



Zaalhockey DO's and DONT's

# SPELERS

wat MAG een speler in zaal:

1. Enkel PUSH !! Bal max. **40** cm vd stick verwijderd zijn
2. Bij controle van de bal mag deze max 10 cm botsen wanneer een tegenstander in de buurt staat (> 1 m). Wanneer geen tegenstander in de buurt staat of niet in het spel betrokken is, dan mag de bal toch ca. 20 cm opstuiten. De bal mag in geen geval over de stick van de tegenstander gespeeld worden (cfr. volgende slide DONT'S)
3. Gebruik maken vd balken om te passen of self pass
4. Hoge push of flick enkel naar doel toegestaan (indien NIET GEVAARLIJK)

# SPELERS

wat MAG een speler in zaal NIET:

1. NO HIT dus geen shot, flats of slapshot !!
2. Bal over de stick vd tegenstander liften (> 10 cm), behalve bij poging op doel
3. Bal liggend spelen, ook niet slidend (3 raakpunten)
4. Bal opzettelijk tegen de stick van een laag verdedigende tegenstander spelen (minder dan 3 m.) -> FORCING
5. Ook niet met draaiende beweging (pirouette 360°) met bal aan de stick de bal voorbij of in de richting van de tegenstander spelen die nabij verdedigt -> DRILLING

# SPELERS

wat MAG een speler in zaal NIET:

6. Bal met de voet of backstick raken (indien hij er voordeel uit haalt)
7. De tegenstander verhinderen de bal te spelen door het gebruik van lichaam en/of stick (-> opsluiten mag niet ! min. 50 cm opening laten)
8. Wisselen vooraleer andere speler uit het veld is (beïnvloeding)

# KEEPERS

wat MAG een keeper in zaal:

1. LIGGEND de bal spelen met elk deel van z'n lichaam en/of beschermende uitrusting (binnen de cirkel)
2. Bal tegenhouden met gelijke welk deel van z'n lichaam en/of beschermende uitrusting binnen zijn eigen cirkel (zolang dit niet gevaarlijk is/wordt)
3. Bal doen stuiten indien hij GEEN beweging naar de bal maakt

# KEEPERS

wat MAG een keeper in zaal NIET:

1. Bal wegslaan met z'n stick (afstand stick-bal > 40 cm)
2. Bal hoog wegspelen uit de cirkel (beweging naar de bal)
3. Liggend de bal spelen buiten z'n eigen cirkel

# VERDERE BEPALINGEN

1. Dragen van mondstuk (bit) en beschermende handschoen(en) is VERPLICHT alsook het spelen met een ZAALstick!!
2. De 5 m afstand regel wordt herleid naar 3 m, waarbij in de aanvallende helft iedereen op 3 m afstand moet staan bij een vrije push
3. Bij een IN PUSH (bal buiten de zijlijn) mag de bal tot 1 m van de zijbalk gelegd worden. Is de bal in de cirkel en dan buiten de zijlijn dan wordt de bal ook max. 1 m binnen het veld gelegd maar op 1 m van de cirkellijn
4. Het is verboden om een speler met de bal te “klemmen” in het spel of tegen de balk zodat hij niet verder kan spelen. Er moet te allen tijde een opening blijven (ca. 50 cm) waarlangs de bal gespeeld kan worden

# VERDERE BEPALINGEN

5. Bij in push of vrije push of lange corner mag de bal NIET rechtstreeks de cirkel worden ingespeeld (tenzij die van op de eigen speelhelte vertrekt):
  - bal moet eerst 3 m afgelegd hebben (naar eigen verdediger of via de balk) of via stick van een verdediger worden aangeraakt voor die de cirkel in rolt (indien niet vrije slag op de plaats waar de bal vertrokken is !)
  - bij selfpass moet je eerst min. 3 m lopen ook al speel je die via de balk de cirkel in
  - bij selfpass mag je op 1,5 m staan en de bal via de balk naar jezelf passen om de bal dan de cirkel in te spelen
6. Bully :
  - wanneer er een gekwetste is ZONDER directe fout
  - als de bal tussen de sticks van 2 spelers geklemd wordt en GEEN aanstalte gemaakt wordt om dit te beëindigen
  - nooit dichterbij dan 3 m van de cirkel



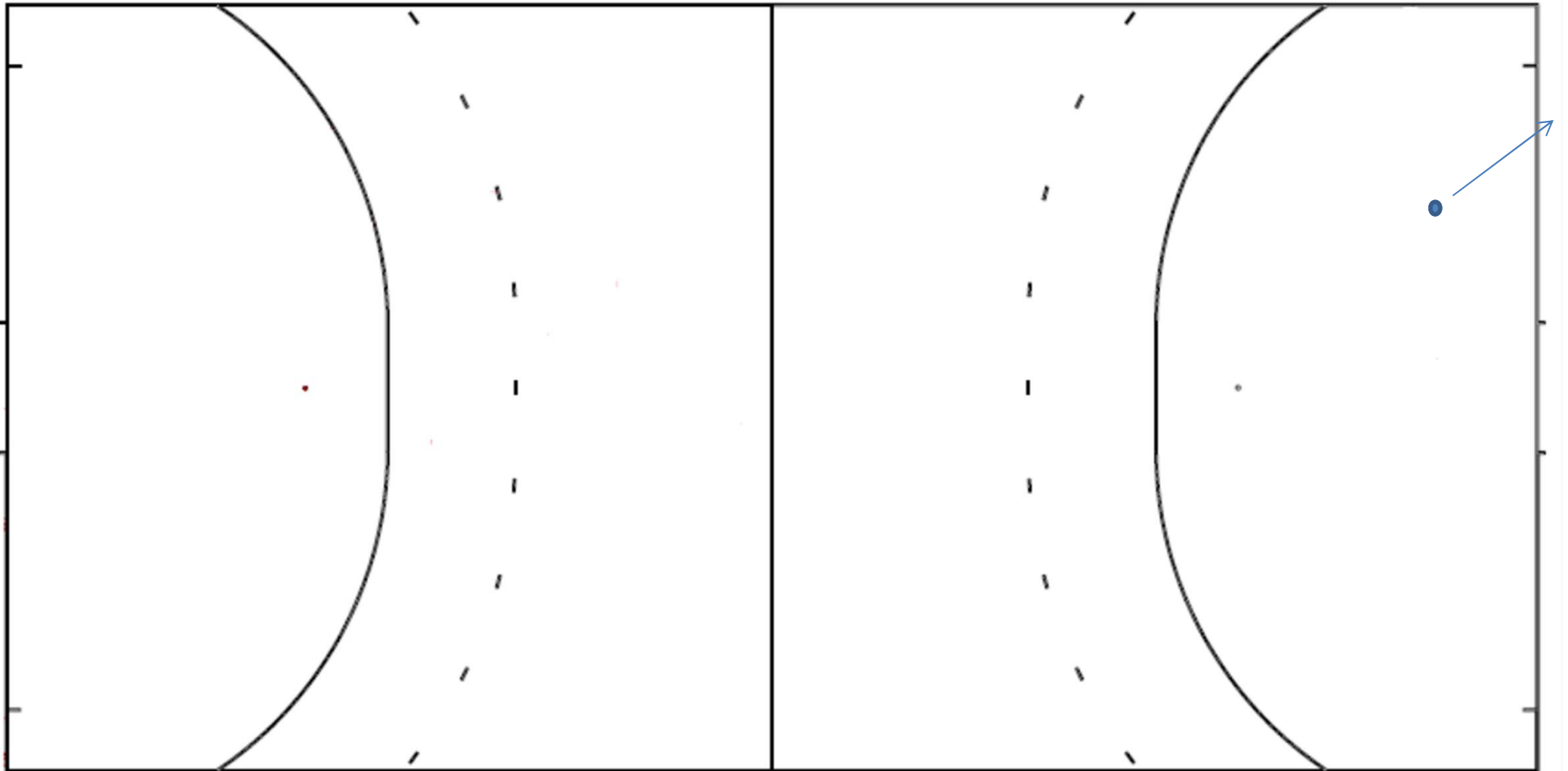
# VERDERE BEPALINGEN

7. Nieuwe tijdsduur vanaf seizoen23-24 !!:
  - U9-U12: 1 wedstrijd per weekend maar zelfde tijdsduur als vorig seizoen:  
4x 10 min met 1min. pauze tussen elke quarter en 3 min. pauze tussen beide helften
  - U14-U19: 1 wedstrijd per weekend en andere tijdsduur als vorig seizoen:  
4x 15 min met 1min. pauze tussen elke quarter en 3 min. pauze tussen beide helften
  
8. Verplicht dragen van PC maskers tijdens PC voor alle jeugdteams net als in OUTDOOR !!

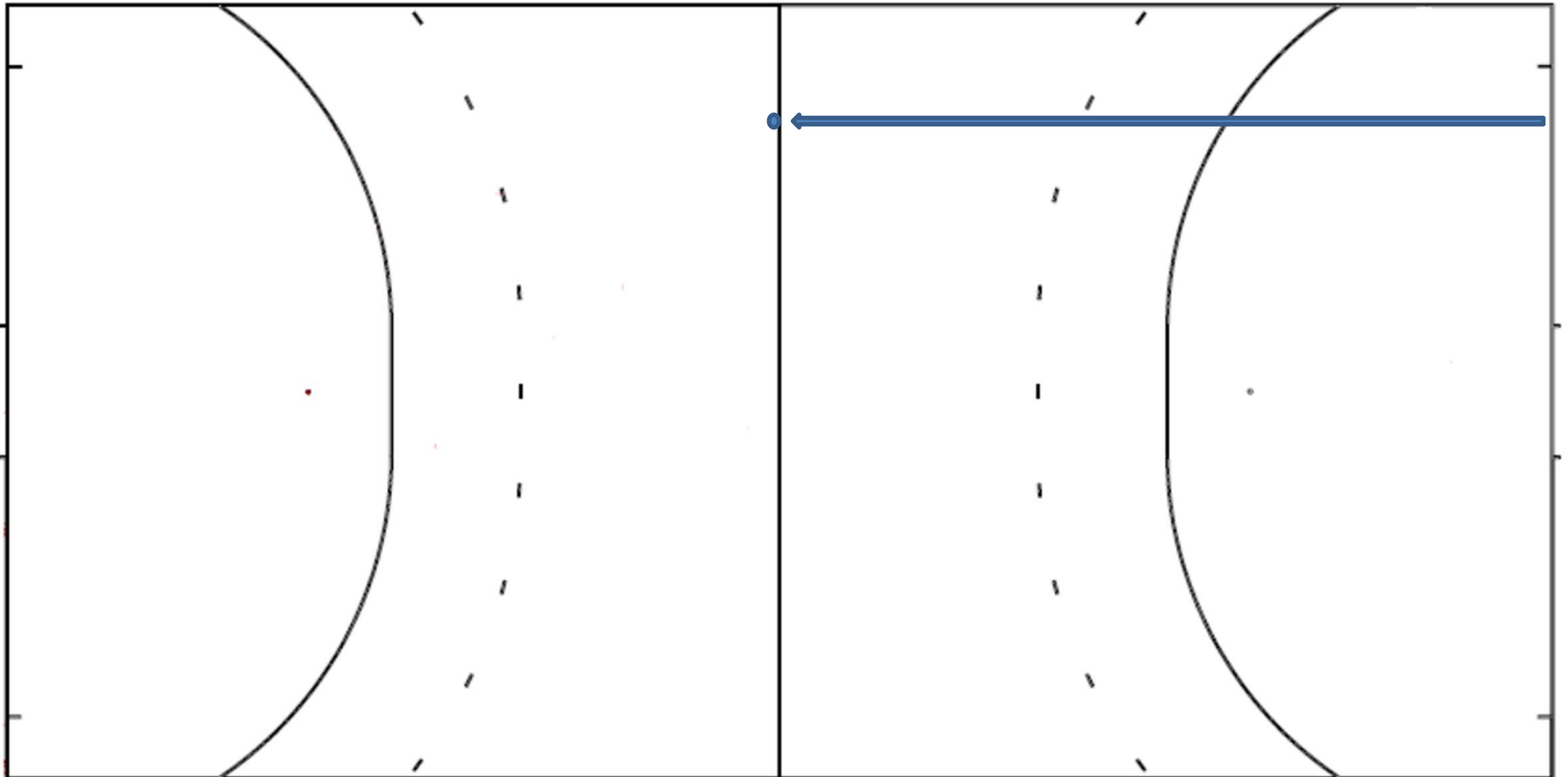
# LANGE CORNER

- Als een VERDEDIGER de bal het laatst raakt voor de bal over de achterlijn gaat (<> doellijn). Ook als de push van BUITEN de cirkel komt en de verdediger de bal in eigen doel devieert.
- Vrije push voor de aanval vanop de middellijn op het punt loodrecht waar de bal is buiten gegaan
- De bal mag NIET rechtstreeks in de cirkel worden gespeeld !!

# • LANGE CORNER



# LANGE CORNER



# STRAFCORNER/PC

- Bij een onopzettelijke fout van de verdediger binnen z'n cirkel
- Bij een 'opzettelijke' fout van de verdediger in z'n eigen speelhelft
- Bij het 'opzettelijk' over de eigen achterlijn spelen van de verdediger
- Indien er een speler te veel op het veld staat !!

## Let wel:

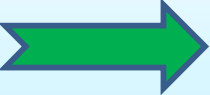

- ✓ bij het aangeven van de PC staan alle verdedigers aan de andere kant van waar de PC wordt aangegeven en dit BUITEN het doel (anders kop cirkel tegenstander, mag ook!)
- ✓ Bij het te vroeg uitlopen vd verdediger moet die ter hoogte vd kop cirkel tegenstander gaan staan
- ✓ Idem bij het te vroeg inlopen ve aanvaller of schijn aangeven vd aangever. Dan wordt de aangever bestraft !!!!!

# STRAFBAL/STROKE

- Bij een 'opzettelijke' fout van de verdediger in de cirkel
- Bij een onopzettelijke fout van de verdediger binnen de cirkel maar die een doelpunt/doelpoging verhindert
- Bij het raken van masker of losgekomen protectie die doelpunt verhindert

Bal wordt op de 7 m streep gelegd

# PERSOONLIJKE STRAFFEN of KAAARTEN

- ❖ GROEN  1 minuut naar de kant
- ❖ GEEL  2 tot 4 minuten naar de kant
- ❖ ROOD  gehele uitsluiting -> kleedkamers



## Zaalhockey

### Verdere bepalingen

Na een Penalty Corner, als de bal een losgekomen beschermingsuitrusting (handschoen, masker, ...) raakt buiten de cirkel, zal een vrije slag toegekend worden. Als de bal het losgekomen beschermingsuitrusting raakt binnen de cirkel, dan zal de scheidsrechter een PC fluiten.

### **Uitzondering PC aan het einde van een periode verdwijnt**

Er is geen verschil meer tussen de beëindiging van een gewone PC en een PC aan het einde van een periode. Voor beide gevallen geldt dat ze voorbij zijn als de bal 3 meter buiten de cirkel (dus buiten de stippellijn) is geweest.

De PC is dus ook niet voorbij als de bal voor de tweede keer buiten de cirkel is geweest.





## Zaalhockey

### Verdere bepalingen

Bij PC is het de verdediger toegelaten om MET masker aan, de bal te passen naar een medespeler maar dribbelen of self pass is VERBODEN,

Doet hij dat WEL dan wordt dit bestraft met:

- Een strafcorner als hij van **binnen de cirkel** vertrekt
- Een vrije slag voor de tegenpartij als hij dit **buiten de cirkel** doet

***Klik op onderstaande link als je het volledige reglement eens wil doornemen in detail***

<https://hockey.be/wp-content/uploads/2022/12/BEL-Indoor-Rules-NL-1.pdf>

***Klik op onderstaande link als je dit eens in beeld wil zien***

## Spelregels Zaalhockey in beeld

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLF9C3Z36XP1svOMesEpGHJvfYc5K19JOB>

**Let wel**: Regels van de KNHB kunnen verschillen met die van de KBHB

- NL: max. 50 cm toegelaten bij push → BE: max. **40** cm
- NL: “in het blok” = “forcing” (BE)
- NL: “pirouette” = “drilling” (BE)

**END**  
END

**SUCCES !!**  
SUCCES !!