaal 2 personen) voor het hele blok (dus alle 3 wedstrijden).

Het definitieve wedstrijd-schema is te vinden in de LISA app (deze is leidend).

Ook wedstrijden in de kerstvakantie (23/24 dec & 6/7 jan)

datum	Team Weesp	zaalleiding	tijdstip	wedstrijd	accommodatie
zaterdag 9 december 2023	MO14-12-C	Weesp	11:45	Weesp MO14-12-C - Rijnvliet MO14-12-C	Aetsveld
zaterdag 9 december 2023	zaalleiding weesp	Weesp	12:25	Rijnvliet MO14-12-C - Huizen MO14-12-C	Aetsveld
zaterdag 9 december 2023	MO14-12-C	Weesp	13:05	Weesp MO14-12-C - Huizen MO14-12-C	Aetsveld

Speeldata

9/10, 16/17, 23/24 december
6/7, 13/14, 20/21, 27/28 januari
3/4, 10/11 februari

NB: In januari spelen de O12-teams op zondag om alle open dagen van middelbare scholen te kunnen bezoeken. NB: je speelt niet elk weekend

**Het speelschema kan nog gewijzigd worden! Hou LISA in de gaten.
Check vooral in December op de vrijdag avond van te voren of er geen wijzigingen zijn.**

Praktische zaken

- Keepersmaterialen (hoezen en bandjes) worden uitgedeeld door [Karlijn](#)
- Voor het inspelen in de zaal, kan je het setje veldballen gebruiken, mits schoon

Zaaldienst? Dan ook zelf scheidsrechters zelf regelen

Regel de scheidsrechters op tijd


Elk team regelt zelf beide scheidsrechters voor het drieluik op de speeldagen dat ze zaaldienst hebben (2 keer).

Je levert als team **beide scheidsrechters, ook voor de tussenwedstrijd** (de wedstrijden tussen beide tegenstanders).



Spelleiders bij de jongste jeugd/ O10

- beide verenigingen leveren 1 spelleider (zoals ook op het veld) . Een scheidsrechterskaart is niet verplicht, maar heeft wel de voorkeur.
 - vereniging met zaalleiding is verantwoordelijk voor de zaaldienst etc.
-
- Heb je scheidsrechters gevonden, vraag hen dan om zich zelf in te delen op jullie wedstrijd, via de Site (mhcweesp.nl/ inloggen/club/ arbitration).
 - Standaard wordt de coach van het team gekoppeld aan de wedstrijd (als er geen scheids op is ingedeeld).
 - Lukt dit niet, dan contact opnemen met scheidsrechters@mhcweesp.nl

Scheidrechters, hoe je zelf indelen



Arbitrage













Ik ▾ Club ▾ Team ▾ Zoeken  **Mathelijm Straatemeier**
Profiel | Uitloggen 

maand ▾ jaar ▾ **Zoeken**

← zaterdag 04 12 2021 ¹ zondag 05 12 2021 ⁹ zaterdag 11 12 2021 ¹⁵ zondag 12 12 2021 ¹ zaterdag 18 12 2021 ¹⁵ zondag 19 12 2021 ¹³ →

U bent nog niet ingepland als scheidsrechter dit seizoen.

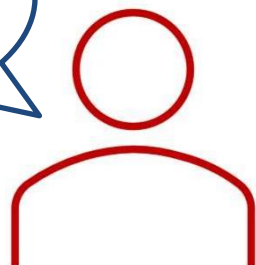
zondag 05-12-2021

 Meisjes A2 Z Team	 Amersfoort - MA5 Tegenstander	⊕ 09:30 Spelen	 Peter van Ulsen	 Inplannen >
 ZAALBLOK Team	 ZAAL - Amersfoort MA5 - Spandersbosch MA4 Tegenstander	⊕ 10:10 Spelen	 Peter van Ulsen	 Inplannen >
 Meisjes A2 Z Team	 Spandersbosch - MA4 Tegenstander	⊕ 10:50 Spelen	 Peter van Ulsen	 Inplannen >

Zaaldienst, dan ook zaalleiding

Zaalleiding: 2 belangrijke taken

een uitgebreide instructie

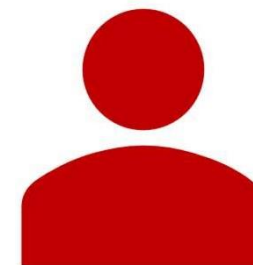


Zaal leider

verantwoordelijk voor de zaal, de kleedkamers, schade, sfeer en veiligheid

Twee personen, >18 jaar die niet ook al coachen of fluiten

Verdeel de taken: wie is wedstrijdleider en wie is zaalleider?



Wedstrijd leider

verantwoordelijk voor het bijhouden van de tijd van de wedstrijden, straf tijd en de score

Ook handig

een uitgebreide instructie

Voor beiden geldt: **wees ruim van tevoren aanwezig**

Let op dat een hal pas vlak voor de eerste wedstrijd opent en ke vaak weinig tijd hebt. Hier hebben we helaas geen invloed op.

Als je als eerste team aanwezig bent in een zaal, dan regel je, samen met de tegenstander en andere aanwezigen, dat de balken worden gelegd.

Rol van de zaalleiding

Voor de wedstrijd

Tijdens de wedstrijd

Na de wedstrijd

Voordat de wedstrijd begint, checkt de zaalleider het materiaal:

- Schoenen, schoon, lichte zool en niet buiten gedragen. Ook verplicht voor coaches, zaalleiding en scheidsrechters.
- Bitje, scheenbeschermers en **zaal hockeyhandschoen**
- Zaal hockeystick: Verplicht
- Veldballen: toegestaan, mits schoon. ZELF MEENEMEN
- Keepers; afwijkend kleur shirt, klompen en legguards met klittenband of plastic gespen. Metalen gespen (ook afgeplakt) zijn verboden. Check dit OOK bij de tegenstander
- Neerleggen/opruimen balken - moeten teams mee helpen



NIET IN ORDE = NIET SPELEN

Rol van de zaalleiding

Geen ruimte om uit te lopen,
dus op tijd beginnen

Voor de wedstrijd

Tijdens de wedstrijd

Na de wedstrijd

Zaalleiding is verantwoordelijk voor het bijhouden van de tijd en de score

- Leg je telefoon klaar met stopwatch mocht er een kaart worden gegeven.
- Schrijf de score en de kaarten op een apart briefje voor het geval de scheidsrechter het DWF niet direct afrond en de score's door elkaar haalt of kaarten niet vermeldt.
- De wedstrijdtijd gaat in op de vastgestelde aanvangstijd (zie Lisa).
 - te laat? laat dit vermelden op DWF
 - <10 min later beginnen met minimaal 4 spelers
- Een wedstrijd duurt minimaal 15 minuten.
 - evt. (gelijkmatig) inkorten bijvoorbeeld elke helft 5 min korter

Er is geen ruimte om uit te lopen
Zaalleiding bepaalt, hierover is geen discussie mogelijk!

Rol van de zaalleiding

In regio Midden is de wedstrijdtijd 30 minuten

Voor de wedstrijd

Tijdens de wedstrijd

Na de wedstrijd

Start wedstrijd:

- Teams mogen het veld pas betreden als de vorige wedstrijd is afgelopen.
- Ca 8 min. inspelen, Vaste aanvangstijd. Geen uitloop. De volgende wedstrijd mag niet later beginnen. Meldt dit voor de wedstrijd bij de coaches.
- Geen shake hands
- Wedstrijden duren 1x30 min waarbij de scheidsrechters halverwege van speelhelft wisselen muv topklasseteams (die spelen 2x 20min)
- Zo nodig de wedstrijd inkorten tot minimaal 15 min
- Wedstrijden worden niet ingehaald (ook niet bij afgelastingen of meer dan 10 min te laat)
- Er mogen geen maskers, flessen drinken, handdoeken etc in het doel liggen.

Rol van de zaalleiding

Voor de wedstrijd

Tijdens de wedstrijd

Na de wedstrijd

Regels de wedstrijd:

- 6 tegen 6 (5 veld + keep), **maximaal 12 spelers**, minimaal 4.
- maximaal 4 begeleiders op de bank (en geen broertjes/zusjes mini's van de week etc)
- Indien geen begeleider >18 jaar; = niet spelen
- Wedstrijd = 1x 30 minuten zonder rust, scheidsrechters wisselen halverwege van kant.
- Zaalleiding mag niet fluiten en/of coachen maar houdt toezicht.
- Bij E8/O10 ieder team 1 spelbegeleider (kaart niet verplicht)

Rol van de zaalleiding

Voor de wedstrijd

Tijdens de wedstrijd

Na de wedstrijd

Straftijd bijhouden:

De overtreder meldt zich bij wedstrijdleider/tijdopnemer en neemt plaats op strafbank. De wedstrijdleider houdt de tijd bij:

Groene kaart (formele waarschuwing die op het DWF moet worden vermeld)

- Speler: 1 min niet spelen
- Coach: 1 min niet coachen én met 1 speler minder spelen.

Gele kaart

- speler: 2 min. (5 min. bij forse fysieke actie tegen het lichaam);
- coach: 5 minuten op de tribune

Rode Kaart

- Speler en teambegeleider naar de kantine voor de resterende duur van de wedstrijd

Rol van de zaalleiding

Voor de wedstrijd

Tijdens de wedstrijd

Na de wedstrijd

Invoeren scores:

- Zoek de inlogcode's voor de scheidsrechters op (staan in LISA)
- Zorg ervoor dat de scheidsrechters het DWF zo snel mogelijk afronden.
- Vergeet het afronden van de wedstrijd van het tussenblok niet. Ook deze wedstrijd moet door de scheidsrechters worden ingevoerd.

Rol van de zaalleiding

Voor de wedstrijd

Tijdens de wedstrijd

Na de wedstrijd

Afronden wedstrijddag:

- Het laatste team vraagt de zaalbeheerder of de zaal geveegd moet worden.
- Meldt teams die niet meehelpen met opruimen aan de commissie zaalhockey Midden-Nederland (op het DWF). Niet meehelpen wordt beschouwd als wangedrag en zal als zodanig worden bestraft.
- Controleer op schade van vloer, netten en in kleedkamers, leg balken goed, controleer of de goals vast zitten (achter de doellijn)

Rol van team-managers

Voor de wedstrijd

Tijdens de wedstrijd

Na de wedstrijd

Afstemming met zaalleider

Spreek met zaalleiding af dat ze ook een paar keer aan de andere kant van de zaal gaan lopen.

- Sfeer op de 'tribune', je hoort alles. Laat ze ouders aanspreken.
- Geen kinderen op de grond naast het veld = veiligheid voor jezelf (struikelen) en voor publiek.

En....Laat de zaalleider alvast het DWF klaar zetten.

Algemene regels in sporthallen

- De teams mogen het veld pas betreden als de vorige wedstrijd is afgelopen
- Niet hockeyen in gangen, kleedkamers of buiten het veld. De teambegeleiding is hiervoor verantwoordelijk
- Jeugdteams zonder volwassen begeleiding; toegang tot de zaal weigeren
- In de zaal **NIET** eten en drinken (alleen water in bidons)
- (Teamoverleg) in kleedkamers: de coaches halen door een teamlid
- (Teamoverleg) in kleedkamers: altijd met 2 volwassenen (of 2 coaches of 1 coach en een ouder)
- Houd rekening met het beleid van individuele zalen.



Spelregels in de zaal

Verdiep je van te voren in de spelregels en kijk op deze sites:

KNHB briefing scheidsrechters zaal 2021 2022 (filmpje)

[KNHB briefing scheidsrechters zaal 2021 2022 - YouTube](#)

Uitleg spelregels zaalhockey (filmpjes)

[Spelregels Zaalhockey - YouTube](#)

Spelregels zaalhockey: [KNHB](#)

Beknopte samenvatting:

[schc spelregelboekje zaalhockey editie - november 2021 v 5 2c.pdf](#)



Spelregels in de zaal

De basics

- Alleen pushen, de stickbeweging start op minder dan 50cm van de bal
- De bal mag niet hoog (ook niet liften over de stick tegenstander)
- Als een bal per ongeluk <10cm omhoog komt bij stoppen of passen, is het alleen een overtreding als de tegenstander er last van heeft
- Bij lage push op goal die door de verdediging omhoog gaat = gevaarlijk spel = strafcorner of....goal
- Keeper mag in de cirkel liggend spelen wanneer zowel de keeper, zijn stick als de bal in de cirkel zijn
- Keeper mag de bal stoppen met zijn hele lichaam en de bal over de grond wegslaan; NIET in de lucht. De keeper mag niet OP de bal liggen.

Vliegende Keep bestaat niet
Bij een strafcorner: alleen handschoenen, masker, kniebeschermers en tok

Spelregels in de zaal

De basics

Het blok zetten

- Blok zetten = de stick plat op de grond met de stickhand op de grond.
- Aanvallers mogen NIET in het blok spelen (gevaarlijk spel), ook niet na een blinde draai/pirouette
- Als de verdediger met zijn stick richting de bal beweegt, is het niet in het blok spelen. Maar gevaarlijk spel mag je altijd afluiten



Spelregels in de zaal

Doelpunt!

Het is een doelpunt wanneer:

- Bal over de doellijn is, en
- Binnen de cirkel door een aanvaller is gespeeld, en
- Daarna niet meer buiten de cirkel is gekomen

Via de voet of stick van verdediger is OOK doelpunt



Spelregels in de zaal

Overtredingen (1/3)

- Bij uitnemen, bal moet STIL liggen en 3 m afstand (ook in de cirkel)
- Ook bij overtreding vlak bij de cirkel moet de bal eerst 3 meter gerold hebben....Of geraakt zijn door de tegenstander
- Als de bal niet opzettelijk over de achterlijn gaat via de verdedigende speler = lange corner op de middellijn. Opzettelijk is strafcorner
- De keeper mag wél de bal onopzettelijk over de achterlijn 'kaatsen'
- Als de bal over de balk gaat, inpush op max. 1 meter van de balk
- Blok zetten = de stick plat op de grond met de stickhand op de grond
- Tegenstander mag NIET in het blok spelen (gevaarlijk spel), ook niet na een blinde draai/pirouette
- Gevaarlijk spel = op KORTE afstand HARD spelen op speler die laag ACHTER de stick zit

Spelregels in de zaal

Overtredingen (2/3)

- Een speler mag niet worden opgesloten in de hoek van een speelveld. Er moet altijd ruimte zijn om de bal te kunnen spelen
- Bal opzettelijk tegen de balk of bij de stick tegenstander klemmen mag niet. Bij ON-opzettelijk klemmen geef je een bully.
- Er mag op ieder moment gewisseld worden (er hoeft niet gewacht te worden totdat het spel stilligt) **BEHALVE** tijdens een strafcorner (dus nadat er gefloten is voor een strafcorner)
- Wanneer het spel wordt stilgelegd om uitleg te geven (of vanwege blessure)hervatten met een bully waarbij de sticks elkaar 1x raken.
- Bully altijd op >3m afstand van de cirkelrand

Spelregels in de zaal

Overtredingen (3/3)

Bal in de cirkel

keeper mag
staand en
liggend spelen

Bal buiten de cirkel

keeper mag
alleen staand
spelen

**De rest is
overtreding
en een
strafcorner**

Spelregels in de zaal

Strafcorners - bij opzettelijke overtreding **OP EIGEN HELFT**

Uitvoering van de strafcorner

- Keeper in het doel, achter de doellijn
- Max. 5 verdedigers naast het doel (aan de andere kant van de uitneemkant) of evt. op de kop van de cirkel van de tegenpartij
- Voeten en sticks verdedigers achter de doellijn
- Voeten en sticks aanvallers buiten de cirkel
- Bal eerst buiten de cirkel spelen
- Strafcornet eindigt als bal > 3m buiten de cirkel komt
- Er is geen vliegende keep toegestaan. Dus bij geen keep, iedereen naast de goal (en 1 speler op de kop van de cirkel van de tegenpartij).
- er mag geen speler op de middenlijn staan, alleen op de kop van de andere cirkel

Regels tijdens de strafcorners

- Als een aanvaller bij een strafcorner te vroeg de cirkel betreedt wordt de aangever bestraft
- Shoot onder de knie is opnieuw strafcorner.
- Shoot boven de knie binnen 3 meter afstand is overtreding; einde strafcorner en uitnemen.
- lage push op de keeper en hoog terug is opnieuw strafcorner.
- hoge push op de keeper en hoog terug is afhankelijk gevaar voor de spelers, doorspelen of strafcorner.
- hoog spelen, maaien, maar ook een hoge bal in een vloeiende beweging naar de grond brengen bij een hoge rebound mag niet en is overtreding.
- NB er mag niets in het doel liggen (ook niet als de corner voorbij is)

Spelregels in de zaal

Voor O10 spelleiders...

Bijna alle regels voor de jeugd gelden ook voor de E8 behalve:

- Op goal mag de bal tot maximaal kniehoogte worden gepusht mits geen gevaarlijk spel
- Ook de E8 mag niet spelen met vliegende keep
- Leren hockeyen staat voorop (wees GEEN scheidsrechter). Ook in de zaal gelden dezelfde spelplezier bevorderende maatregelen als tijdens de veldcompetitie.

Inval regels

- Algemeen: invallen om een team te versterken is onwenselijk en wordt aangemerkt en behandeld als 'onsportief gedrag'.
- Belangrijk: Check de speelgerechtigheidsregels en de Tabel Klassengrenzen of [InvalLEN bij je eigen vereniging \(knhb.nl\)](https://www.knhb.nl/inval-bij-je-eigen-vereniging)
- Hanteer deze regels strikt. Voorkom frustratie, verdriet en het mislopen van een kampioenschap.
- Consequenties bij het niet naleven van de speelgerechtigheidsregels: 3 wedstrijdpunten in mindering en een boete.