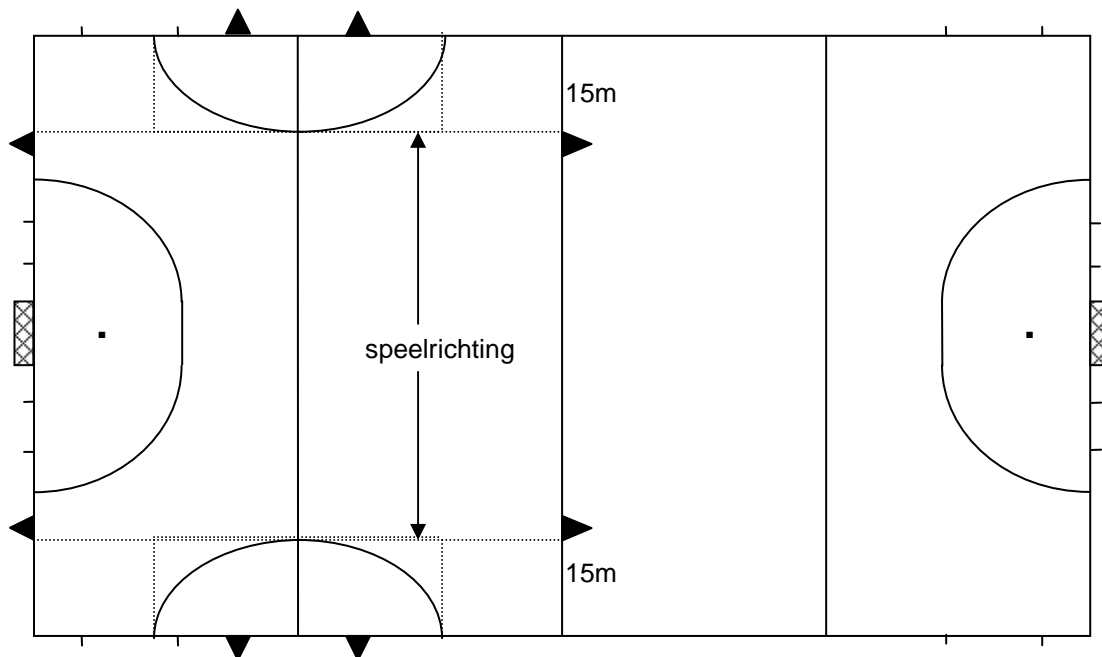


## Spelregels achtal hockey

Hoe ziet het speelveld eruit?



Veldmarkeringen in de vorm van pylonnen

Doelmarkeringen in de vorm van pylonnen

De zijlijnen doen dienst als achterlijnen. De achterlijn en middenlijn doen dienst als zijlijnen. In plaats van een cirkel is er het 15m doelgebied. Dit wordt aangegeven door de pylonnen. Beschikt de vereniging over een veld met twee "oefen"circels in breedte richting van het veld, dan is het doelgebied de cirkel.

De doelen worden midden op de "achterlijn" gezet d.m.v. pylonnen of originele (mini)doelen (achterplank met zijschotten). Deze hebben een onderlinge afstand van 3,66m (de normale breedte van een hockeydoel).

Het wedstrijdgoal (11:11) op de zijlijn, in verband met gevaar, tijdens het spelen weghalen.

### De bal

De bal die gebruikt wordt is een normale hockey bal.

### Teams

Een team bestaat uit maximaal 7 veldspelers en 1 doelverdediger. Er mogen wisselers zijn. Spelers mogen worden gewisseld op elk moment bij de middenlijn, maar niet als er een strafcorner is toegekend. Eerst speler eruit, dan (wissel) speler erin.

De doelverdediger draagt een helm, legguards, klompen, handschoenen, een body protector en een tok.

Het is niet toegestaan om met een 'vliegende keep' te spelen.

### Wedstrijdduur

Een wedstrijd duurt 2x30 minuten met een korte rust van maximaal 5 minuten.

### Begin van het spel

Voordat de wedstrijd begint loten (tossen) de aanvoerders.

Het team dat de toss wint, kiest voor de beginslag of voor een speelhelft.

De beginslag wordt genomen vanaf het midden van het veld en deze mag in alle richtingen worden gespeeld. Na de rust is de beginslag voor het andere team. De tegenstanders moeten minimaal 5m afstand van de bal houden.

### Algemene regels

Het spelen van de bal mag alleen met de platte kant van de stick.

Ook met de zijkant van de stick mag worden gespeeld maar niet als de bal hiermee omhoog gaat.

Binnen het 15m doelgebied mag de doelverdediger de bal stoppen met het lichaam, schoppen met zijn klomp (maar niet gevaarlijk omhoog) of tegenhouden met de handschoen en wegslaan.

### Self-pass

Bij beginslag, vrije slag, inslaan, uitslaan en lange corner mag de nemer de bal zelf spelen zonder dat hij de bal naar een medespeler moet spelen. De speler moet eerst duidelijk de bal een tikje geven en mag daarna verder spelen.

### Doelpunt

Een doelpunt kan alleen worden gemaakt door een aanvaller van binnen de cirkel of het 15m doelgebied.

Als een aanvaller van binnen de cirkel of het 15m doelgebied de bal richting doel speelt, maar de bal gaat via een voet of stick van een verdediger in het doel, is er ook een doelpunt gemaakt.

De bal mag bij een poging op doel niet hoger dan 46cm (plankhoogte) worden gespeeld.

### Gevaarlijk en ruw spel

Gevaarlijk en ruw spel zijn altijd verboden. Hieronder valt:

- 'sticks': gevaarlijk of hinderlijk zwaaien met de stick
- 'hoge bal' (zie ook onder doelpunt)
- 'snijden'
- 'hakken op de stick' tijdens een duel
- aanvallen van links als dit gevaarlijke situaties oplevert
- (naar) spelers (of hun stick) slaan of trappen, vasthouden of duwen, laten struikelen, blokkeren met het lichaam, of andere niet in geest van het spel zijnde handelingen
- de bal opzettelijk tegen een speler aan spelen

### Wat mag niet?

- 1) gevaarlijk zwaaien met de stick



- 2) op de stick slaan van een tegenstander



### 3) de bal hoog spelen

gevaarlijk.



### 4) je tegenstander duwen



### 5) de bal met de voet spelen



### Afhouden

Het is niet toegestaan een tegenstander van de bal af te houden door tussen hem en de bal te draaien waardoor de tegenstander de bal niet kan spelen.. Dit kan met het lichaam of met de stick.



### Straffen

Bij een overtreding buiten de doelgebieden:

- een vrije slag door het andere team op de plaats van de overtreding

Bij een overtreding van een aanvaller binnen de cirkel of het 15m doelgebied:

- een vrije slag door het verdedigende team van een plaats op de 15m lijn, recht tegenover de plaats waar de overtreding heeft plaats gevonden

Bij een overtreding van een verdediger binnen de cirkel of het 15m doelgebied:

- een strafcorner door het aanvallende team

Bij een overtreding van een verdediger binnen de cirkel of het 15m doelgebied waardoor een zeker doelpunt wordt voorkomen of dat een verdediger expres een overtreding binnen het 15 m doelgebied maakt:

- een strafbal door het aanvallende team

### Vrije slag

Als een speler iets doet wat niet mag (overtreding) krijgt een speler van het andere team een vrije slag. Deze moet worden genomen op de plaats van de overtreding.

De bal moet bij het nemen van de vrije slag stilliggen en mag niet omhoog worden gespeeld.

De tegenstanders moeten minimaal 5m afstand van de bal nemen.

Als een verdediger binnen 5m van de cirkellijn of 15m lijn een overtreding maakt krijgt het aanvallende team een vrije slag. De bal moet 5m buiten de cirkel of de 15m lijn worden gelegd recht tegenover de plaats waar de overtreding heeft plaats gevonden. Beide partijen moeten, behalve de nemer, minimaal 5m afstand van de bal nemen. De bal mag niet rechtstreeks de cirkel of het 15m gebied in worden gespeeld. De bal moet eerst 5m zijn verplaatst of zijn aangeraakt door een andere speler.

Als een aanvaller in de cirkel of het 15m gebied een overtreding maakt krijgt het verdedigende team een vrije slag. De bal moet op de 15m lijn worden gelegd recht tegenover de plaats waar de overtreding heeft plaats gevonden. Nu moeten alleen de tegenstanders minimaal 5m afstand van de bal nemen.

### Strafcorner

Een strafcorner is een vrije slag die wordt genomen door een speler van het aanvallende team.

De bal moet op de achterlijn worden gelegd op minimaal 10m afstand van het doel.

Het aanvallende team mag zelf bepalen aan welke kant van het doel de strafcorner zal worden genomen. De strafcorner mag niet met een self-pass worden aangegeven.

Bij een strafcorner mogen maximaal 5 verdedigers met voeten en sticks achter de doellijn/achterlijn staan op minimaal 5m afstand van de bal. De overige verdedigers moeten achter de middenlijn staan.

De aanvaller die de bal zal aangeven van de achterlijn moet ten minste 1 voet achter de lijn plaatsen.

De andere aanvallers moeten zich buiten de cirkel of het 15m doelgebied opstellen.

Pas op het moment dat de strafcorner van de achterlijn wordt gespeeld mogen de verdedigers en aanvallers in het doelgebied komen.

De bal moet eerst buiten het 15m doelgebied zijn gespeeld voordat van binnen het 15m doelgebied kan worden gescoord. De bal mag niet hoger dan plankhoogte in het doel komen.

### Strafbal

De bal wordt op 6,4m recht voor het doel gelegd.

De aanvaller moet achter de bal beginnen.

De aanvaller mag de bal alleen pushen dus niet slaan.

De aanvaller moet wachten op het fluitsignaal van de spelleider.

De aanvaller mag de bal maar 1x spelen.

De aanvaller mag de bal niet hoger dan plankhoogte in het doel spelen.

De doelverdediger moet met beide voeten op de doellijn staan.

De doelverdediger mag niet eerder van de doellijn komen voordat de aanvaller de bal heeft gespeeld.

Komt de doelverdediger toch te vroeg van de doellijn en stopt hierdoor de bal dan wordt de strafbal overgenomen.

Een strafbal eindigt zonder doelpunt als:

- de aanvaller een overtreding maakt
- de doelverdediger de bal stopt
- de bal de doellijn niet haalt

Als bij een strafbal een doelpunt wordt gemaakt, gaat het spel verder met een beginslag midden op het veld door het verdedigende team.

Als bij een strafbal geen doelpunt wordt gemaakt, gaat het spel verder met een vrije slag op de 15m lijn recht voor het doel door het team dat het doelpunt tegen kreeg.

#### Bal over de achterlijn als er geen doelpunt is gemaakt

- Is de bal het laatst aangeraakt door de stick van een aanvaller:  
uitslaan door een verdediger op de 15m lijn recht tegenover de plaats waar de bal over de achterlijn ging. De tegenstanders moeten minimaal 5m afstand van de bal nemen.
- Is de bal het laatst aangeraakt door de stick van een verdediger:  
lange corner voor het aanvallende team
- Wordt de bal door een verdediger opzettelijk over de achterlijn gespeeld:  
strafcorner door het aanvallende team

#### Lange corner

De bal wordt op zijlijn gelegd, 5m van de achterlijn aan de kant van het doel waar de bal over de achterlijn is gegaan. Beide partijen moeten, behalve de nemer, minimaal 5m afstand van de bal nemen.

#### Bal over de zijlijn.

Inslaan van een plaats op de zijlijn waar de bal uitging door een speler van team dat niet de bal het laatst aanraakte. De tegenstanders moeten minimaal 5m afstand van de bal nemen.

Bij een aanvallende inslag binnen het 10m gebied moeten beide partijen, behalve de nemer, minimaal 5m afstand van de bal nemen.

#### Time-out

Een time-out kan worden gegeven om de coaches van beide teams gelegenheid te geven de spelers extra aanwijzingen te geven, zodat het spel beter kan verlopen.

- een time-out kan op initiatief van de spelleider worden gegeven
- een time-out kan gevraagd worden door de coach van een team

#### Spelleiding

Nu het speelveld groter is en het spel sneller wordt gespeeld zal, wordt het spel geleid door twee spelleiders.

De spelleiders zijn geen scheidsrechters en moeten het spel begeleiden. Indien nodig kunnen zij het spel onderbreken om uitleg te geven over situaties die de spelers niet begrijpen.