



Zaalhockey 2025/26
jongste jeugd

Algemene informatie

Verplichte uitrusting

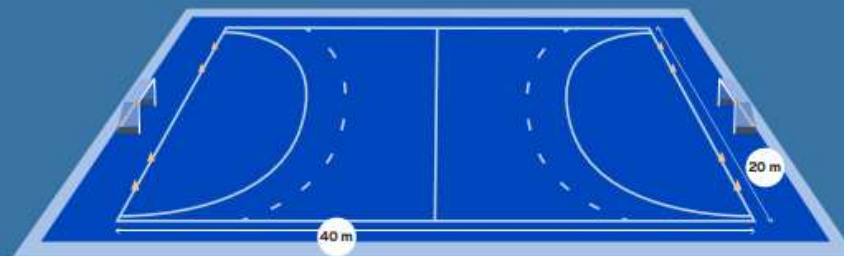
- Zalschoenen, zaalhockeystick en zaalhandschoen
- Natuurlijk kutje en scheenbeschermers
- *Keepersuitrustingen moeten voorzien zijn van leertjes (zaaltasje)*

Wedstrijdduur

- O8 : 2x 10 minuten en 3 minuten rust
- O9 : 2x 15 minuten en 3 minuten rust
- O10 : 2x 15 minuten en 3 minuten rust

Spelbegeleiding

- O8 : 1 speelbegeleider van de thuisvereniging.
- O9 : 1 speelbegeleider van de thuisvereniging.
- O10 : 2 speelbegeleiders, één van de thuisvereniging en één van de uitvereniging.



Leeftijd
onder 8 jaar



5 tegen 5
zonder keeper



2 x 10 minuten
1 x 3 minuten rust



2 goals uit
te zetten
met pionnen



De categorie 08
speelt in een
aantal regio's een
wedstrijdreeks
zonder ranglijst.



Deze wedstrijdvorm
wordt begeleid door
een speelbegeleider
van de thuisvereniging (1 per
veldje), met de 'fluit in de zak'.
De speelbegeleider bewaakt de
voortgang van het spel en bege-
leidt de spelers.



Rol van
de coach:
Enthousias-
meren en het creëren
van een veilige speel-
omgeving.



Rol van
de ouders:
Positief
aanmoedigen.



O8

ONDER 8 JAAR

ZAAL

BEGINPUSH

Vanaf het midden van de zaal wordt de beginslag genomen door een self-pass of push. Dit mag naar voren of naar achter. Beide teams beginnen op hun eigen helft. De tegenpartij houdt 3 meter afstand.

SHOOT EN BOLLE KANT

De kinderen mogen de bal met de voet of bolle kant raken. Alleen als een team er écht voordeel van heeft is het een overtreding.

SPELHERVATTING

Bij iedere spelhervatting nemen alle spelers 3 meter afstand. De bal hoeft niet stil te liggen. Als de bal over de achterlijn gaat, wordt het spel hervat op de 5-meterlijn met een self-pass of een push ter hoogte van het punt waar de bal over de achterlijn ging binnen het doelgebied.

INPUSH

Als de bal over de balk gaat, wordt het spel hervat met een self-pass of een push nabij de plaatst waar de bal over de balk ging. De bal wordt 1 meter in het veld genomen.

UITPUSH

Het is een uitpush als de bal over de achterlijn gaat via de aanvallende partij. De bal wordt door de verdedigende partij genomen, recht tegenover het punt waar de bal over de achterlijn is gegaan en niet verder dan kop cirkel.

HOGЕ BAL

De bal mag in de zaal niet hoog worden gespeeld.

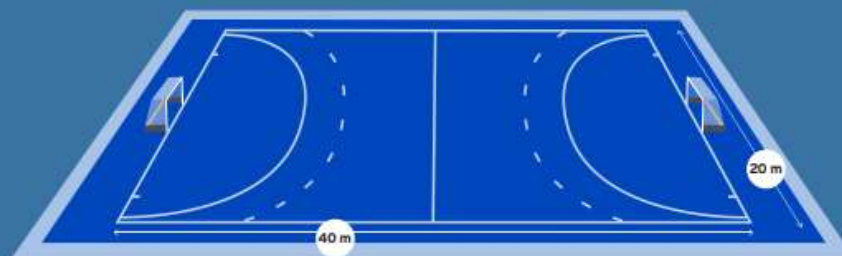
VRIJE PUSH

Een speler neemt de vrije push vanaf de plek nabij de overtreding. De bal hoeft niet stil te liggen bij een spelhervatting.

DOELPUNT

Er kan binnen het doelgebied van 5 meter gescoord worden. Na een doelpunt in een van de goals wordt het spel hervat met een self-pass of push vanaf de middenlijn.

MEER INFO EN VEELGESTELDE VRAGEN:
www.knhb.nl/jongstejeugd



Leeftijd
onder 9 jaar



6 tegen 6
inclusief keeper



2 x 15 minuten*
1 x 3 minuten rust
* districtsafhankelijk



Zaalhockey-
goal



De categorie 09
speelt een
wedstrijdreeks
zonder ranglijst.



Deze wedstrijdvorm
wordt begeleid door
1 speelbegeleider van
de thuisvereniging. De speelbe-
geleider staat naast het veld,
begeleidt het spel en fluit alleen
ter bevordering van het spel.
Er wordt een vrije slag gegeven
voor gevaarlijk spel of duwen.
De speelbegeleider bewaakt de
voortgang van het spel, begeleidt
de spelers en zorgt voor een
sportief verloop van de wedstrijd.



Rol van
de coach:
Enthousias-
meren en het creëren
van een veilige speel-
omgeving.



Rol van
de ouders:
Positief
aanmoedigen.



O9

ONDER 9 JAAR

ZAAL

BEGINPUSH

Vanaf het midden op de middellijn wordt de beginpush genomen. Dit kan door een push of selfpass, dit mag naar voor en naar achter. Beide teams beginnen op de eigen helft. De tegenpartij houdt 3 meter afstand.

SPELEN VAN DE BAL

In de zaal wordt de bal over de grond gespeeld met een push. Als de bal wordt gestopt en hij stuitert nog een beetje, dan is dat niet erg. De bal mag alleen hoog (maximaal kniehoopte) bij een push op goal. De speelbegeleider beoordeelt het spel op veiligheid.

DOELPUNT

Een doelpunt wordt gescoord wanneer een aanvaller de bal heeft aangeraakt in de cirkel en de bal over de doellijn is gegaan.

Na een doelpunt wordt het spel hervat met een beginpush vanaf het midden van de middenlijn.

SPELHERVATTINGEN

Bij iedere spelhervatting nemen alle spelers 3 meter afstand. Wanneer de bal wordt genomen binnen 3 meter van de cirkel, moet de bal eerst 3 meter hebben gerold voordat hij de cirkel in gespeeld mag worden.

INPUSH

Als de bal over de balk gaat, wordt deze genomen op de plek waar de bal over de balk ging. De bal mag ongeveer 1 meter van de balk genomen worden. Als de bal dicht bij de cirkelrand wordt genomen, moet deze eerst 3 meter hebben gerold voordat deze de cirkel in gespeeld mag worden.

UITPUSH

Het is een uitpush als de bal over de achterlijn gaat via de aanvallende partij. De bal wordt door de verdedigende partij genomen, recht tegenover het punt waar de bal over de achterlijn is gegaan en niet verder dan kop cirkel.

LANGE CORNER

Als de bal (niet opzettelijk) via de verdediger over de achterlijn gaat, wordt het spel hervat met een

lange corner. De bal wordt door de aanvallende partij op de middenlijn genomen, recht tegenover de plek waar de bal over de achterlijn is gegaan. De bal moet eerst 3 meter hebben gerold voordat deze de cirkel in gespeeld mag worden. Beide teams houden 3 meter afstand.

VRIJE PUSH

Als een speler een overtreding maakt, krijgt het andere team een vrije push. Bij een vrije push wordt de bal genomen op de plek van de overtreding.

OVERTREDING IN DE CIRKEL

Bij een aanvallende overtreding wordt het spel hervat met een vrije push door de tegenstander. Dit mag overal in de cirkel. Bij een verdedigende overtreding wordt de vrije push circa 3 meter buiten de cirkel genomen. De bal moet eerst 3 meter hebben gerold voordat de bal in de cirkel gespeeld mag worden.

SHOOT-OUT

Als door een overtreding een duidelijk doelpunt wordt voorkomen, wordt een shoot-out genomen. Er is geen tijdslimiet. Alle spelers, behalve de keeper en degene die de shoot-out neemt, staan in de cirkel van de aanvallende partij. De shoot-out wordt vanaf de middenlijn genomen. Als de speelbegeleider fluit, mag de shoot-out worden genomen. Zodra de shoot-out genomen is, mogen de andere spelers meedoen en uit de cirkel komen.

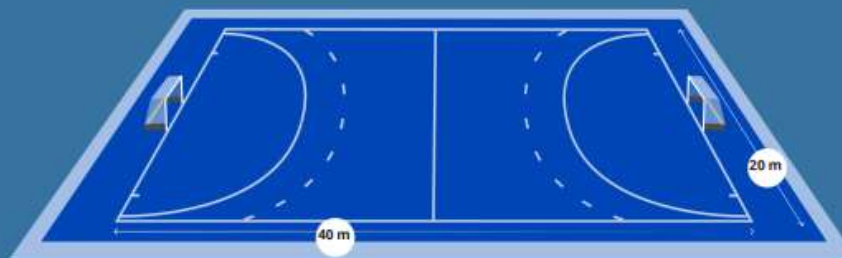
SHOOT EN BOLLE KANT

Spelers mogen in de basis de bal niet met de voet of met de bolle kant spelen.

BULLY

Als de wedstrijd is onderbroken door een blessure of een andere omstandigheid waarbij geen overtreding plaatsvond, dan kan een bully worden genomen om het spel te hervatten.

MEER INFO EN VEELGESTELDE VRAGEN:
www.knhb.nl/jongstejeugd



Leeftijd
onder 10 jaar



6 tegen 6
inclusief keeper



2 x 15 minuten
1 x 3 minuten rust



Zaalhockey-
goal



De categorie O10
speelt een
wedstrijdreeks
zonder ranglijst.



Deze wedstrijdvorm
wordt begeleid door
2 speelbegeleiders,
één van de thuisvereniging en één
van de uitvereniging. De speel-
begeleiders staan aan weerszijden
in het veld, begeleiden het spel
en fluiten volgens de geldende
spe(e)lregels.



Rol van
de coach:
Enthousias-
meren en het creëren
van een veilige speel-
omgeving.



Rol van
de ouders:
Positief
aanmoedigen.



BEGINPUSH

Vanaf het midden op de middellijn wordt de beginpush genomen. Dit kan door een push of selfpass, dit mag naar voor en naar achter. Beide teams beginnen op de eigen helft. De tegenpartij houdt 3 meter afstand.

SPELEN VAN DE BAL

In de zaal wordt de bal over de grond gespeeld met een push. Als de bal wordt gestopt en hij stuitert nog een beetje, dan is dat niet erg. De bal mag alleen hoog (maximaal kniehoogte) bij een push op goal. De speelbegeleider beoordeelt het spel op veiligheid.

DOELPUNT

Een doelpunt wordt gescoord wanneer een aanvaller de bal heeft aangeraakt in de cirkel en de bal over de doellijn is gegaan. Na een doelpunt wordt het spel hervat met een beginpush vanaf het midden van de middenlijn.

SPELHERVATTINGEN

Bij iedere spelhervatting nemen alle spelers 3 meter afstand. Wanneer de bal wordt genomen binnen 3 meter van de cirkel, moet de bal eerst 3 meter hebben gerold voordat hij de cirkel in gespeeld mag worden.

INPUSH

Als de bal over de balk gaat, wordt deze genomen op de plek waar de bal over de balk ging. De bal mag ongeveer 1 meter van de balk genomen worden. Als de bal dicht bij de cirkelrand wordt genomen, moet deze eerst 3 meter hebben gerold voordat deze de cirkel in gespeeld mag worden.

UITPUSH

Het is een uitpush als de bal over de achterlijn gaat via de aanvallende partij. De bal wordt door de verdedigende partij genomen, recht tegenover het punt waar de bal over de achterlijn is gegaan en niet verder dan kop cirkel.

LANGE CORNER

Als de bal (niet opzettelijk) via de verdediger over de achterlijn gaat, wordt het spel hervat met een lange corner. De bal wordt door de aanvallende partij op de middenlijn genomen, recht tegenover de plek waar de bal over de achterlijn is gegaan. De bal moet eerst 3 meter hebben gerold voordat deze de cirkel in gespeeld mag worden. Beide teams houden 3 meter afstand.

VRIJE PUSH

Als een speler een overtreding maakt, krijgt het andere team een vrije push. Bij een vrije push wordt de bal genomen op de plek van de overtreding.

SHOOT-OUT

Bij een verdedigende overtreding in de cirkel mag de tegenstander een shoot-out nemen. Er is geen tijdslimiet. Alle spelers, behalve de keeper en degene die de shoot-out neemt, staan in de cirkel van de aanvallende partij. De shoot-out wordt vanaf de middenlijn genomen. Als de speelbegeleider fluit, mag de shoot-out worden genomen. Zodra de shoot-out genomen is, mogen de andere spelers meedoen en uit de cirkel komen.

SHOOT EN BOLLE KANT

Spelers mogen de bal niet met de voet of met de bolle kant spelen.

STRAFBAL

Wanneer een doelpunt wordt voorkomen door een overtreding van een verdediger wordt een strafbal gegeven.

BULLY

Als de wedstrijd is onderbroken door een blessure of een andere omstandigheid waarbij geen overtreding plaatsvond, dan kan een bully worden genomen om het spel te hervatten.

MEER INFO EN VEELGESTELDE VRAGEN:
www.knhb.nl/jongstejeugd

Algemene informatie

Toezicht op jeugdteams

- De teambegeleider/coach is verantwoordelijk voor het gedrag van het team gedurende de gehele duur van het verblijf in de sporthal.
- Er mag absoluut niet gehockeyd worden in gangen, kleedkamers of buiten het veld
- Gebruikte ruimtes na gebruik, schoon en netjes achter laten.
- Bij eventuele schades zal de resp. club/team/speler/coach aansprakelijk worden gesteld

Regels omtrent invallen

- Volg de speelgerechtigheidsregels vanuit de KNHB.
- Invallen om een team te versterken wordt aangemerkt en behandeld als 'onsportief gedrag'.

Afgelastingsprocedure

- Alleen de KNHB is bevoegd wedstrijden (centraal) af te lasten op grond van bijzondere omstandigheden of slecht weer
- Afgelaste wedstrijden worden in beginsel niet ingehaald
- Bij onvolledig gespeelde poules telt het gemiddeld aantal wedstrijdpunten als einduitslag

Zaalleiding

Zaalleiding

- 2 personen: 1 persoon wedstrijdtafel en 1 persoon in & om zaal
- Bewaken van de tijd, bijhouden scorebord en leveren wedstrijdbal
- Laat scheidsrechters het DWF invullen (indien van toepassing)
- Bewaken van orde en netheid in de zaal en overige ruimtes, toezien op gebruik van keeperbandjes en melden van eventuele schade
- Teams (beide) instrueren over neerleggen/opruimen balken (indien van toepassing)
- Inspecteren van de kleedkamers na elke wissel teams (externe hallen)

Aanvangstijden

- De wedstrijdtijd gaat in op de vastgestelde aanvangstijd ongeacht of teams en scheidsrechters speelklaar zijn.
- Gedurende de wedstrijd wordt de tijd nooit stilgezet! Ook niet bij blessures (van welke aard dan ook), kaarten of strafballen.
- Worden de vastgestelde aanvangstijden in een blok niet gehaald, dan moet de zaalleiding de duur van de wedstrijden inkorten, zodat de vastgestelde eindtijd alsnog wordt gerealiseerd!
- Omwille van het strakke tijdschema wordt afgezien van 'shake hands' bij aanvang wedstrijd



A photograph of an indoor hockey match. In the foreground, a player in a red and blue jersey is bent over, holding a hockey stick. Behind him, another player in a similar jersey is also bent over. To the right, a player in a black and red jersey is bent over, holding a hockey stick. A yellow ball is on the ice near the player in the black and red jersey. The background shows other players and the indoor rink environment.

Opmerkingen & Vragen
zaal@schc.nl



KNHB

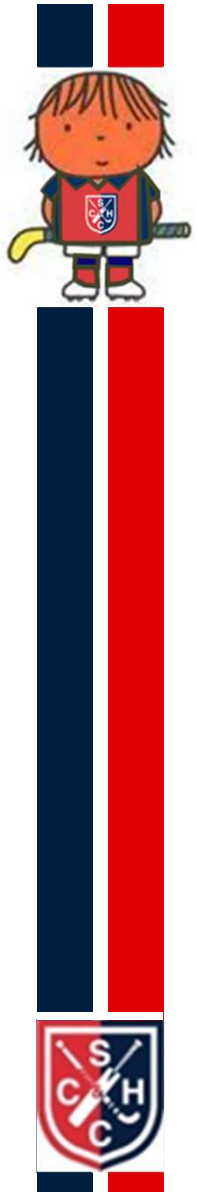


Bas van de Griendt
Scheidsrechters Opleidingen

Z A A L H O C K E Y

Spelbegeleider
Jongste Jeugd





Net als op het veld gaat het om 3 dingen

1. Plezier

(spel)begeleider

speelregels

2. Veiligheid

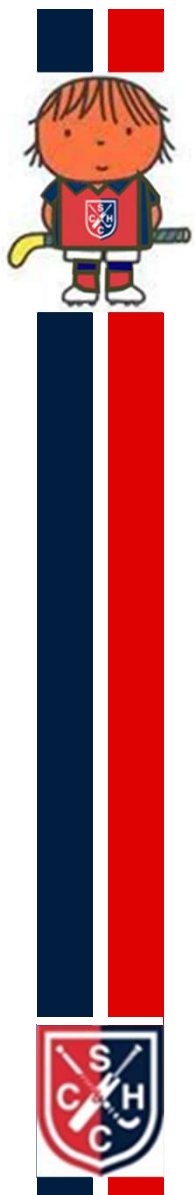
≠

i.p.v.

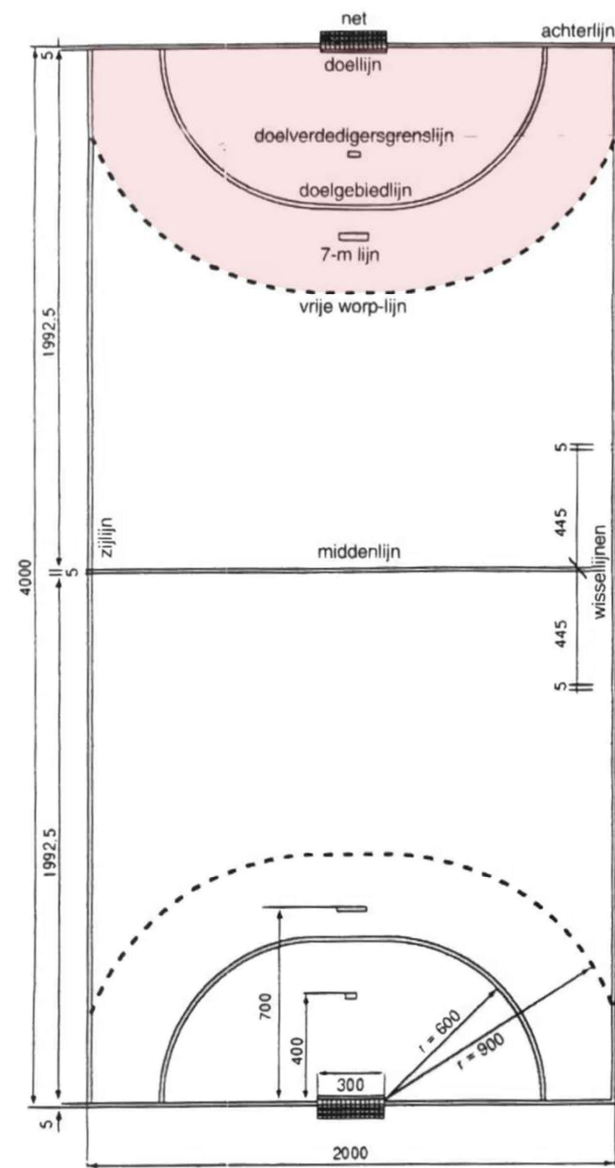
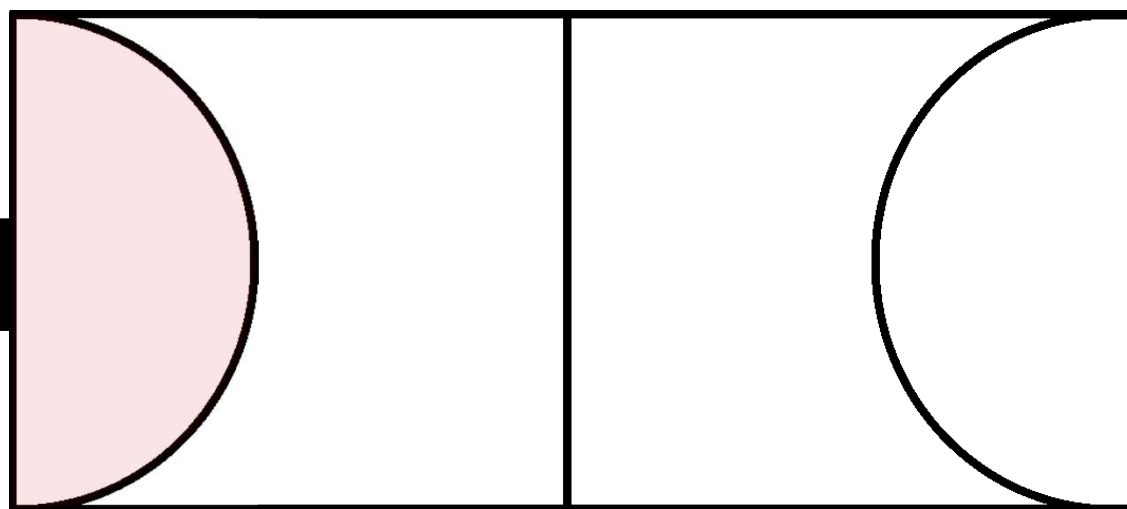
scheidsrechter

spelregels

3. Leren



Het veld en de cirkel





Verpflicht



- Bitje
- Scheen-
beschermers
- Zaalhandschoen



10
MINUTEN
DUURT DE
ZAAL

Levens
tijd 10 jaar

6 leges
inclusief 1 tempo

2 x 20 minuten
1 x 10 min rust
+ 5 min startpauze

Zaalkruis
spel

REGIJSCHIJF
Waaruit het midden op de middelen wordt de beginfase gespeeld. Dit kan op twee manieren plaatsvinden, namelijk op zelfspels, dit kan na voor en naar achter. Beide manieren beginnen op de eigen helft. De tegenpartij heeft 3 meter afstand.

SPELEN VAN DE BAL
In de zaal wordt de bal over de grond gespeeld met een push. Als de bal wordt gespeeld en hij stuit niet naar de lijn, dan is dat niet goed. De bal mag alleen hoog maximaal kniehoogte (30 cm) naar push gaan. De speelbegeleider beoordeelt het spel op wellicht.

DOELPOST
Een doelpost wordt gecreeerd wanneer een aanvalster de bal heeft aangeraakt in de cirkel en de over de draait de gegannen. Na een doelpost wordt het spel hervat met een beginpunt waaruit het midden van de middelen.

SPELEN VAN DE WITTE
Een aanvalster kan de bal met een push spelen. 3 meter afstand. Wanneer de bal wordt genomen binnen 3 meter van de cirkel, moet de bal eerst 3 meter hebben gespeeld voordat hij de cirkel in gespeeld mag worden.

INPUIS
Als de bal over de baan gaat, wordt deze genomen op de plek waar de bal over de baan gaat. De bal mag ongeveer 1 meter van de baan genomen worden. De bal kan tot 10 cm van de cirkelrand naar buiten worden genomen, moet deze eerst 3 meter hebben gespeeld voordat deze de cirkel in gespeeld mag worden.

UITSPOT
Het is niet toegestaan als de bal over de actierijde gaat van de aanvalsteren partij. De bal wordt door de verdedigende partij genomen, recht tegenover het spel en de bal kan over de actierijde in gegannen en niet verder dan kop cirkel.

LANGE CORNER
Als de bal niet op de lijn (vrij) van de verdedigende over de actierijde gaat, wordt het spel hervat met een lange corner. De bal wordt door de aanvalsteren partij op de middelen in genomen, recht tegenover de plek waar de bal over de actierijde in gegannen. De bal moet eerst 3 meter hebben gespeeld voordat deze de cirkel in gespeeld mag worden. Beide teams hebben 3 meter afstand.

VRIJE PUS
Als een speler een overtreiding maakt, krijgt het andere team een vrije pus. Bij een vrije pus wordt de bal genomen op de plek van de overtreiding.

SHOOT-OUT
Bij een verdedigende overtreiding in de cirkel mag de tegenstander een shoot-out nemen. 1 x 6 seconden. Als speler, buiten de keeper en de keeper die de shoot-out neemt, staan in de cirkel van de shoot-out (vrij). De shoot-out wordt vanaf de middelen in genomen. Als de speelbegeleider besluit, mag de shoot-out worden genomen. Zinnig de shoot-out genomen, mogen de andere spelers meedoen en uit de cirkel komen.

SHOOT EN BOLLE KAN
Speler mag de bal niet met de voet of met de bal kan spelen.

STRAFFEN
Wanneer een overtreiding van voet voorkomen door een overtreiding van een verdedigende partij een strafbal gegeven.

RULIJ
Als de wedstrijd (1 x) onderbroken wordt door een blessure of een andere omstandigheid wordt het spel overtreiding plaatsvindt. Het kan een vrije pus worden genomen om het spel te hervatten.

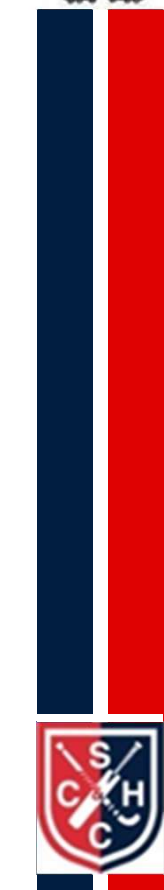
MEER INFO EN VEELGELEIDE VRAGEN:
www.krtb.nl/gongseleide

De categorie DVO speelt een wedstrijden zonder ranglijst.

De wedstrijdvoors wordt bevestigd door 2 speelbegeleiders één van de trainers. De speelbegeleiders zijn aan weerszijden van de baan. Begeleiders het spel en kunnen volgen de spelende spelbegeleiders.

Het van de coach: zelfstandig meen en het creëren van een veilig speelomgeving.

Het van de ouders: rustig aanmoedigen.



- 6 tegen 6 incl. keeper
- 2 x 15 minuten + 3 minuten pauze
- 1 spelbegeleider
- Wedstrijdtafel
- Pushen i.p.v. slaan
- Bal over de grond en nooit hoog
- Lange corner
- Overtreding in de cirkel:
vrije push of shoot-out

Wat je moet weten **Onder 10 jaar (O10)**

- 6 tegen 6 incl. keeper
- 2 x 15 minuten + 3 minuten pauze
- 2 spelbegeleiders
- Wedstrijdtafel
- Pushen i.p.v. slaan
- Bal over de grond en nooit hoog
- Lange corner
- Overtreding in de cirkel: shoot-out of strafbal

**O10**
Onder 10 jaar
ZAAL

 Leertijd
onder 10 jaar

 6 tegen 6
incl. keeper

 2 x 20 minuten*
1 x 3 minuten rust
*de coach bepaalt

 Zaalkorner-
goal

REGELINGEN
Vast het midden op de middenlijn wordt de beginpunt genomen. Dit kan door een push of selfpass, dit mag naar voor en naar achter. Beide teams beginnen op de eigen helft. De tegenpartij houdt 3 meter afstand.

SPELEN VAN DE BAL
In de zaal wordt de bal over de grond gespeeld met een push. Als de bal wordt gedrupt en hij schuift nog een beetje, dan is dat niet erg. De bal mag alleen hoog (maximaal kniehoogte) bij een push op goal. De spelbegeleider beoordeelt het spel op veiligheid.

DOELPUNT
Een doelpunt wordt gescoord wanneer een aanvalster de bal heeft aangeraakt in de cirkel en de bal over de doellijn is gegaan. Na een doelpunt wordt het spel hervat met een beginpunt vanaf het midden van de middenlijn.

SPELHERVATTING
Bij iedere speelhervatting nemen alle spelers 3 meter afstand. Wanneer de bal wordt genomen binnen 3 meter van de cirkel, moet de bal eerst 3 meter hebben geroerd voordat hij de cirkel in gespeeld mag worden.

IMPULSI
Als de bal over de balk gaat, wordt deze genomen op de plek waar de bal over de balk ging. De bal mag ongeveer 1 meter van de balk genomen worden. Als de bal dicht bij de cirkelrand wordt genomen, moet deze eerst 3 meter hebben geroerd voordat deze de cirkel in gespeeld mag worden.

UITPUSH
Het is een uitpush als de bal over de achterlijn gaat via de aanvallende partij. De bal wordt door de verdedigende partij genomen, recht tegenover het punt waar de bal over de achterlijn is gegaan en niet verder dan kop cirkel.

LANGE CORNER
Als de bal (met opzet te vaak) via de verdediger over de achterlijn gaat, wordt het spel hervat met een lange corner. De bal wordt door de aanvallende partij op de middenlijn genomen, recht tegenover de plek waar de bal over de achterlijn is gegaan. De bal moet eerst 3 meter hebben geroerd voordat deze de cirkel in gespeeld mag worden. Beide teams houden 3 meter afstand.

VRIJE PUSH
Als een speler een overtreding maakt, krijgt het andere team een vrije push. Bij een vrije push wordt de bal genomen op de plek van de overtreding.

SHOOT-OUT
Bij een verdedigende overtreding in de cirkel mag de tegenstander een shoot-out nemen. Er is geen tijdslimiet. Alle spelers, behalve de keeper en degenen die de shoot-out neemt, staan in de cirkel van de aanvallende partij. De shoot-out wordt vanaf de middenlijn genomen. Als de spelbegeleider fluit, mag de shoot-out worden genomen. Zodra de shoot-out genomen is, mogen de andere spelers meedoen en uit de cirkel komen.

SHOOT EN BOLLE KANT
Spelers mogen de bal niet met de voet of met de bolle kant spelen.

STRAFBAL
Wanneer een doelpunt wordt voorkomen door een overtreding van een verdediger wordt een strafbal gegeven.

INLEY
Als de wedstrijd is onderbroken door een blessure of een andere omstandigheid waarbij geen overtreding plaatsvindt, dan kan een balu worden genomen om het spel te hervatten.

MEER INFO EN VEELGESTELDE VRAGEN:
www.knib.nl/jongstejeugd

 De categorie O10
speelt een
wedstrijdreeks
zonder ranglijst.

 Deze wedstrijden
wordt begeleid door
2 spelbegeleiders,
één van de thuis- en één
van de uitreisreis. De spel-
begeleiders staan aan weerszijden
in het veld, begeleiden het spel
en fluiten volgens de geldende
spelregels.

 Bal van
de coach:
Enthusias-
men en het creëren

 Bal van
de ouders:
Positief
aankomende n.





Jongste Jeugd
tactiek zaal



Een heel leuk sportief zaalseizoen
toegewenst!