

Zaalhockey Informatie MHC FORESCATE

Nog even en dan begint het zaalhockey! De zaalperiode is ieder jaar een bijzondere tijd waar de hockeykunsten van de kinderen een flinke boost krijgen terwijl de toeschouwers lekker hoog en droog zitten te genieten.

ZAALTRAININGEN

Tijdens de zaaltijd zijn er speciale hockeytrainingen die de kinderen helpen te wennen aan de snelheid van de ondergrond en het werken met de balken aan de zijkant terwijl ze zich de speciale speelwijze en regels eigen maken.

Voor de zaaltrainingen hebben we zaalcapaciteit ingekocht bij [Sporthal de Vliethorst](#). Helaas is er in Voorschoten onvoldoende aanbod aan sporthallen om al onze jongste jeugdteams 100% in de zaal te laten trainen. Er zullen daarom ook – *weather permitting* – veldtrainingen plaatsvinden. Dit zijn de zgn. balkentrainingen: op het kunstgrasveld liggen dan speelbalken om in de buitenlucht een zaalveld te imiteren. Deze trainingen vinden altijd plaats op veld 4.

Het trainingsschema dat is opgesteld voor onze 25 jongste jeugdteams met daarin wanneer welk team waar training krijgt, is te complex om in LISA op te nemen. Dit schema wordt daarom tevoren via mail aan alle ouders verspreid en is te vinden op onze website. Bewaar het schema goed en herinner elkaar in de team-app-groep wanneer en waar de training plaatsvindt.

De zaaltrainingen op woensdag en vrijdagmiddag zullen starten in de week van 28 november 2022. **Let op!** De tijden en de frequentie van de trainingen kunnen afwijken van wat het team gewend is tijdens de veldcompetitie.

ZAALWEDSTRIJDEN

De poule-indelingen van de Jongste Jeugd-teams zijn inmiddels bekend. Deze zijn gedeeld met de coaches en lijncoördinatoren. Het speelschema (de wedstrijddata en -locaties) zijn nog niet bekend. Zodra deze bekend zijn zullen deze in LISA gedeeld worden.

Zaalwedstrijden worden in de O8 met teams van 3 tegen 3 spelers gespeeld. Voor de O9 en O10 is dit 6 tegen 6 spelers. Het leuke bij zaalhockey is dat er balken op de zijlijnen van het veld liggen. De bal kan hierdoor (bijna) niet over de zijlijn uit gaan en juist gebruikt worden als 'extra speler' door de bal ertegen te kaatsen. Het verschilt per kind hoe goed ze in kunnen schatten waar de bal naar toe gaat. Er zijn wat airhockey apps waarmee kinderen dit een beetje kunnen oefenen.

Tijdens de zaal speel je per zaterdag altijd een drieluik: A x B, B x C, A x C (A is thuis, B en C zijn uit). Zorg daarom altijd voor een alternatief tenue in de tas.

Bij O8 en O9: een wedstrijd duurt 2 x 15 minuten met een pauze van max 5 minuten.

Bij O10: een wedstrijd duurt 35 minuten (zonder pauze)

Na de eerste wedstrijd spelen ze aansluitend nog een zelfde wedstrijd óf hebben ze eerst een wedstrijd pauze (wanneer hun opponenten spelen). Wanneer ze een wedstrijd pauze hebben is het raadzaam en leuk om een gezelschapsspelletje mee te (laten) nemen om ervoor te zorgen dat het team niet gaat zwerven door het pand of verstoppertje oid gaat spelen.

FLUITEN IN DE ZAAL

In de zaal worden scheidsrechters uit het eigen team ingedeeld door de manager.

Let op sinds vorig seizoen is er e.e.a. gewijzigd; In plaats van het meenemen van 1 eigen scheidsrechter bij iedere wedstrijd, worden alle 3 de wedstrijden die vallen in het drieluik gefloten door 2 scheidsrechters van het thuis spelende team. Het thuis spelende team is tevens het team dat de zaalleiding heeft.

Dit betekent in de praktijk dat een team niet langer alle speeldagen een scheidsrechter naar alle (uit)wedstrijden hoeft mee te nemen. Het team hoeft slechts op de twee speeldagen dat het zaalleiding heeft, te zorgen voor 2 scheidsrechters die alle 3 de wedstrijden van het 3-luik fluiten. Vergeet niet je zaalschoenen aan te trekken als het jouw beurt is.

Let op: zaal hockey kent een paar speciale regels. Deze vind je in de bijlage en hier [KNHB](#) zaal hockey spelregels en veldindeling O8 vind je hier [KNHB](#).

ZAALLEIDING

Wanneer het team 'thuis' speelt (dit kan in een zaal zijn in een andere plaats, zoals Koudekerk a/d Rijn of Stompwijk) kan het team zaalleiding toegewezen krijgen. Dit houdt verschillende dingen in:

- Het is de verantwoordelijkheid van het team dat de zaal klaar is voor een hockeywedstrijd op de starttijd. Hiervoor moeten, wanneer het team de eerste zaal hockeyers zijn van de dag, de balken worden neergelegd. Deze staan op rijdbare karretjes in het materialenhok. De balken moeten gelegd worden op de buitenste zwarte zij-lijn (bij de O8 ook op de middenlijn). Let op dat de smalste klant van de balk onderaan ligt. Soms moeten ook de goals en de tafel met stoeltjes en het scoreboard op de juiste plaats worden gezet. Wanneer het team de laatste zaal hockeyers van de dag zijn moeten de balken et cetera juist worden opgeruimd. Let op dat je dit alles niet op buitenschoenen doet.
- Zaalleiders nemen plaats in de zaal aan de tafel met het scoreboard en houden de tijd en score bij van de drie wedstrijden; dus ook van de *tussen* wedstrijd van de twee andere ploegen. De tijd wordt zeer streng bewaakt bij zaalwedstrijden: wordt er te laat begonnen dan gaat het van de speeltijd/ pauze af. De tijd wordt ook **niet** stilgezet (bij blessures oid). Bij de tweedejaars E moeten de scheidsrechters halverwege (na 17 min op een dood spelmoment) van fluitkant wisselen. De zaalleiding geeft hen daarvoor een seintje.

ZAALMATERIALEN

Alle spelers hebben voor de zaal competitie een speciale zaalstick, zaalschoenen (stevige indoor gymschoenen zonder donkere/zwarte zool) en een zaalhandschoen (met dichte vingers) nodig (naast een beetje en scheenbeschermers).

De benodigde keeperspullen (zaalriempjes voor de keepersklompen en ballen) zullen in de week van 21 november aan de coaches/managers worden uitgedeeld. Er moet hiervoor een borg worden afgedragen.

TENSLOTTE

In de Vliethorst zijn we te gast: wees daarom met de spullen in de zaal net zo netjes zoals we dat thuis op onze eigen club ook zijn.

We wensen jullie een hele leuke zaalperiode toe!

Bijlage: Forescate Spelregelboekje Zaal