

Spelregelboekje 2024

Veldhockey Jongste Jeugd

3-, 6- en 8-tallen

(onder 10 jaar)



Met elkaar, voor elkaar.

Zet je in voor de club

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
1. 3-tallen (Onder 8)	3
2. 6-tallen (Onder 9)	6
3. 8-tallen (Onder 10)	9
4. Het belangrijkste op een rijtje	12

Voorwoord

Welkom bij het eerste Spe(e)lregelboekje voor de Jongste Jeugd van HC De Hoeksche Waard.

Dit boekje is speciaal opgesteld om overzicht te geven in alle regels die bij hockey gelden bij de **Jongste Jeugd**, dus voor 3-, 6- en 8-tallen, vooral omdat er in 2022 door de KNHB een herijking heeft plaatsgevonden: de kinderen moeten op een leuke manier kennismaken met hockey waarbij de regels worden 'opgebouwd'. Bij de Jongste Jeugd gaat het om **plezier, veiligheid en leren**; winnen is leuk, maar hoeft niet!

Een ander groot verschil is dat de Jongste Jeugd-wedstrijden niet onder leiding staan van echte scheidsrechters, maar door 'spe(e)lbegeleiders', de ouders.

Spe(e)lbegeleider zijn, is meer dan alleen maar fluiten voor overtredingen. Sterker nog, bij de 3- en 6-tallen is het zeker niet de bedoeling om te fluiten, terwijl je bij de 8-tallen juist weer wat strenger moet zijn. En als dat nodig is, legt een spe(e)lbegeleider de wedstrijd even stil voor wat uitleg.

Voor een plezierig en sportief verloop van wedstrijden bij de Jongste Jeugd is het voor de spelers en coaches belangrijk om de spelregels kennen. Dit geldt ook voor de ouders op wie vaak een beroep wordt gedaan om een wedstrijd te begeleiden of te fluiten.

Ouders die de (spe(e)l)regels in dit boekje kennen zijn prima in staat een wedstrijd te bij de Jongste Jeugd te begeleiden.

Heb je vragen over de regels, wil je clubscheidsrechter (CS) of zelfs CS+ worden?

Neem dan contact op met de Scheidsrechterscommissie (arbitrage@hchoekschewaard.nl).

Namens de Scheidsrechterscommissie
Ron Uijlenbroek, augustus 2024



TIP!

Meer weten over hockeyregels? Lees dan ook één van de andere HCHW-**spelregelboekjes**. Je vindt ze op de website van [HCHW](https://www.knhb.nl):

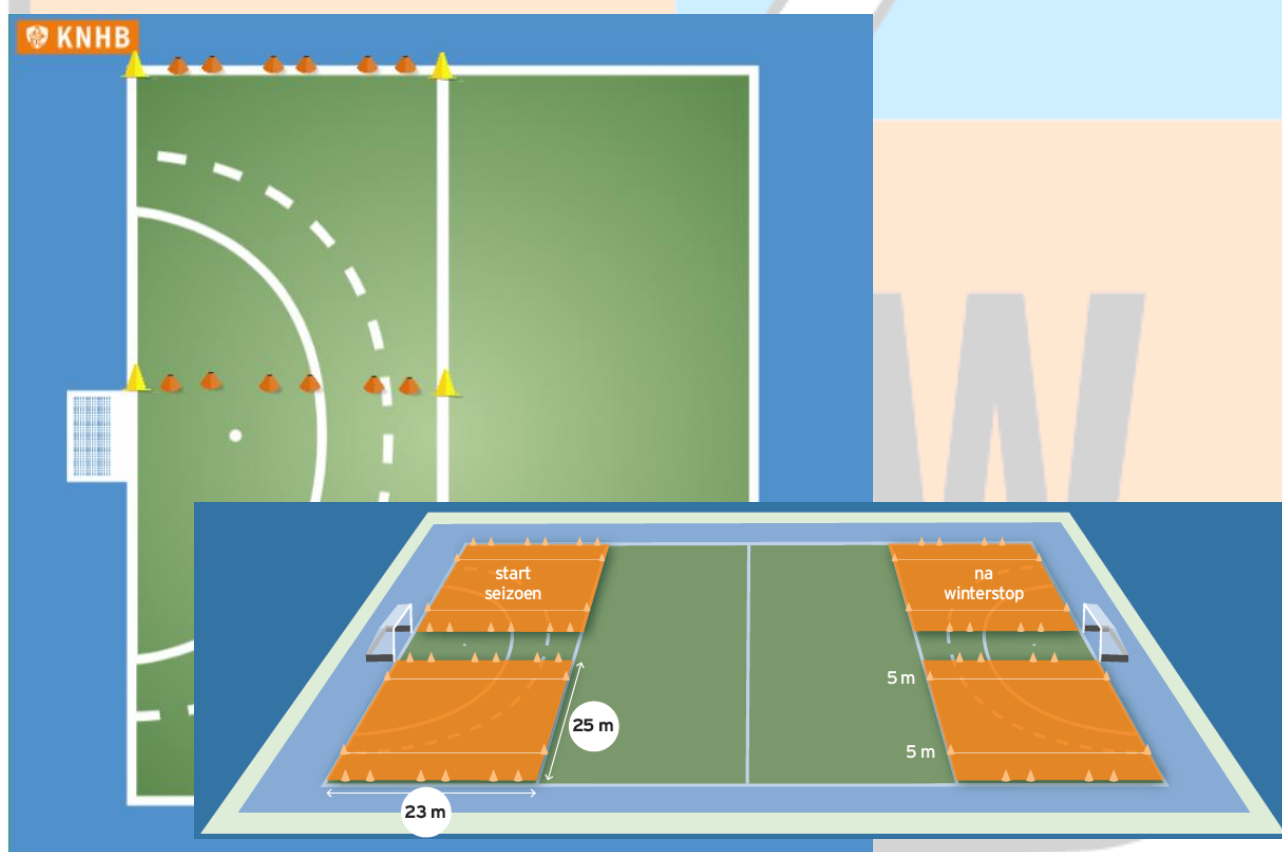
- **Veldhockey elftallen**, 2024
- **Zaalhockey**
- **Tips in een notendop** over o.a.
 - positionering
 - waarneming
 - toepassing van de regels;
 - verkoop en acceptatie van beslissingen.

En wil je na het lezen van al onze boekjes nóg meer weten, ga dan voor meer informatie naar de website van de hockeybond:
<https://www.knhb.nl/kenniscentrum/scheidsrechters>

1. 3-tallen hockey (Onder 8)

Als de allerjongsten hockeywedstrijden gaan spelen, spelen zij 3 tegen 3. Vaak zijn de kinderen nog maar 6 of 7 jaar. Omdat de kinderen nog zo jong zijn, is het van groot belang dat **plezier, veiligheid en leren** voorop staan. Dit moet voor de trainers, coaches, spe(e)lbegeleiders, maar ook voor de ouders **duidelijk** zijn. Pas als dat voorop staat, zullen de kinderen met een lach thuiskomen en door willen gaan met hockey, misschien wel tot de Heren of Dames 1 aan toe.

Nu de herijking is geweest, spelen 3-tallen op een **achtste veld** van circa **23 x 23 (tot 25) meter**. De zijlijn van het gewone veld doet daarbij dienst als achterlijn. De andere achterlijn is een denkbeeldige lijn ter hoogte van de doelpalen. De achterlijn en de 23-meterlijn vormen de zijlijnen. Er is geen cirkel of doelgebied. En, anders dan bij de 6- en 8-tallen, maar ook de 11- en 9-tallen, moet **ieder team DRIE doelen** verdedigen. **LET OP!** Na de winterstop (dus in 2025) **verdwijnt er 1 doel** en verdedigt ieder team **2 doelen!** Deze doelen staan op 4 meter van de zijlijn. Ze zijn 2 meter breed en worden gemarkeerd met pylonen. Zie hieronder hoe de doelen voor 1 veld zijn geplaatst. Aan de andere kant van het 'vaste doel' wordt een **2^e veld** uitgezet, zodat er **2x een 3 tegen 3** kan worden gespeeld. De coaches van de thuisspelende club zetten het veld met de pylonen uit en ruimen deze ook weer op.



Teams, tijd en score

Een team bestaat uit **twee drietallen** (team A en B) plus meestal één reserve per drietal met wie je continu mag wisselen. Zo ben je dus met z'n achten.

LET OP! Bij 3-tallen hockey speel je **zónder keeper**, en dat terwijl je nota bene drie goals (na de winterstop 2) hebt te verdedigen!

Een 3-tallen-wedstrijd bestaat uit **2 partijtjes** van ieder **20 minuten** plus een korte pauze van 5 minuten. Bij het eerste partijtje speelt team A van partij 1 tegen team A van partij 2, terwijl op het 2^e veld team B van partij 1 tegen team B van partij 2 speelt. Na de rust wisselen de teams en speelt 1A tegen 2B en 1B tegen 2A. Ieder team speelt dus 40 minuten.

De **einduitslag** van de 'wedstrijd' is de optelling van alle doelpunten uit alle 4 de wedstrijden. Als de uitslagen bijvoorbeeld 4-1, 2-8, 4-5 en 2-2 zijn, is de einduitslag 12-16.

Spe(e)lbegeleider

Partijtjes bij de 3-tallen staan onder leiding van een **spe(e)lbegeleider**, bij ieder partijtje één. De **thuis spelende** club 'levert' de spe(e)lbegeleiders.

LET OP! Speelbegeleiders zijn geen scheidsrechters. Een speelbegeleider houdt in beginsel zijn of haar **fluitje in de zak**. Een speelbegeleider staat dus zonder fluit langs de kant en **enthousiasmeert** de kinderen vooral en grijpt alleen in als het gevaarlijk wordt. Bij de 3-tallen gaat het er immers om dat de kinderen kunnen door hockeyen en dat zij zelf ontdekken wat er goed en fout gaat. Uiteraard zijn er wel een paar richtlijnen die als regels gehanteerd kunnen worden. Belangrijk is dat de kinderen lekker **hun ding kunnen doen**, dat vergroot het plezier.

TIP! Het is verstandig dat speelbegeleiders en coaches voor de wedstrijden even overleggen, zodat zij ongeveer op 1 lijn met elkaar staan (soms ben je zelf fanatieker of is juist de tegenstander fanatieker en wordt er verwezen naar de 'oude' 3-tallen-regels).

LET OP! Iedere wedstrijd begint met **shake hands**. Daarbij geven de teams en de speelbegeleiders elkaar een hand en wensen ze elkaar een fijne wedstrijd. In het kader van de hygiëne kan dit natuurlijk ook door de sticks tegen elkaar te tikken.

TIP! Als spe(e)lbegeleider kun je zelfs een **time out** geven om teambegeleiders de gelegenheid te geven extra aanwijzingen te geven, zodat het spel beter kan verlopen. Teambegeleiders kunnen bovendien zelf ook om een **time out** vragen.

Zoals in de inleiding al werd gesteld, draait het, anders dan ouders soms denken, bij 3-tallen hockey niet om winnen. Het gaat om **plezier, veiligheid** en **leren!**

- Plezier

Daarom doe je de **warming up** bij 3-tallen bij voorkeur samen (dus met de tegenstander) en begint iedere wedstrijd met **shake hands**. Je geeft elkaar dan een hand en wenst iedereen veel plezier.

- Veiligheid

Omwille van de veiligheid zijn **scheenbeschermers en een beetje verplicht!** Bovendien mag je de bal **niet hoog spelen**. Dat betekent dus 'niet boven kniehoogte' in het veld en onder plankhoogte in het doelgebied bij een schot op goal en mits niet gevaarlijk.

- Leren

Soms kan het handig zijn om de kinderen uitleg te geven over wat de regels zijn of wat bijvoorbeeld wel en niet mag. Daartoe kan een speelbegeleider de wedstrijd even onderbreken.

Spelplezier bevorderende maatregelen

Bij de 3-tallen komt het nog wel eens voor dat de **krachtverschillen tussen teams** heel groot zijn. Een indicatie hiervoor is als een team ver voor staat. Speelbegeleiders kunnen dan, in overleg met de teambegeleiders, spelplezier bevorderende maatregelen nemen. Voor de **sterkere partij** kun je de opstelling veranderen. Of je geeft aan dat spelers de bal maar drie keer mogen raken. Voor de **zwakkere partij** kun je als speelbegeleider extra aanwijzingen geven. Je kunt ze ook met een extra speler laten spelen.

LET OP! Veel gebruikte maatregelen als de doelen verkleinen of verplicht 3x overspelen worden door de KNHB afgeraden. Deze maatregelen passen niet meer binnen het opleidingsbeleid van de hockeybond.

Overtredingen

Er moet vooral gelet worden op de **veiligheid**; het spel mag dus **niet gevaarlijk** worden. Uiteraard zijn er tal van andere dingen die later niet mogen, maar hier wordt bij de 3-tallen nog niet zou erg naar gekeken.

De volgende punten kunnen worden aangemerkt als overtreding:

- De bal spelen met de voet (**shoot**)
- De bal spelen met de **bolle kant** van de stick

Zeg hier **alleen** iets van als er **echt voordeel** uit wordt gehaald!

LET OP! De bal mag bij 3-tallen hockey **niet omhoog** worden gespeeld. Dat is gevaarlijk.

TIP! Of er sprake is van **gevaarlijk spel** kun je vaak zien aan de **schrikreactie** van spelers.

Afslag en spelhervattingen

De **afslag** aan het **begin** van een wedstrijd wordt in het midden van het veld genomen waarbij alle spelers op de eigen helft staan; de bal moet **stilliggen**. De tegenstaander staat op **minimaal 3 meter** afstand.

Bij iedere **spelhervatting** moeten alle spelers op **3 meter afstand** van de bal staan, maar dan hoeft de bal **niet** stil te liggen.

Gaat de bal over de **zijlijn**, neemt de andere partij een inslag nabij de plaats waarbij de bal over de lijn is gegaan.

LET OP! Nieuw vanaf 2023 – 2024. Is de bal over de **achterlijn** gegaan, wordt het spel hervat door het team dat de bal niet als laatste heeft geraakt **op de 5-meter lijn** ter hoogte van de plaats waar de bal over de achterlijn is gegaan (dit geldt voor beide teams).

Doelpunt

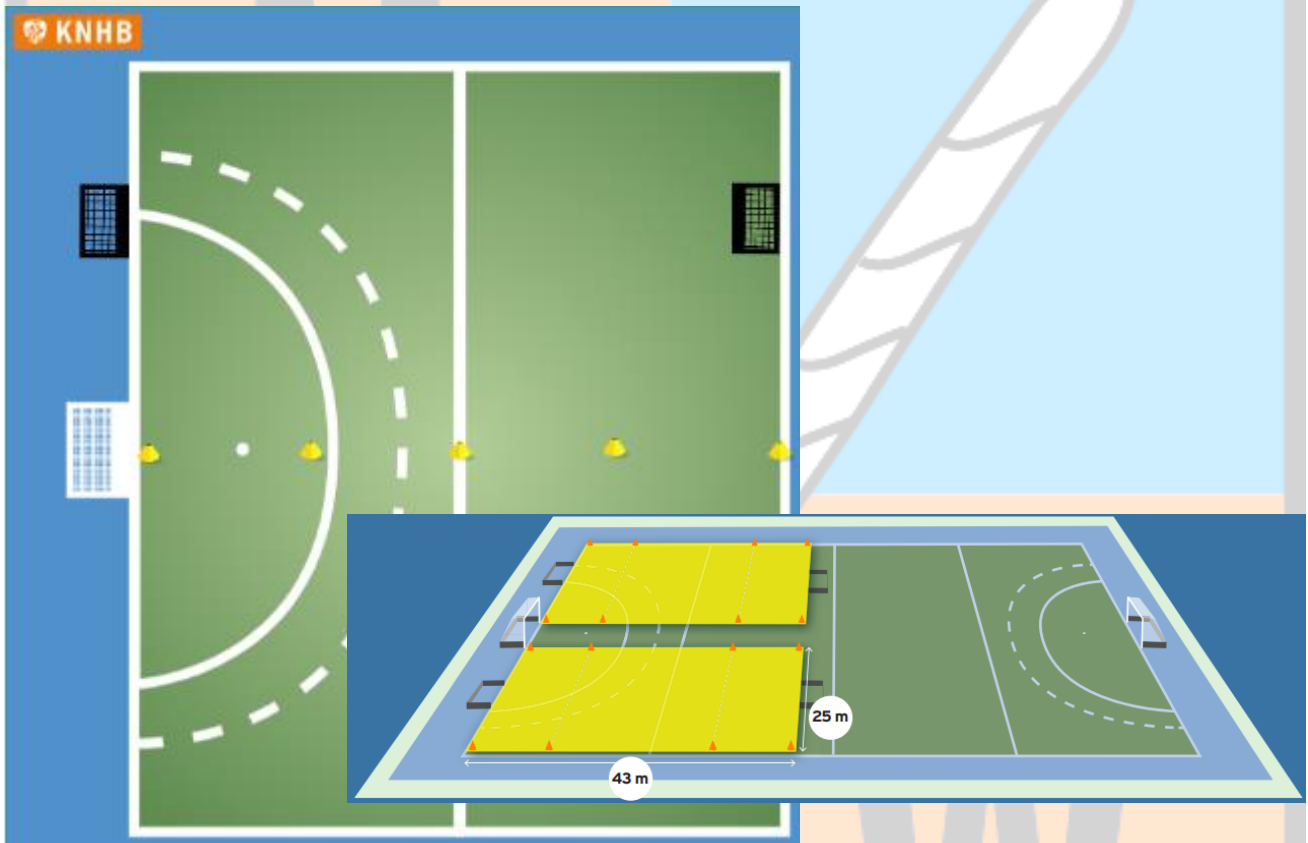
LET OP! Nieuw vanaf 2023 – 2024. De kinderen gaan vanzelf richting de 3 doelen en doen hun best om te scoren. Laat ze lekker hun gang gaan. Een doelpunt kan vanaf **iedere plaats binnen het doelgebied van 5 meter** worden gescoord in 1 van de doeltjes.

Na een doelpunt wordt het spel weer hervat op de middellijn.

6-tallen hockey (Onder 9)

Ook bij de 6-tallen zijn er veranderingen door de herijking in 2022, maar **niet** meer voor de seizoenen vanaf 2023 – 2024; alle regels zijn gelijk gebleven.

6-tallen spelen op een **kwart veld**. De zijlijn van het gewone veld dient als zijlijn evenals als de denkbeeldige lijn door de strafbalstip. De doelen staan in het midden van deze 'helften'. De achterlijn aan de ene kant is ook de achterlijn. De middenlijn is de achterlijn van de andere helft. Het doel staat dus iets in het veld (hierdoor kan de andere helft van het veld eventueel gebruikt worden voor andere wedstrijden). Verder is er een doelgebied op 10 meter van de beide achterlijnen: het **10-metergebied**.



Teams en tijd

Een team bestaat uit **5 veldspelers en 1 doelverdediger** plus één of twee wissels. Spelers mogen op elk moment wisselen. Dat gebeurt ter hoogte van de (denkbare) middenlijn (de normale zijlijn). De keeper draagt een helm, klompen, *leg guards* en een *body protector*.

LET OP! Het is niet toegestaan om met een vliegende keep te spelen of met zes veldspelers in plaats van vijf en een keeper.

Een 6-tallen wedstrijd duurt **2 x 25 minuten** plus een kort pauze 5 minuten en staat onder leiding van **1 spe(e)lbegeleider** (van het thuisteam).

Spe(e)lbegeleider

Belangrijk is dat een spe(e)lbegeleider de kinderen uitleg geeft over wat de regels zijn en wat bijvoorbeeld wel en niet mag. Zo nodig legt een spe(e)lbegeleider daarvoor de wedstrijd even stil.

Ondanks dat **Plezier**, **Veiligheid** en **Leren** nog steeds het belangrijkste is, wordt er door de Spe(e)lbegeleider bij de 6-tallen wel gebruik gemaakt van een fluit. Het aspect **Leren** wordt nu langzaam iets belangrijker: er komen meer **regels** bij.

LET OP! Iedere wedstrijd begint met **shake hands**. Daarbij geven de teams en de spelbegeleiders elkaar een hand en wensen ze elkaar een fijne wedstrijd. In het kader van de hygiëne kan dit natuurlijk ook door de sticks tegen elkaar te tikken.

TIP! Als spe(e)lbegeleider kun je zelf een **time out** geven om teambegeleiders de gelegenheid te geven extra aanwijzingen te geven, zodat het spel beter kan verlopen. Teambegeleiders kunnen bovendien om een **time out** vragen.

Overtreding

In principe gelden bij 6-tallen hockey dezelfde regels als bij 3-tallen hockey. Als je iets doet wat niet mag (**overtreding**), krijgt de tegenstander een vrije slag.

De volgende punten kunnen worden aangemerkt als overtreding:

- De bal spelen met de voet (**shoot**)
- De bal spelen met de **bolle kant** van de stick

Zeg hier **alleen** iets van als er **echt voordeel** uit wordt gehaald!

De bal mag bij de 6-tallen iets omhoog, namelijk tot de knie. **Boven** de knie is het gevaarlijk en dus een **overtreding** van diegene die de bal hoog speelt. Dit geldt ook voor een doelpoging: maximaal 46 cm ofwel **plankhoogte**, mits niet gevaarlijk. Als een goal met pylonen is aangegeven kun je **kniehogte** aanhouden.

Afslag en spelhervattingen

De **afslag** aan het **begin** van een wedstrijd wordt in het midden van het veld genomen waarbij alle spelers op de eigen helft staan; de bal moet **stilliggen**. De tegenstander staat op **minimaal 3 meter** afstand.

Bij iedere **spelhervatting** moeten alle spelers op **3 meter afstand** van de bal staan, maar dan hoeft de bal **niet** stil te liggen.

Gaat de bal over de **zijlijn**, neemt de andere partij een inslag op de plaats waarbij de bal over de lijn is gegaan. Gaat de bal binnen het 10-metergebied over de zijlijn, dan wordt de bal genomen op de zijlijn ter hoogte van de 10-meterlijn. De bal moet eerst **3 meter** hebben gerold **voordat** hij in het 10-metergebied gespeeld mag worden.

Is de bal over de door een **aanvaller** over de **achterlijn** gegaan, dan wordt de bal vanaf de 10-meterlijn, ter hoogte van waar de bal over de achterlijn is gegaan, door het verdedigende team **uitgeslagen**.

Gaat de bal door een **verdediger** over de **achterlijn**, wordt het spel hervat met een **lange corner**. Een lange corner wordt genomen op de 10-meterlijn ter hoogte van de plaats de bal over de achterlijn is gegaan. De bal moet eerst **3 meter** hebben gerold **voordat** hij in het 10-metergebied gespeeld mag worden.

Als een **aanvaller** een overtreding **in het 10-metergebied** maakt, krijgt de verdedigende partij een vrije slag die overal in het 10-metergebied genomen mag worden (iedereen houdt weer 3 meter afstand).

Begaat de **verdediging** een overtreding **in het 10-metergebied**, krijgt de aanvallende partij een vrije slag die op de 10-meterlijn moet worden genomen. De bal moet eerst weer 3 meter moet rollen voordat deze in het 10-metergebied mag komen, net als bij een lange corner.

Shoot-out

Als een **duidelijk doelpunt** door een overtreding wordt voorkomen, is een **shoot-out** de juiste straf. Meestal is dat omdat een verdediger de bal net voor de lijn expres of per ongeluk stopt met zijn voet.

Een **shoot-out** wordt genomen vanaf 3 meter achter de 10-meterlijn (dus op ca. 7 meter van het doel). Eén speler mag na het fluitsignaal proberen om een doelpunt te maken. De keeper van de tegenpartij staat in het doel en probeert het maken van een doelpunt te voorkomen. Alle andere spelers staan achter de middenlijn en mogen pas als de bal rolt weer meedoen met het spel.

Doelpunt

Een doelpunt telt pas als een aanvaller de bal **binnen** het doelgebied (10-metergebied) heeft aangeraakt voordat de bal over de doellijn gaat.

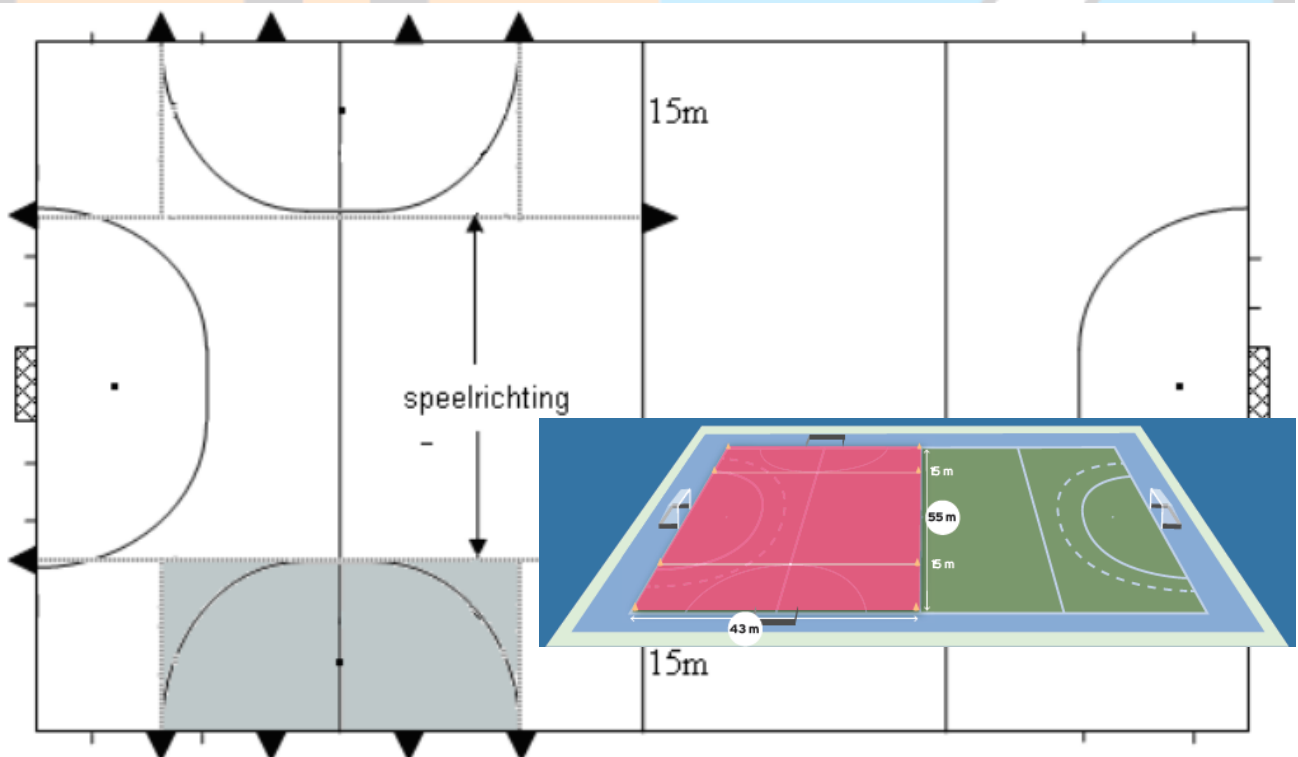
Na een doelpunt wordt het spel hervat met een afslag vanaf het midden van het veld.



2. 8-tallen hockey (Onder 10)

8-tallen spelen op een **half veld**. Daarbij doet de zijlijn dienst als achterlijn, terwijl de achterlijn en de middenlijn de zijlijnen van het veld zijn. Wanneer er geen **oefencirkels** zijn, dan geldt een **15 meter doelgebied** (grijs gearceerd). Dat is een gebied dat gemarkeerd wordt met vier pylonen; één links en één rechts op de achterlijn op 15 meter uit het midden van de goal en twee 15 meter van de achterlijn op beide zijlijnen. In en nabij het 15 meter doelgebied (grijs gearceerd) gelden de regels als in en nabij de cirkel.

De **doelen** worden in het midden op de achterlijn gezet en gemarkeerd met pylonen. Maar het kunnen ook mini-doelen zijn met een achterplank en twee zijschotten of gewoon **'echte goals'**.



Teams en spelbegeleiders

Ieder team bestaat uit **zeven veldspelers en één keeper** plus één of twee wisselers. Spelers mogen op elk moment wisselen. Dat gebeurt ter hoogte van de (denkbare) middenlijn. De keeper draagt een helm, klompen, *leg guards* en een *body protector*.

LET OP! Het is niet toegestaan om met een **vliegende keep** of met acht veldspelers en dus zonder keeper te spelen.

Een wedstrijd duurt **2 x 30 minuten** met een korte rust van 5 minuten.

LET OP! Iedere wedstrijd begint met **shake hands**. Daarbij geven de teams en de spelbegeleiders elkaar een hand en wensen ze elkaar een fijne wedstrijd.

Spelbegeleiders

De wedstrijd wordt geleid door **twee spelbegeleiders**, één van ieder team. Spelbegeleider zijn is meer dan alleen maar fluiten voor overtredingen, zoals 'gewone' scheidsrechters doen.

LET OP! Spelbegeleiders moeten het spel ook echt begeleiden. Dat betekent dat je de wedstrijd zo nodig stillegt om uitleg te geven, bijvoorbeeld waarom je voor iets fluit of hoe je een strafcorner neemt.

TIP! Als spelbegeleider kun je zelfs een **time out** geven om teambegeleiders de gelegenheid te geven extra aanwijzingen te geven, zodat het spel beter kan verlopen. Teambegeleiders kunnen bovendien om een **time out** vragen.

Spelhervattingen, *self pass* en hoog

In principe gelden bij 8-tallen hockey dezelfde regels als voor gewoon 11-tallen hockey. Zo moet een **vrije slag** worden genomen op de plaats van de overtreding. Dat geldt ook voor overtredingen binnen 5 meter van het doelgebied of de (oefen)cirkel. De bal moet dan stil liggen en mag niet omhoog worden gespeeld.

LET OP! Bij achttallen hockey mag je de bal **nooit hoog** spelen, dat wil zeggen niet boven kniehoogte. Dat is **gevaarlijk**. Dat geldt ook in de cirkel bij een slag op goal. Staan er echte doelen of plankdoelen, dan is **plankhoogte** maatgevend. Is de goal aangegeven met pylonen dan geldt **kniehoogte**.

De beginslag, een vrije slag, inslaan, uitslaan én een lange corner mag je zelf nemen (**self pass**). Je hoeft de bal dus niet eerst naar een medespeler te spelen. Je mag ook meteen zelf gaan lopen met de bal. Bij een spelhervatting moeten **alle spelers** minimaal 5 meter **afstand** nemen.

Vrije slag

Bij een vrije slag van de aanval buiten het doelgebied of de (oefen)cirkel moet de bal worden genomen op de plaats van de overtreding. Maakt een aanvaller een overtreding **in het doelgebied**, dan mag de verdediging de vrije slag ter hoogte van de kop cirkel (of rand doelgebied) nemen.

Bij een overtreding van de verdediging binnen 5 meter van het doelgebied krijgt de aanvallende partij natuurlijk de vrije slag, alleen moet de bal dan wel eerst **5 meter** rollen **voordat** deze het doelgebied in gespeeld mag worden.

Uitslaan of lange corner

Als een aanvaller de bal over de achterlijn laat gaan, dan betekent dat **uitslaan** voor de verdediging. Dat gebeurt op de rand van het doelgebied (**kop cirkel**) ter hoogte de plaats waar de bal over de achterlijn ging.

Gaat de bal via een verdediger onopzettelijk over de achterlijn, dan is het een **lange corner**. De aanval neemt de lange corner op ongeveer 5 meter achter de 15m lijn recht **tegenover** de plaats waar de bal over de achterlijn is gegaan. Net als bij een vrije slag van de aanval mag de bal niet rechtstreeks het doelgebied in; de bal moet eerst 5 meter gerold hebben.

LET OP! Bij de 8-tallen wordt de lange corner dus **niet** op de 15 meterlijn genomen recht tegenover de plaats waar de bal over de achterlijn gaat. Dat geldt alleen voor de 11- tallen.

NIEUW: Shoot-out (in plaats van de strafcorner)

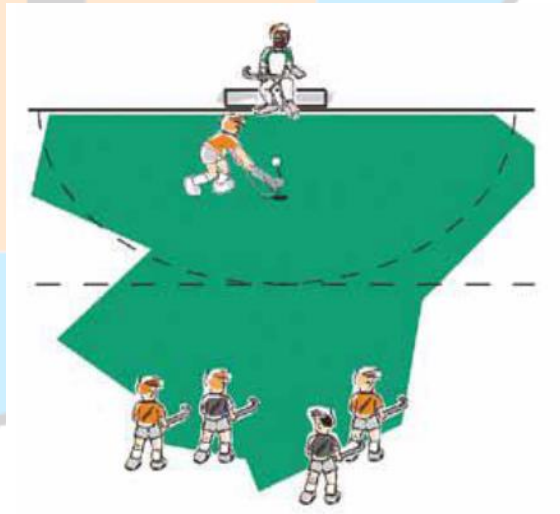
Maakt een verdediger een overtreding in de cirkel of slaat de verdediging de bal met opzet over de achterlijn, dan betekent dat een **shoot-out**.

Er wordt een aanvaller aangewezen die de shoot-out gaat nemen. Deze staat met de bal op de middellijn. De verdedigende keeper staat gewoon in het doel. Alle andere spelers, aanvallend en verdedigend, staan in de cirkel van het aanvallende team. Zodra de spelbegeleider fluit, mag de speler proberen te scoren en de andere spelers de cirkel verlaten om weer mee te doen aan het spel.

Strafbal

Voor het maken van een overtreding van een verdediger in het doelgebied (of de cirkel), tenslotte, waardoor een **doelpunt voorkomen** wordt, moet een **strafbal** worden gegeven. Meestal is dat omdat een verdediger de bal net voor de lijn stopt met zijn voet.

LET OP! Een opzettelijke overtreding in de cirkel tegen een aanvaller in balbezit betekent in principe ook een strafbal, maar dat komt bij de 8-tallen niet vaak voor. Hakken op de stick bijvoorbeeld is meestal nog gewoon onhandigheid of onkunde in plaats van opzet.



3. Het belangrijkste op een rijtje

Jongste Jeugd (herijking)

The diagrams show three different hockey field layouts:

- 3a and 3b:** Two smaller field layouts, each 25m wide and 23m long, with orange goal areas.
- 6:** A larger field layout, 43m wide and 25m long, with yellow goal areas.
- 8:** A technical diagram of an 8-player field, 30m wide (two 15m halves) and 23m long, with a central '8' and 'speelrichting' (playing direction) indicated.



Spe(e)begeleider JJ

Speelbegeleider ≠ Scheidsrechter	Spel- begeleider	
3-tallen (08)	6-tallen (09)	8-tallen (010)
1 per partijtje (thuisteam)	1 (thuisteam)	2 (1 per team)

Plezier
o.a. shake hands, gezamenlijke warming up

Veiligheid
o.a. beetje, scheenbeschermers, niet hoog

Leren
o.a. uitleg geven over de regels



Teams Jongste Jeugd

Speelbegeleider
≠ Scheidsrechter

Spel-
begeleider

3-tallen
(08)

6-tallen
(09)

8-tallen
(010)

2X 3 spelers
geen keeper

5 spelers +
1 keeper

7 spelers +
1 keeper

Team A+B

Géén vliegende keep

2x 20 minuten

2x 25 minuten

2x 30 minuten

VERPLICHT: bitjes en scheenbeschermers

Grijp in als het gevaarlijk wordt!



Overtredingen



3-tallen: NIET

6- en 8-tallen: een beetje
hoog (knie-/plankhoogte)

TIP: let op schrikreactie



... en verder 3-tallen

Beginslag: eigen helft, tegenstander 3m

Inslaan (zijlijn): plaats over de zijlijn

Uitslaan (achterlijn): >3m voor achterlijn

Shoot en bol: alleen bij ECHT voordeel

Hervattingen: iedereen 3m afstand

Doelpunt: binnen het 5m doelgebied

Grijp in als het gevaarlijk wordt!



... en verder 6-tallen

Beginslag: eigen helft, tegenstander 3m

Inslaan (zijlijn):

- plaats over de zijlijn
- binnen 10: nemen op 10m, 3m terug

Uitslaan (aanval over achterlijn): 10m

Lange corner (verdediging over achterlijn): nemen op 10m, 3m terug



... en verder 6-tallen

Overtreding binnen 10m:

- door aanval: overal binnen 10m
- door verdediging: 10m, 3m terug

Gevaar: boven de knie

Shoot en bol: alleen bij ECHT voordeel

Vrije slag: nabij de overtreding

Hervatting: iedereen 3m



... en verder 6-tallen

Doelpunt: aanval raakt de bal binnen
10m, beginslag

Shoot out: duidelijk doelpunt voorkomen:

- Iedereen op de middenlijn
- 7m van het doel
- Speelbegeleider fluit
- Na nemen mag iedereen meedoen

Grijp in als het gevaarlijk wordt!



... en verder 8-tallen

Beginslag: eigen helft, tegenstander 5m

Inslaan (zijlijn): plaats over de zijlijn

Uitslaan (aanval over achterlijn): + 15m

Lange corner (verd. over achterlijn):

- Zijlijn 15m
- Iedereen 5m afstand
- Eerst 5m afleggen of tegenstander



... en verder 8-tallen

Overtreding binnen doelgebied:

- door aanval: tot + 15m
- door verdediging: shoot-out

Overtredingen:

- Shoot
- Gevaarlijk spel
- Hoog (boven knie)
- Hakken, blokkeren, afhouden



... en verder 8-tallen

Hervattingen:

- Stilliggen
- Alle spelers 5m
- 5m van doelgebied: eerst 5m of tegenstander
- Mag snel ook zonder afstand, zonder ingrijpen



... en verder 8-tallen

Doelpunt: aanval raakt de bal in
doelgebied, beginslag

Shoot-out en strafbal



Grijp in als het gevaarlijk wordt!

