

Spelregels zestal hockey 2009-2010

max 5 veldspelers en 1 doelverdediger, wisselers mag. Vliegende keep is verboden!!

WEDSTRIJDDUUR

2x 25 minuten ,rust max 5 min.

SPELEN VAN DE BAL

alleen met de platte kant van de stick. SLAAN MAG DUS OOK. Zijkant mag ook de zgn Argentijnse backhand, mits laag.

DE SELF-PASS

mag bij beginslag, vrije slag, inslaan, uitslaan en lange corner .

EEN DOELPUNT

kan alleen worden gemaakt door een aanvaller van binnen het 10m gebied. De bal mag bij een schot op doel niet hoger dan 46cm (plankhoogte) worden gespeeld

WAT MAG NIET !!

- gevaarlijk zwaaien met de stick
- op de stick slaan van een tegenstander
- de bal hoog spelen
- je tegenstander duwen
- de bal met de voet spelen
- een tegenstander van de bal af te houden door tussen hem en de bal te draaien

VRIJE SLAG

moet nabij plaats overtreding. De bal moet stilliggen en mag niet omhoog worden gespeeld. De tegenstanders moeten minimaal 5m afstand nemen. Als een verdediger in het 10m gebied een overtreding maakt krijgt het aanvallende team een vrije slag op de 10m 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 het 10-meter gebied in, maar moet met een zogenaamde indirecte vrije slag genomen worden. Dus altijd via een op 5 meter staande medespeler. Als een aanvaller in het 10m gebied een overtreding maakt krijgt het verdedigende team een vrije slag. De bal moet op de 10m 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.

UITSLAAN

door een verdediger op de 10m lijn recht tegenover de plaats waar de bal over de achterlijn ging. De tegenstanders moeten minimaal 5m afstand van de bal nemen.

LANGE CORNER,

de bal zijlijn 5m van de achterlijn Beide partijen moeten, behalve de nemer, minimaal 5m afstand van de bal nemen.

BAL OVER ZIJLIJN,

tegenstanders 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.

STRAFBAL,

bal op 6,40 meter en push mag niet hoger dan 46 cm.

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

Het speelveld is zo klein dat kan worden volstaan met 1 spelleider.

De spelleider is geen scheidsrechter en moet het spel begeleiden en kan bij voorkeur het spel onderbreken om uitleg te geven over situaties die de spelers niet begrijpen.