

## Belangrijkste bepalingen, verschillen veld- en zaalhockey

Veld	Zaal
<b>1. Spelen van de bal</b>	
Slaan, hoge en lage push, scoop	Alleen pushen toegestaan: stick vlak bij bal aan de grond, duwbeweging met stick, geen schuifslag.
Bal mag van de grond, tenzij gevaarlijk.	Bal moet langs de grond verplaatst, behalve bij push op doel. Bij stoppen mag bal niet (meer dan 10 cm.) opspringen. Bal in de lucht mag niet worden 'verplaatst'
<b>2. Speelveld, doelen</b>	
Lengte: 91 m.; breedte: 55 m. Doel: 2.14 m. hoog, 3.66 m. breed Met achterschot (46 cm.)	lengte: 36-44 m.; breedte: 18-22 m. doel: 2 m. hoog, 3 m. breed doelpalen 8x8 cm.; doellijn max. 8 cm.
Zijlijnen	zijbalken (10x10 cm., naar veld afgeschuind)
Straal cirkel 14.63 m.	straal cirkel 9 m.
Strafbalstip 6.40 m. Strafcornermerk op 10 m. van doelpaal	strafballijn of -stip 7 m. strafcornermerk op 6 m. van doelpaal
Teambanken Hoekvlaggen 23-metervakken met zwaardere straf bij opzet	teambanken, strafbank, wedstrijdtafel geen vlaggen over hele eigen helft zwaardere straf bij opzet
<b>3. Teams, wissels</b>	
min. 8 beginnen, max. 11	min. 4 beginnen, max. 6
niet staken bij minder dan 8 in team	niet staken bij minder dan 4 in team
team: max. 16 spelers	team: max. 12 spelers

foutieve wissel: aanvoerder aanspreken	foutieve wissel: strafcorner
terugkeer na gele kaart: scheidsrechter geeft aan.	terugkeer na gele kaart: tijdopnemer geeft aan.
<b>4. Tijdwaarneming, bijhouden stand</b>	
scheidsrechters	tijdopnemer (maar als niet aanwezig, scheidsrechters)
<b>5. Wat mag niet</b>	
gevaarlijk spelen, duwen e.d., obstructie, bal met lichaam/hand/voet spelen, verkeerd stickgebruik (bol, op stick slaan, enz.)	gevaarlijk spelen, duwen e.d., obstructie, bal met lichaam/hand/voet spelen, verkeerd stickgebruik (bol, op stick slaan, enz.)
liggend spelen niet verboden	veldspeler mag niet liggend spelen en niet op hand, knie of arm steunen; de hand die de stick vasthoudt, mag wel de grond raken. Keeper mag liggend spelen, maar alleen in eigen cirkel (zelf en bal in de cirkel).
veldspelers mogen niet in het doel van de tegenpartij staan of achter een doel (zowel eigen doel als doel van de tegenpartij) omlopen.	veldspelers mogen niet in het doel van de tegenpartij staan of achter een doel (zowel eigen doel als doel van de tegenpartij) omlopen. bal met stick tegen balk klemmen mag niet; afzetten tegen het doel mag niet.
	De bal op de stick van een laagverdedigende speler spelen. (de straf hierop is een gele kaart
<b>6. Bal buiten speelveld</b>	
als bal via een verdediger onopzettelijk, vanaf het gehele speelveld, over de achterlijn gaat: lange corner.	als bal via een verdediger onopzettelijk, vanaf het gehele speelveld, over de achterlijn gaat: uitpush verdedigers.
Inslaan als bal over zijlijn is gegaan.	Inpush als bal over zijbalk is gegaan, op maximaal 1 m. binnen de balk (als bal binnen de cirkel over zijbalk: op maximaal 1 m. vanaf het snijpunt cirkel-zijbalk).

---

**7. Afstand bij spelhervattingen**

---

5 meter

3 meter

---

**8. Strafcorner**

---

max. 5 (incl. keeper) achter achterlijn;  
andere verdedigers achter middenlijn  
doelverdediger niet per se in doel

alle verdedigers achter achterlijn;  
doelverdediger moet in het doel, andere ver-  
dedigers aan andere zijde doel dan waar bal  
wordt aangegeven.

---

slag mag bij de 1e doelpoging alleen op  
plankhoogte, push mag hoog, mits niet  
gevaarlijk

slag mag niet, push mag hoog, mits niet  
gevaarlijk

---

bal moet buiten cirkel worden gespeeld  
strafcornerregels vervallen wanneer bal  
meer dan 5 m. buiten cirkel komt

bal moet buiten cirkel worden gespeeld  
strafcornerregels vervallen wanneer bal  
meer dan 3 m. buiten de cirkel komt

---

**9. Persoonlijke straffen**

---

tijdelijke verwijdering: min. 5 minuten  
(10 minuten als fysiek)  
speler op teambank

tijdelijke verwijdering: min. 2 - max. 5  
minuten; speler op strafbank (melden bij  
tijdwaarnemer)

---

na straf tijd: terugkeer via scheidsrechter

terug via tijdwaarnemer/scheidsrechter.

---

**10. Straftoepassing**

---

opzettelijke overtreding verdediger  
binnen 23-metergebied: strafcorner

opzettelijke overtreding verdediger  
hele eigen helft: strafcorner

---

**11. Duur van de wedstrijd**

---

2 x 35 min.

min. 2 x 15 min., max. 2 x 30 min.

---

rust: 5 min.; geen bank wisselen

rust: max. 5 min.; bank wisselen.

---

**12. Bully**

---

niet binnen 15 m. van de achterlijn

niet binnen de cirkel, bal moet dan op 5 cm.  
buiten de cirkel, midden voor het doel.

---