Praktische zaken H.C. Hilvarenbeek

**Uitrusting**

Voor zaalhockey is het verplicht om een aantal specifieke zaken aan te schaffen.

1. **Schoenen**

Het is verplicht om binnensportschoenen te dragen met lichte zolen zodat er geen sporen op de speelvloer worden achtergelaten.

Deze schoenen wissel je als je binnen bent. Schoenen waarmee je buiten bent geweest, mogen niet in de sporthal gedragen worden.

1. **Kleding en uitrusting keeper**

Reglementair is omschreven dat de kleding en uitrusting van spelers en keeper geen delen mogen bevatten die schade aan de speelvloer kunnen veroorzaken of gevaar opleveren voor andere spelers.

Je speelt in normaal clubtenue.

De keeper dient in een van beide teams afwijkend kleur t-shirt te spelen.

De keeper mag geen materiaal gebruiken dat gevaarlijk is voor de medespelers en beschadiging kan aanbrengen aan de vloer.

Klompen met riempjes met metalen gespen moeten worden vervangen door speciale zaalhockeyriempjes. Vervang de riempjes op tijd zodat je bij onduidelijkheden nog de tijd hebt om ons te benaderen.

De benodigde riempjes of hoesjes zitten in het tasje van de zaalhockeyballen

**Let op!! Sta je met verkeerde materialen in de zaal dan mag je NIET meedoen.**

1. **Keeperstenue/tas**

Graag zorgen dat het keeperstenue schoon is voordat je gaat spelen in de zaal.

Ook zorgen dat de keeperstas schoon is zowel de binnen- als buitenkant.

**Laat de keeperstas niet in de locker op de club staan want de club is tijdens het zaalhockeyseizoen gesloten.**

1. **Materiaal**

* Z**aalhockeyballen**

Elk team ontvangt een tasje met 6 zaalhockeyballen. De ballen zijn voor het inspelen. Wees hier zuinig op en zorg dat je aan het einde van het zaalhockeyseizoen dit tasje compleet weer inlevert. Zorg dat je geen ballen kwijt raakt.

Het tasje met ballen en indien nodig zaalhockeyriempjes voor de klompen liggen in de locker van de keeperstas.

* **Zaalhockeystick**

De stick is veel lichter en platter. Met een veldhockeystick mag je NIET in de zaal spelen.

* **Scheenbeschermers en een bitje** zijn verplicht!
* **Zaalhockey handschoentje**

H.C. Hilvarenbeek adviseert nadrukkelijk het dragen van een zaalhockeyhandschoentje (voor de linkerhand). Het liefst eentje met een duimbeschermer. Doordat je heel laag moet zitten en je de stick vaak plat op de grond legt, kan je makkelijk een bal op je knokkels of duim krijgen.

1. **Sporthal**

* **Trainingen**

Bij de trainingen van de 8-tallen en de D en C jeugd dienen 2-3 ouders aanwezig te zijn om de balken mee te leggen.

De balken zijn te zwaar voor de kinderen waardoor er bij onnauwkeurig gebruik beschadigingen aan de vloer kan ontstaan.

In de gang staat welke kleedkamer er door jouw team gebruikt kan worden.

* **Balken leggen**

Het 1e thuisspelende team van die dag moet de balken leggen. Zorg dat je hele team om 8:15 aanwezig is, vele handen maken licht werk.

Bij Laco worden de witte balken van muur tot muur gelegd op de aangegeven zwarte lijnen op de vloer. De rode lijn op de balken moet aan de binnenkant van het speelveld worden gelegd. Zo voorkom je dat de bal omhoog gaat.

Er zijn 4 grote schermen aanwezig die voor de deuren gezet worden om beschadigingen te voorkomen. Zowel bij de trainingen als bij de wedstrijden.

Let op dat de goals verankerd zijn aan de vloer( schroeven liggen in de kast van Laco) ( bij Hercules liggen ze bij de goals)

Bij Hercules liggen de bruine zaalbalken en deze worden op dezelfde manier gelegd als bij LACO.

De bruine balken worden met de smalste kant naar beneden gelegd.

Voor de ramen worden landingskussens gezet om de ramen te beschermen

**!!Graag de balken netjes op de kar terug leggen!!**

* **Wedstrijden**

In totaal zijn er, over het algemeen, 6 speeldagen. Je speelt in een blok van 3 wedstrijden waarvan de 1e en de 3e door jullie gespeeld wordt en tijdens de 2e wedstrijd spelen de tegenstanders van de 1e en 3e wedstrijd tegen elkaar.

In principe speel je 2x in de thuishal. Let op: Je kunt uit spelen in je thuishal of thuis spelen bij een andere vereniging.

Als je uit speelt in de thuishal en je speelt tegen een team wat ook in een rood shirt speelt zijn jullie dus het uitspelende team en dienen jullie een ander kleur shirt te dragen.

De wedstrijden worden op zowel zaterdag als zondag gespeeld. De indeling wordt door de KNHB gemaakt en is afhankelijk van de beschikbaarheid van de zalen. De KNHB probeert de seniorenteams zoveel mogelijk op zondag in te delen.

De wedstrijden duren 2 x 20 minuten voor de 11-tallen en 1x 25 minuten voor de 8-tallen.

In de gang staat de kleedkamerindeling

De wedstrijden in de zaal worden gespeeld met 6 tegen 6 spelers. Op de bank mogen nog maximaal 6 spelers zitten.

Je mag met maximaal 12 spelers de zaal in. Om het wisselen te vergemakkelijken raden we aan met 11 spelers te spelen. Het is handig om alle 12 spelers op het DWF te zetten zodat de 12e speler ook kan invallen. Als je meer dan 12 spelers meeneemt, moeten de extra spelers plaats nemen op de tribune.

Alle zalen zijn voor een exacte tijd afgehuurd voor de zaalcompetitie daar zit absoluut geen rek in.

Dus als je om 09.00 uur moet spelen, zorg dat je om uiterlijk 08.15 uur aanwezig bent.

Bij te laat verschijnen, wordt de wedstrijd niet uitgesteld, zelfs niet bij een blessure tijdens de wedstrijd.

Het is echt 2 x 20 minuten spelen met 3 minuten rust of 1x 25 minuten.

De wedstrijden dienen op het aanvangstijdstip ook echt te beginnen.

Je hebt dus nauwelijks, of eigenlijk geen tijd om in te spelen.

Als er een blessure is, wordt de tijd niet stil gezet.

Wij willen jullie erop attenderen om de zaal en kleedkamers netjes en opgeruimd achter te laten na afloop van de trainingen en wedstrijden. Er mogen alleen bidons met water worden gebruikt. Zorg dat er een handdoek in de keeperstas zit zodat je evt. gemorst water opgeruimd kan worden met de handdoek.

Ons advies is om geen fruit mee te nemen. Ervaring heeft geleerd dat er veel fruitresten worden achtergelaten op de zaalvloer.

1. **Afgelastingen.**

Alleen de KNHB kan een wedstrijd afgelasten i.v.m. de slechte weersomstandigheden (sneeuw) en daarmee het gevaar op de wegen. De zaalhockeycommissie wordt hier vroeg (uiterlijk 8.00 uur) over geïnformeerd en wij zorgen er voor dat er direct op onze eigen website gemeld wordt als wedstrijden geannuleerd worden en wij infomeren de coaches.

Houd dus bij slecht weer de site dus voor vertrek goed in de gaten.

Op de KNHB-site wordt dit ook gemeld.

1. **Scheidsrechters**

De indeling van scheidsrechter wordt op dezelfde manier gedaan als op het veld.

Vanuit de arbitragecommissie krijg je wedstrijden toegediend die je onder je spelers verdeeld. Per wedstrijdblok zijn 3 scheidsrechters nodig. Scheidsrechter A fluit de 1e en 2e wedstrijd, scheidsrechter B fluit de 1e en 3e wedstrijd, scheidsrechter C fluit de 2e en 3e wedstrijd. De MA-JA-JB en de senioren teams zorgen voor de scheidsrechters. Deze teams krijgen bericht vanuit de arbitragecommissie.

De scheidsrechters jasjes worden niet gedragen tenzij de scheidsrechter dezelfde kleur bovenkleding heeft als de spelende teams ( dit i.v.m. corona)

1. **Zaalwacht**

Je speelt in de competitie 2x in je thuishal

Je regelt als team 1 zaalwacht voor het hele blok dus voor 3 wedstrijden. De zaalwacht moet minimaal 18 jaar zijn. Er is vanwege de huidige coronamaatregelen gekozen voor

1 zaalwacht.

1. **Zaal-coördinator**

Per wedstrijdblok is er door de zaalhockeycommissie een zaal-coördinator toegewezen. De zaal-coördinator is herkenbaar aan het oranjejasje met op de rug zaal-coördinator. ( worden i.v.m. corona niet gedragen).

De desbetreffende zaal-coördinator krijgt een document toegestuurd met de taken van de zaal-coördinator.

1. **Sportiviteit**

H.C. Hilvarenbeek heeft sportiviteit hoog in het vaandel staan.

Blijf sportief, ook tegen scheidsrechters!!

1. **Coronamaatregelen**

We volgen de corona-adviezen die op dit moment gelden.

Dit betekent dat er helaas geen publiek bij de wedstrijden aanwezig mag zijn.

Daarbij geldt voor iedereen boven de 18 jaar de 1,5 m afstand.

Iedereen, boven de 18 jaar, die de sporthal wil betreden heeft een geldig coronabewijs nodig.

1. **Zaalhockeycommissie**

De zaalhockeycommissie bestaat uit:

Ineke Bruurs: 06-54680864

Ankie Bruurs: 06-39582853

Iedere speeldag is er iemand van de zaalhockeycommissie bereikbaar als zaalachterwacht.

Op onze site [www.hilverhockey.nl](http://www.hilverhockey.nl) is te lezen wie dat die dag is.

Op speeldagen bij Laco of Hercules is er altijd rond 8:15/8:30 een van de leden van de commissie aanwezig.

Voor calamiteiten of vragen kun je ons telefonisch bereiken.

Ons e-mailadres is zaal@hilverhockey.nl