OP NAAR DE ZAAL

10 VERSCHILLEN DIE JE MOET KENNEN VOOR JE GAAT FLUITEN IN DE ZAAL

Zaalhockey fluiten is snel, spannend en vol actie! We zetten voor jou de 10 belangrijkste verschillen op een rij. Dit is alleen geen volledig overzicht: bekijk daarvoor het Spelreglement Zaalhockey. de Afspraken Arbitrage Zaalhockey en de Standaard Afspraken Zaalhockey.

ROND DE WEDSTRIJD

1 Het speelveld

Geen zijlijnen, maar zijbalken in de zaal. Gaat de bal laag tegen de balk? Dan spelen we door!

- Erover buiten de cirkel? Inpush op max. 1 meter van de balk op de plaats waar de bal over de balk ging.
- Erover binnen de cirkel? Inpush op max. 1 meter van de balk buiten de cirkel nemen.

2 De speeltijd

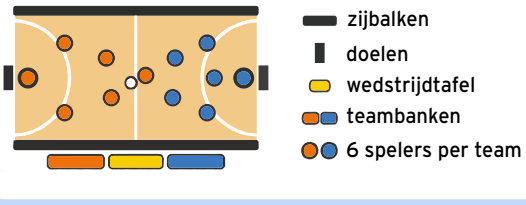
Korter dan op het veld. De KNHB bepaalt de tijden per competitie. Check deze dus vooraf! Bij 2 x 20 min. duurt de rust max. 3 min.

3 De wedstrijdtafel

De wedstrijdtafel houdt de score, speeltijd en straftijden bij en geeft bij de scheidsrechters aan wanneer ze van kant moeten wisselen (als er geen 2 speelhelften of 4 speelkwarten zijn).

4 De teams

Max. 12 spelers per team op het DWF. Op het veld 6 veldspelers tegelijk (of 5 + 1 doelverdediger). De wedstrijd starten kan met minimaal 4 spelers op het veld.



HET SPEL ZELF

5 Pushen, niet slaan

In de zaal mag je de bal alleen laag over de grond pushen (stick minder dan 50 cm van de bal). Een schot op doel mag wel hoog. Een pass mag tot max. 10 cm omhoog, mits de tegenpartij hierdoor niet gehinderd wordt.

6 Niet liggend spelen

Spelers mogen de bal niet liggend spelen of 3 steunpunten (extra knie, arm of steunhand op de grond) hebben bij het spelen van de bal. Doelverdedigers mogen, als de bal en zij zelf in de cirkel zijn, de bal wel liggend spelen.

7 3 meter is genoeg

3 meter in plaats van 5 meter!

- Vrije push: tegenstanders op 3 meter afstand.
- Aanvallende helft: bal moet 3 meter rollen na vrije push voordat de bal de cirkel in mag.

8 Wisselen

De tijd staat in principe niet stil in de zaal. Bij een wissel van de doelverdediger is dit ook niet het geval. Heeft een team te veel spelers op het veld door een foutieve wissel? Dan krijgt dit team een strafcorner tegen.

9 Strafcorner

Alleen de doelverdediger staat in het doel, de andere verdedigers staan op de achterlijn aan de kant waar de bal niet wordt aangegeven.

- Te vroeg uitlopen? Verdediger naar de aanvallende helft, op max. 9.10 meter van de achterlijn.

MANAGEMENT

10 Kaarten in de zaal

Een speler die een kaart krijgt, moet op de strafbank bij de wedstrijdtafel zitten. Zijn team speelt daardoor met een speler minder op het veld.

Krijgt een teambegeleider een kaart?

- Dan mag die teambegeleider niet coachen zolang de uitsluiting duurt.
- Moet het team ook met een speler minder spelen. Die speler mag wel blijven meedoen, zolang het team maar met een speler minder op het veld staat.
- Groen: de teambegeleider mag op de teambank blijven zitten.
- Geel (altijd 4 minuten): teambegeleider moet naar de tribune. Rood: de teambegeleider moet de zaal uit.

