



Belangrijkste bepalingen – verschillen veld- en zaalhockey

Dit is een overzicht van alle denkbare verschillen tussen veld- en zaalhockey. In de tekst wordt over het algemeen uitgegaan van de regels zoals ze letterlijk in het spelregelboekje staan. In de praktijk worden ze soms echter iets anders toegepast. De instructies daartoe staan in briefings die worden geschreven en gepubliceerd door de KNHB. Om de regels goed te kunnen toepassen is het dus van belang dat je naast het regelboekje en deze lijst ook de vigerende seizoensbriefing kent. Voorafgaand aan iedere seizoenshelft worden deze bonds- en clubscheidsrechterbriefings gepubliceerd op www.knhb.nl.

VELDHOCKEY	ZAALHOCKEY
1. SPELEN VAN DE BAL	
Slaan, pushen, scoopen	Alleen pushen toegestaan: <i>duwbeweging met stick; geen schuifslag (max. zwaibeweging = 50 cm)</i>
Bal mag van de grond, tenzij de speler van de bal daarbij gevaar veroorzaakt.	Bal moet langs de grond verplaatst, behalve bij push op doel. Bij stoppen mag de bal max. 10 cm opspringen, <i>zolang dit tegenspelers niet hindert</i> . Bal in de lucht mag niet worden verplaatst, maar tegen hoge ballen op doel mag een stoppoging gedaan worden <i>met een zo stil mogelijke stick</i> .
2. SPEELVELD EN DOELEN	
Lengte = 91m; Breedte = 55m Doel = 2,14m hoog; 3,66m breed, met achtershot (= 46 cm) Zijlijnen	Lengte = 36-44m; Breedte = 18-22m Doel = 2m hoog; 3m breed Doelpalen = 8x8 cm; doellijn = max. 8 cm Zijbalken (10 x 10 cm, naar veld afgeschuind)
Straal cirkel = 14,63m	Straal cirkel = 9m
Strafbalstip op 6,40m Strafcornermerk op 10m van doelpaal	Strafballijn of -stip op 7m Strafcornermerk op 6m van doelpaal
Teambanken Hoekvlaggen 23-metergebieden met zwaardere straf bij opzettelijke overtreding die een aanval afbreekt	Teambanken, strafbank en wedstrijdtafel Geen hoekvlaggen Op hele eigen helft zwaardere straf bij opzettelijke overtreding die een aanval afbreekt
3. TEAMS EN WISSELS	
Met min. 8 beginnen, max. 11	Met min. 4 beginnen, max. 5 (senioren) of 6 (jeugdteams)
Team: max. 16 spelers	Team: max. 12 spelers
Foutieve wissel: aanvoerder aanspreken / kaart geven	Foutieve wissel: strafcorner, bij herhaling met gele kaart. Indien de invloed van de wissel op het spel beperkt is, kan een groene kaart voor de aanvoerder volstaan.
Terugkeer na gele kaart: scheidsrechter geeft teken aan speler.	Terugkeer na gele kaart: tijdopnemer geeft teken aan speler.
Doelverdedigers mogen onbeperkt gewisseld worden.	Standaardkeeper (lees: de volledig aangeklede) mag maximaal tweemaal van het veld gehaald worden. Voor wat voor soort keeper hij gewisseld wordt maakt niet uit. Het veld <i>in</i> telt niet als wissel.
4. TIJDWAARNEMING EN BIJHOUDEN STAND	



Scheidsrechter	Tijdopnemer/zaalwacht; indien niet aanwezig: scheidsrechter
5. SPELHERVATTINGEN	
Tegenstanders altijd op 5 meter. Medespelers idem bij nemen bal in aanvallend 23m-gebied.	Tegenstanders altijd op 3 meter. Medespelers idem bij nemen bal op helft tegenstander.
In aanvallend 23m-gebied: bal op min. 5m van de cirkel nemen. Cirkelpenetratie van de bal mag bij een selfpass na 5m gecontroleerde verplaatsing (bal 'aan' stick) en direct na een volgend balcontact van een tegenstander of medespeler.	Op helft tegenstander: bal op min. 3m van de cirkel nemen. Cirkelpenetratie van de bal mag bij een selfpass na 3m gecontroleerde verplaatsing (bal 'aan' stick), <i>via</i> de balk of na het spelen <i>tegen</i> een balk, en direct na balcontact van een andere speler.
Als de bal via een verdediger onopzettelijk over de achterlijn gaat: lange corner.	Als de bal via een verdediger onopzettelijk over de achterlijn gaat: uitpush verdedigers.
Inslaan als de bal over de zijlijn is gegaan.	Inpush na bal over zijbalk, op max. 1m binnen de balk en <i>altijd op minimaal 3m van de cirkel</i> (zoals bij een vrije push).
6. WAT WEL EN NIET MAG TIJDENS HET SPEL	
Liggend spelen is niet verboden.	Spelers mogen niet liggend spelen en niet op hand, knie of arm steunen, <i>buiten</i> de hand die de stick vasthoudt. De keeper mag het wel: in eigen cirkel, wanneer hij én de bal er geheel binnen zijn.
Veldspelers mogen niet in het doel van de tegenpartij staan of achter één van beide doelen omlopen.	Spelers mogen niet in het doel van de tegenpartij staan of achter één van beide doelen omlopen. Afzetten tegen het doel mag niet.
De bal met de stick afschermen (stickafhouden / shielding) is verboden.	De bal met de stick afschermen (stickafhouden / shielding) is verboden. Extra: de bal tegen de balk klemmen met je stick mag ook niet.
'Opdringen van een overtreding' als overtreding is afgeschaft. Extreme gevallen worden nu bestraft onder de noemer "wangedrag" en "spelbederf".	De bal hard in de stick van een laag verdedigende tegenstander spelen mag niet, zeker niet wanneer diens lichaam achter de stick zit (dit heet "door het blok spelen").
7. STRAFCORNER	
Wordt toegekend bij een opzettelijke overtreding van een verdediger in diens 23-metergebied.	Wordt toegekend bij een opzettelijke overtreding van een verdediger op diens <i>eigen helft</i> .
Max. 5 spelers (incl. keeper) achter de achteren/of doellijn; andere verdedigers achter middenlijn; keeper niet per se in doel.	Verdedigers achter de achterlijn , aan de niet-aangeefzijde, en/of achter de middenlijn. Keeper <u>moet</u> achter de doellijn .
Slag mag bij 1 ^e doelpoging alleen op plankhoogte; push mag hoog, mits niet gevaarlijk.	Slag mag niet; push mag hoog, mits niet gevaarlijk.
Bal moet na aangeven buiten de cirkel worden gespeeld; strafcornerregels vervallen wanneer bal 5m of méér buiten de cirkel komt.	Bal moet na aangeven buiten de cirkel worden gespeeld; strafcornerregels vervallen wanneer bal 3m of méér buiten de cirkel komt.
8. PERSOONLIJKE STRAFFEN	
Tijdelijke verwijdering speler: 5 min. (10 min. bij <i>fors fysieke acties</i> tegen het lichaam); overtreder op teambank / in dug-out.	Tijdelijke verwijdering speler: 2 min. (5 min. bij <i>fors fysieke acties</i> tegen het lichaam); overtreder meldt zich bij tijdopnemer en neemt plaats op strafbank.
Tijdelijke verwijdering coach: 10 min. achter het hek.	Tijdelijke verwijdering coach: 5 min. op de



tribune.

Iedere definitief verwijderde moet naar het clubhuis.

Scheidsrechter signaleert terugkeer na straf tijd.

Iedere definitief verwijderde moet naar de kantine.

Terugkeer na straf tijd: tijdopnemer geeft speler/teambegeleider een teken.

9. KEEPER (BEWEGINGSVRIJHEID)

Vliegende keep: zonder helm op over het hele veld. Volledig geklede keeper (en vk met helm): eigen 23-metergebied.

Vliegende keep: zonder helm op over het hele veld. Volledig geklede keeper (en vk met helm): eigen helft.

10. DUUR VAN DE WEDSTRIJD

2 x 35 minuten

2 x 20 minuten (min. 2 x 15 minuten)

Rust: 5-10 minuten, geen bankwissel

Rust: max. 5 minuten, wisselen van bank

11. BULLY

Nooit binnen 15 meter van de achterlijn.

Nooit binnen de cirkel. Bij een bully uit een cirkelsituatie moet de bal op 3 meter erbuiten gelegd worden (via haakse verplaatsing t.o.v. de achterlijn).