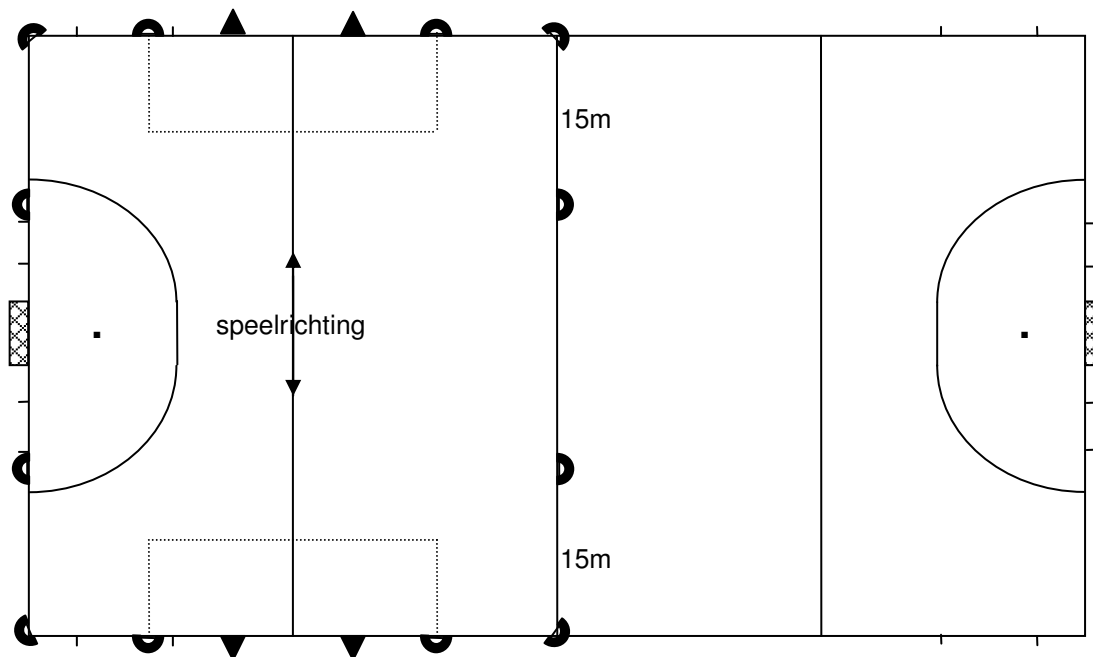


## Spelregels achttal hockey

Hoe ziet het speelveld eruit?



◐ Zijn veldmarkeringen in de vorm van "halve maantjes"

▲ Zijn 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 halve maantjes. Beschikt de vereniging over een veld met twee (oefen)cirkels in de breedte richting van het veld, dan is het doelgebied de cirkel. De doelen worden midden op de "achterlijn" gezet d.m.v. pylonnen. Deze hebben een onderlinge afstand van 3,66m (de normale breedte van een hockeydoel). Een achterplank met zijschotten als doel heeft de voorkeur. Beschikt de vereniging over een veld met twee (oefen)doelen in de breedte richting van het veld, dan heeft dit de prioriteit.

### De bal

De bal die gebruikt wordt is een normale hockey bal.

### Teams

Een team bestaat uit maximaal 7 veldspelers en 1 keeper. Er mogen wisselers zijn. Spelers mogen bij de spelersbank worden gewisseld op elk moment, maar niet als er een strafcorner is toegekend. Eerst speler eruit, dan (wissel) speler erin. De keeper draagt helm, beenbeschermers, klompen en handschoenen. Het is niet toegestaan om met een 'vliegende keep' te spelen. De kans op blessures is hierbij namelijk te groot.

### 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 wie mag beginnen. Het team dat niet de toss wint mag na de rust beginnen. De beginslag wordt genomen vanaf het midden van het veld en deze mag in alle richtingen worden gespeeld.

### 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 keeper de bal stoppen met het lichaam, schoppen met zijn klomp (maar niet gevaarlijk omhoog) of tegenhouden met de handschoen en wegslaan.

### Doelpunt

Een doelpunt kan alleen worden gemaakt door een aanvaller van binnen het 15m doelgebied. Als een aanvaller van binnen 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 schot 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 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 het 15m doelgebied:

- een strafcorner door het aanvallende team

Bij een overtreding van een verdediger binnen het 15m doelgebied waardoor een zeker doelpunt wordt voorkomen:

- een strafbal door het aanvallende team

## Vrije slag

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 de vrije slag binnen 5m van de 15m lijn door de aanvallende partij wordt genomen moeten, behalve de nemer, alle andere spelers minimaal 5m afstand van de bal houden.

De vrije slag nemer mag de bal maar 1x spelen.

## 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.

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 andere 15m lijn 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 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 keeper moet met beide voeten op de doellijn staan.

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

Komt de keeper 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 bal buiten het doelgebied komt
- de bal in het doelgebied komt stil te liggen

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 verdedigende team.

## 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.
- 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. De bal moet eerst door een andere aanvaller worden gespeeld voordat een doelpunt kan worden gemaakt. De tegenstanders moeten 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.

Als inslaan binnen het 10m doelgebied plaats vindt door het aanvallende team, moet de bal eerst door een andere aanvaller worden gespeeld voordat een doelpunt kan worden gemaakt. Bij inslaan moeten de tegenstanders 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, 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.