



ZAALBULLETIN 2025-2026

Mixed Hockeyclub De Dommel



November 2025

website: www.mhcdedommel.nl





1. Voorwoord

Beste zaalhockeyspelers, coaches en andere betrokkenen,

Eind november start het zaalhockeyseizoen weer. Voor MHC De Dommel inmiddels een bekend fenomeen. Dit seizoen hebben we 27 teams met ruim 324 hockeyers in de zaal, maar liefst 6 (jong)senioren, 18 junioren en 3 jongste jeugdteams in de zaalhockeycompetitie. Een geweldig aantal!

Iedereen die interesse heeft om te gaan zaal-hockeyen hebben we ook kunnen plaatsen. Zo kunnen deze Dommel spelers hun technische en tactische vaardigheden op een hoger niveau brengen. De voordelen hiervan worden ook ervaren als het veldhockeyseizoen wordt hervat.

Dit informatieve document is opgesteld om jullie op weg te helpen in de zaal.

Voor specifieke en actuele informatie, zoals de teamindeling, het wedstrijdschema of het trainingsoverzicht, verwijzen we jullie naar;

- de [Dommelsite](#),
- de LisaX-App
- en de [KNHB-site](#).

Bij eventuele verschillen tussen wedstrijdschema's op de Dommelsite, LisaX dan wel Matchcenter dan is [Matchcenter](#) leading!

We wensen alle zaalhockeyers weer veel succes, en bovenal heel veel plezier in de zaal! In geval van vragen vernemen we het graag.

Met hartelijke hockey groet,

De Zaalhockeycommissie
Gilian Donders

Bereikbaar via: (+316-50 61 48 17) en/of zaalhockey@mhcdedommel.nl



2. Inhoudsopgave

Deze zaalbulletin bevat de volgende informatie:

1. Voorwoord	2
2. Inhoudsopgave	3
3. Huishoudelijke mededelingen	4
4. Instructies voor spelers en ouders	5
5. Tips / Checklist voor de Coach	9
6. Trainingen zaalhockey	12
7. Belangrijke links en verwijzingen	16
8. Instructies voor de zaalwacht	17
9. Instructies voor de zaalcoördinator	20



3. Huishoudelijke mededelingen

- Alle deelnemers aan de zaalhockey-competitie en vele ouders zijn/worden in meer of mindere mate ook ingezet op een aantal bijkomende taken zoals; scheidsrechter, zaalcoördinator, zaalwacht, coach, trainer of jeugdbegeleider. Uiteraard is hierin rekening gehouden met leeftijd en ervaring. **We waarderen jullie ondersteuning, anders kan de zaalcompetitie namelijk niet plaatsvinden.** Zorg dat je op de hoogte bent van de taken waarvoor je bent ingedeeld (zie ook 'Verwijzingen naar de Dommelsite'). **Ben op tijd aanwezig!**
Ben je verhinderd >>> ruil dan met iemand. Zorg tijdig voor vervanging.
- Voor iedereen die zich in de zaal begeeft (spelers / coach / scheidsrechters / zaalwacht / zaalcoördinator), geldt een verplichting voor het dragen van schone niet afgevenende zaalschoenen (niet-spelers mogen evt. op sokken). Mocht je deze schoenen niet hebben dan wordt er geacht schoenhoesjes aan te trekken. Deze zijn te verkrijgen bij de beheerder van de sporthal. Op de tribune zijn alle soorten schoeisel toegestaan.
- Ben je ingedeeld als scheidsrechter, vergeet dan niet je scheidsrechterkaart mee te nemen! Let op in geval van ruilen: **een scheidsrechter van een lager team mag nooit een hoger team fluiten!** Daarnaast het dringende verzoek om wanneer je met iemand ruilt dit **uiterlijk donderdag 20.00uur vóór het weekend** dat je moet fluiten aan ons doorgeeft door een mail te sturen naar zaalhockey@mhcdedommel.nl EN naar scheidsrechters@mhcdedommel.nl

Mocht je na donderdag 20.00uur nog een vervanger/vervangster willen melden, doe dit dan via een WhatsApp bericht op nummer 06-50614817 (Gilian Donders, voorzitter Zaalhockeycommissie) tot uiterlijk 3 uur voor aanvang van het desbetreffende 3-luik.



4. Instructies voor spelers en ouders

De zaaltrainingen starten in week 48, vanaf 24 november. Het eerste wedstrijdweekend is 29/30 november 2025. Het laatste wedstrijdweekend is 07/08 februari 2026.

Zorg ervoor dat je op de hoogte bent van de meest recente informatie.

- Tot één week voor de start van de competitie kunnen er door de KNHB nog veranderingen worden aangebracht in het wedstrijdschema!
- Check enige tijd vóór je wedstrijd begint - of vóór je moet vertrekken - nog de LisaX app EN Hockey.nl(app) (de laatste is leading!) voor informatie over eventuele afgelastingen. Het kan voorkomen dat last-minute een zaalwedstrijd wordt afgelast vanwege bijvoorbeeld slechte weersomstandigheden.

Spelreglementen

Voor de meest up-to-date spelreglementen kun je terecht op de site van de KNHB;

Voor de jeugd en Senioren kijk dan [hier](#)

Voor de O10, kijk dan [hier voor de spelregels](#).
kijk hier voor de [rol van de spelbegeleider](#)

Waar

- We zijn te gast in sporthal De Theereheide / De Misse (én in alle andere zalen waar wordt gespeeld). Wees zuinig op de zaal en op het materiaal!
 - Gegevens Sporthal 'Theereheide'
Eikenlaan 5, 5271 RR Sint-Michielsgestel ([google maps](#))
073-5513103
 - Gegevens Sporthal 'De Misse'
Jacobskamp 25, 5275 BJ Den Dungen ([google maps](#))
073-5941665
- De kleedkamers worden normaliter in beide sporthallen vermeldt op het whiteboard bij binnenkomst. Wanneer dit niet het geval is, kijk dan zelf even welke kleedkamer er nog vrij is.



Verloop wedstrijden

Zaalhockey wedstrijden worden 6 tegen 6 gespeeld. Op één speeldag wordt er in het algemeen één drieluik gespeeld per team. Dit betekent dat er geen losse uit- en thuiswedstrijden zijn, maar een schema A-B, B-C, A-C, waarbij A het thuisteam is.

- Alle wedstrijden duren 2x20minuten (met een minimum van 2x 15minuten + max. 5minuten pauze dan wel 1x 25minuten speeltijd) met inspeeltijd vóór de wedstrijd van max. 5minuten, dit geldt zowel voor de senioren- als voor alle jeugdteams!
De Jongste Jeugd (O10) speelt 2x 15minuten (+ max. 5minuten inspeeltijd vóór de wedstrijd en met 3 minuten rust)
Indien de wedstrijd te laat begint, dan wordt de wedstrijdduur aangepast aan de overgebleven tijd (de zaalcoördinator beslist hierover, niet de scheidsrechters of coaches).
De wedstrijd die volgt, begint altijd op de geplande tijd (+ de 5minuten inspeeltijd daarvoor)! Ook de vereniging die na ons de zaal huurt, moet namelijk op haar geplande tijd kunnen starten.
De wedstrijdklok wordt dus NOOIT stilgezet, ook niet voor blessures van welke aard dan ook.
- Ben voor een wedstrijd op tijd aanwezig en begin de wedstrijd op tijd. Uitloop is dus niet mogelijk!
- Ben je het eerste team van die dag, dan ben je verantwoordelijk voor het wedstrijd klaar maken van de zaal; het leggen van de balken (gebruik hiervoor 1 balkenkar), het plaatsen van de wedstrijdgoals (de blauw-witte goals welke naast de balkenkarren staan), de spelersbanken (*aan de korte zijdes van het veld mogen géén banken staan!*) en de wedstrijdtafel.
Zorg in dat geval dat je minimaal 20 minuten vóór aanvang van de wedstrijd aanwezig bent om de zaal gereed te maken.
- Ben je het laatste team, dan ben je verantwoordelijk voor het netjes opruimen van bovengenoemde zaken. Volg hierbij de eventuele opmerkingen van de zaalbeheerder op! Stapel de balken netjes op de balkenkar en berg deze netjes op, hang deze wedstrijdgoals netjes terug aan de kar (incl. de 4 fixeerpennen) en plaats deze netjes links van de balkenkarren echter blokkeer de nooduitgang NIET.



- Inspelen vóór een wedstrijd mag alléén op het wedstrijdveld zelf gebeuren en kan uiteraard alleen als de wedstrijd ervoor is afgelopen. In kleedkamers, hal en kantine is het niet toegestaan in te lopen of in te spelen.
Bij sporthal de Theereheide is er ruimte om naast het wedstrijdveld (tussen de muur en de witte lijn) zonder bal en stick in te lopen mits dit rustig gebeurt, anders kan dit als storend worden ervaren door spelers en scheidsrechters van de nog lopende wedstrijd.

Zaalhockeyuitrusting

Om in de zaal te kunnen spelen moet je beschikken over enkele andere materialen;

- Zaalhockeystick
alléén niet-competitie-spelende jongste jeugd leden (O8/9) mogen een correct afgeplakte veldstick gebruiken
- Schone zaalgymschoenen
niet afgevende zolen en niet buitengedragen schoenen
- Zaalhockeyhandschoen (volledig gesloten bescherming van vingers)
Als club stellen we een zaalhockeyhandschoen verplicht voor onze leden! De linkerhand rust vaak op de vloer om de stick helemaal plat te kunnen leggen, een zaalhockeyhandschoen beschermt dan je hand ter voorkoming van blessures.



Overige verplichte zaalhockeybenodigdheden die je ook nodig hebt, maar zeer waarschijnlijk al over beschikt vanuit het veldhockey;

- Scheenbeschermers
- Bitje

Metalen onderdelen (ook het af-‘tappen’ ervan) zijn in de zaal NIET toegestaan. Men heeft het recht je per direct de zaal uit te sturen wanneer je dit wel aan hebt!

Keepersuitrusting

Ook in de zaal is de keeper goed beschermt met een volledige keepersuitrusting. Om schade aan de vloer te voorkomen gelden er extra eisen aan de keepersuitrusting. De keeper/speler dient dit verbod direct en nauwgezet op te volgen.

- **Metalen onderdelen/gespen aan keepersuitrustingen zijn TEN STRENGSTE VERBODEN, óók als deze afgeplakt zijn!!! Men heeft het recht je per direct de zaal uit te sturen wanneer je dit wel aan hebt!**
- Legguards, klompen en andere uitrustingsstukken mogen geen scherpe kanten of uitsteeksels bevatten. De legguards van onze keepers worden beschermd met 'hoezen'.

Per team wordt één set hoezen en kunststof gespjes beschikbaar gesteld vanuit de club, zie nadere toelichting onder 'zaalhockeykoffer' in hoofdstuk 5.

Gebruikershandleiding zaalhoezen



Zorg dat de hoes met het logo om de rechter legguard zit. Het koord moet aan de buitenkant zitten



De grote riem om de binnenkant, de kleine riem om de buitenkant



Breng de hoes nu goed op spanning doormiddel van het aantrekken van het koord. Om de hoezen extra strak te krijgen een inkeping maken in het zwarte band op de plek waar de legguardriem zit. De legguardriem hier doorheen trekken. De legguardriem achter het koord doorsteken, zodat de kracht over het gehele zwarte koord wordt verdeeld.

Net zoals op het veld moet de keeper kleuren dragen die duidelijk te onderscheiden zijn van de andere spelers (beide teams).



5. Tips / Checklist voor de Coach

- Het is aan te raden om z.s.m. de teamtaken in te plannen. Naast de gebruikelijkere taken - zoals bijv. een rijschema voor de uitwedstrijden - is een schema voor de extra taken van de zaalwacht – zaalcoördinatoren aan te raden, dit is wel zo makkelijk en duidelijk voor de spelers en/of ouders. Nadere toelichting over deze extra taken vind je in hoofdstuk 8 en 9.

Houd er rekening mee dat de zaalcoördinator een volwassene moet zijn (18+), de zaalwacht mag wel minderjarig zijn. De zaalwachten en zaalcoördinatoren moeten voor het gehele thuisblok (drieluik) aanwezig zijn, dus ook voor de wedstrijden die het thuisteam zelf niet speelt in jouw thuisblok!

Voor het creëren van een nieuwe taak hieronder de uitleg hoe dit te doen;

Een nieuwe taak kan je alleen voor jouw team aanmaken in jouw eigen LisaX-account. In de web versie; inloggen → het desbetreffende team in de linker kolom selecteren → scroll naar Teamtaken → selecteer “Taaksoorten beheren” → “Voeg taak toe” → desbetreffende Taakbenaming → “Opslaan”.

Voor de jeugdteams met jeugdtrainers(<18 jaar) is een roulatieschema voor de aanwezigheid van een volwassene tijdens de training ook aan te raden, tenslotte moet daar altijd een 18+-er bij aanwezig zijn.

- Controleer tijdig vóór de wedstrijd of je spelers de verplichte uitrusting hebben om teleurstellingen te voorkomen. Zie nadere toelichting in hoofdstuk 4 onder de kopjes ‘zaalhockeyuitrusting’ én ‘keepersuitrusting’.
- Er mogen maximaal 12 spelers aan een wedstrijd deelnemen. Wij raden echter aan om met 11 spelers (1 keeper + 2x5 spelers) een wedstrijd te spelen. Je kunt met de 2x5 veldspelers steeds een heel ‘veldteam’ van 5 spelers tegelijk wisselen, waarbij de keeper uiteraard blijft staan.
Je kan er dus voor kiezen om de 12e persoon als “reserve reserve” mee te laten gaan, dit o.b.v. een roulatieschema. De 12e persoon kan



dan eventueel invallen wanneer één van de andere 11 personen geblesseerd raakt.

- Wissel ongeveer om de 5 minuten (bij een wedstrijd van 2 x 20 minuten). Een zaalwedstrijd is zeer intensief en zo kunnen de spelers even uitrusten om zich daarna weer helemaal te kunnen geven. Wissel als bijvoorbeeld de bal over de eigen achterlijn is. Wissel niet als de tegenstander de bal uit mag nemen.
Let op; Zodra er teveel spelers in het veld staan (bijvoorbeeld door een foutieve wissel) kan de scheidsrechter een strafcorner toewijzen aan de tegenstander, let hier dus goed op!!
- Kijk ruim van te voren of je voldoende spelers hebt. Indien je te weinig spelers hebt, vraag dan spelers van andere zaalteams! (controleer de exacte regelgeving, zie deze [link](#) voor meer informatie conform de veldreglementen, deze gelden ook voor de zaal)
- Sommige teams hebben meer dan 12 spelers; zorg in dat geval voor een roulatieschema waarin duidelijk staat welke spelers bij de verschillende wedstrijden wel en niet aanwezig zijn. Je mag maximaal 12 spelers op de bank hebben zitten. Spelers die niet bij deze 12 behoren moeten zich op de tribune begeven!
- Ben je het eerste team van die dag? Zorg in dat geval dat je ruim (minimaal 20 minuten) vóór aanvang van de wedstrijd aanwezig bent. Je team is namelijk zelf verantwoordelijk om de zaal gereed te maken voor de wedstrijd!
Wat moet er allemaal gebeuren?
Het leggen van de balken (gebruik hiervoor 1 balkenkar en alleen de wit/rode balken), het plaatsen van de wedstrijdgoals (de blauw-witte goals welke in het middelste zaaldeel staan), de spelersbanken (aan de korte zijdes van het veld mogen géén banken staan!) en de wedstrijdtafel (wedstrijdkoffer en scorebordkoffer incl. haspel ligt bij de beheerder op de eerste kast).
- Ben je het laatste team van die dag? Dan is je team verantwoordelijk voor het netjes opruimen bovengenoemde zaken. Volg hierbij de eventuele opmerkingen van de zaalbeheerder op! **Stapel de balken netjes op de balkenkar en berg deze netjes op. Hang de**



wedstrijdgoals terug aan de kar (incl. de 4 bevestigingspennen) en plaats deze netjes links van de nooduitgang vóór de volleybalpalen in het wandrek.

Blokkeer de nooduitgang NOOIT.

Zaalhockeykoffer

Ieder team ontvangt via de coach een zaalhockeykoffer vóór aanvang van het seizoen. Hierin bevinden zich de volgende spullen;

- 4 zaalhockeyballen om mee in te spelen
- 2 hoezen voor bescherming van de legguards van de keeper;
- 1 kunststof riempjes-set (8-delig) voor de klompen van de keeper, verplicht in de zaal (intapen van metalen veldriempjes is niet toegestaan!)

Voor de zaalhockeykoffer moet een borg van € 20,- worden betaald. Na afloop van het seizoen, ná tijdige inlevering van een complete koffer, wordt de borg weer terug betaald.

Afronden Digitaal Wedstrijd Formulier (DWF)

- De spelerslijst dient net als op het veld vóór aanvang van de wedstrijd ingevuld te zijn! Als dit later gebeurt kan dit een boete van €75,- tot gevolg hebben, dit staat los van de afrondingsboete van het DWF!
- Het DWF dient direct ná de wedstrijd, bij voorkeur nog in de zaal, samen met de scheidsrechter(s) en andere coach(es) te worden afgerond.
- Voor het niet op tijd afronden van het DWF zal mogelijk door de KNHB een boete van €75,- in rekening worden gebracht.
- Voor vragen met betrekking tot het DWF:
wedstrijdsecretaris@mhcdedommel.nl



6. Trainingen zaalhockey

Gezien de beperkte beschikbare ruimte in de zaal heeft ieder team één training per week. Het trainingsschema wordt vermeldt op de [website](#) (let op dat deze staat ingesteld op 'zaal') en wordt uiteindelijk weergegeven in de Lisa-app.

- Ben op tijd aanwezig: 15 minuten vóór aanvang van de training, zodat je op tijd omgekleed in de zaal bent en de volledige trainingstijd effectief kunt gebruiken.
- Trainingstijden zijn inclusief het leggen (eerste team) en opruimen (laatste team) van de balken, het uitladen en inladen van de kast met trainingsmaterialen en het plaatsen en opruimen van de goals
 - 1- de rood-witte goals hangen tegen de rechter muur in zaaldeel rechts.
 - 2- de **blauw-witte goals** hangen aan de verrijdbare kar (**incl. 2x 2 bevestigingspennen**) achter de linker roldeur in het middelste zaaldeel links van de nooduitgang, vóór de volleybalpalen in het wandrek. **Hang de goaltjes met de klapbeugels naar de BUITENKANT toe op (dus niet zoals op de foto hieronder).**
Blokkeer NOOIT de nooduitgang.
 - 3- de lichtere tijdelijke goals met 2x2 zwarte grindzakken staan in het linker zaaldeel achter de linker deur rechts van de basketbal constructie!
 - 4- **de zaal moet volledig leeg zijn op het einde van de laatst geplande trainingstijd!**
 - 5- **sluit ALTIJD de trainingskast af en lever ALTIJD de sleutel weer in bij de beheerder!**
- Er mogen geen banken achter/naast de goals/achterlijn staan. Deze moeten buiten het speelveld achter de balken worden geplaatst!
- Houd de deuren van de kleedkamers en materiaalruimtes/bergingen gesloten zodat daar geen ballen in kunnen schieten en de warmte blijft waar deze moet blijven. Open kleedkamerdeuren kunnen zorgen voor een warmere sporthal.
- Juniorenteams met trainers jonger dan 18 jaar mogen niet de zaal in zonder begeleider (18+)! Er moet altijd minimaal één volwassene aanwezig zijn. Dit is aan de teams zelf om dit te organiseren.
Tip aan de coaches: Maak ook hiervoor een roulatieschema binnen je team. Zie suggestie onder hoofdstuk 5.



Informatie voor de trainer(s)

Vorbereiding voor training

Zorg dat je voorbereid naar de training komt! Bekijk vooraf welke oefeningen (hockeyfood) je gaat doen zodat je eenmaal in de zaal direct aan de slag kunt.

Als je het 'eerste team' bent van de dag, moet je met het betreffende team de zaal klaar maken. Ben dus ruim op tijd! Als je het 'laatste team' bent van de dag, houd er rekening mee dat je de zaal ook moet opruimen. In beide gevallen: betrek je spelers (en eventueel ouders) hierbij, zorg dat het op een veilige manier gaat!

Trainingsmaterialen

In de opslagruimte van sporthal Theereheide staat achter de derde roldeur van links(middelste zaaldeel) in de linker hoek een grijze kast. De sleutel van deze kast is door de eerste en laatste trainer van de dag af te halen (**en direct terug te brengen!**) bij de beheerder van de sporthal (bij binnenkomst sporthal kantoortje meteen rechts). In de grijze kast met trainingsmaterialen tref je onderstaande aan:

- 3 sets trainingsballen (3 kratjes a 40 ballen)
- 3 sets pilonnen (a 25 stuks incl. houder)
- 3 sets hesjes (a 6 stuks, los)

Zorg er ALTIJD voor dat na de laatste training de kast op slot is en de sleutel achterblijft bij de beheerder. Controleer je zakken voordat je vertrekt uit de hal.

Heb respect voor de beheerders en andere huurders! Bevelen van de beheerders dienen altijd opgevolgd te worden. Als er problemen zijn, speel deze dan via de zaalhockeycommissie en ga niet zelf in discussie!

Verhinderd

Indien je onverhoopt geen training kunt geven, zorg je of voor een vervanger of laat je de training niet plaatsvinden.

Een vervanger kan ook iemand zijn uit het betreffende team zelf (bij de oudere jeugd, **mits 18+**). Zorg er dan voor dat diegene zich bij binnenkomst even meldt bij de beheerder, omdat teams namelijk niet mogen trainen zonder trainer (18+).



Als de training niet plaatsvindt, zorg er dan voor dat alle leden en de coach uit het betreffende team evenals de trainer van het team dat ná jou komt dat weten, zodat er niemand voor niets naar de sporthal komt. Stuur zo spoedig mogelijk een bericht naar de Zaalhockeycommissie zodat zij de beheerder daarover tijdig kan informeren (+31650614817)

Het afgelasten van een training is voor ons als club kosteloos tot 4 weken vóór aanvang, doe dit dan via mail naar de Zaalhockeycommissie (zaalhockey@mhcdedommel.nl).

Binnen 4 weken, echter tot 48 uur, vóór aanvang afgelasten? Doe ook dit dan aub per mail naar de Zaalhockeycommissie (zaalhockey@mhcdedommel.nl).

Afgelasten van een training binnen 48uur vóór aanvang van de training? Doe dit aub via WhatsApp (+31650614817)!



Deze goaltjes hangen op deze foto verkeerd om in het rek!
Hang de goals op met de klapbeugel aan de BUITENKANT.
Steek de 4 bevestigingspennen boven in het rek in de stangen waar de goals aan hangen





Inclusief 2x2 grindzakken





7. Belangrijke links en verwijzingen

Club website: www.mhcdedommel.nl

Home-pagina: Kijk hier voor algemene mededelingen.

Onder het kopje **Hockey** vind je enkele relevante pagina's:

- [Teams](#) spelersoverzicht en coach(es) per team
- [Trainingsschema](#) zodra deze gereed is
- [Wedstrijdschema](#) zodra deze gereed is
- [Zaalhockey](#) algemene informatie en diverse bestanden omtrent het zaalhockey

Inloggen op Dommelsite

Inloggen doe je met je lidmaatschapsnummer – of van je kind / kinderen - en (zelf gekozen) wachtwoord. Na het inloggen (rechtsonder via "Mijn Dommel" krijg je een overzicht van komende taken en wedstrijden voor jou persoonlijk.

KNHB-site: www.knhb.nl

Op de KNHb-site vind je ook veel waardevolle informatie, zoals bijvoorbeeld:

- knhb.nl / Competitie & disciplines / [Match Center](#)
- knhb.nl / Arbitrage / Spelregels en briefings / Spelreglement zaalhockey [Junioren/Senioren](#) & [categorie Onder 10 \(O10\)](#)

LisaX-App

De LisaX-App werkt voor de zaalcompetitie hetzelfde als voor de veldcompetitie. Selecteer je eigen team en je hebt toegang tot alle info uit LisaX m.b.t. dit team.

8. Instructies voor de zaalwacht

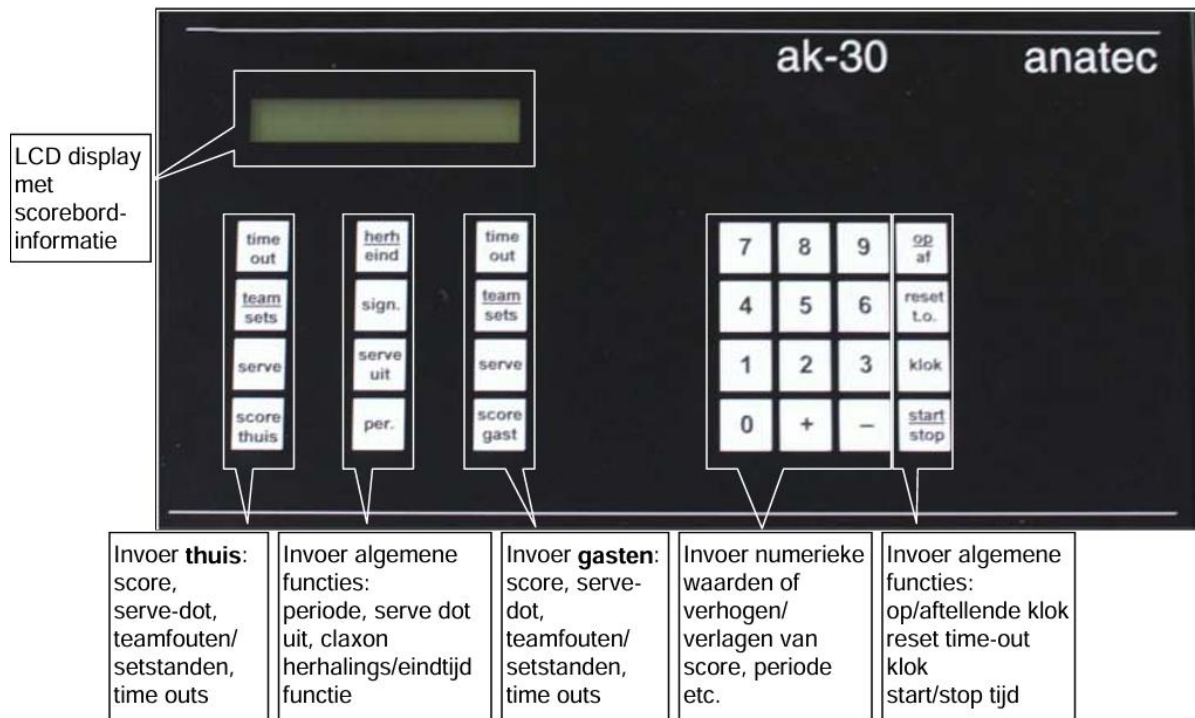
Bij iedere wedstrijd zijn er naast de twee scheidsrechters, een **door de coach** ingedeelde zaalcoördinator en ook één of twee personen die als zaalwacht fungeren.

De zaalwacht bedient het scorebord gedurende het gehele thuisblok (drieluik) dus ook de wedstrijd waarin het Dommel team zelf niet speelt! De zaalwacht mag minderjarig zijn. **De zaalcoördinator moet een volwassene (18+). Een speler uit een wedstrijdteam mag geen zaalwacht (of zaalcoördinator) zijn tijdens een eigen drieluik!**

- Ben op tijd aanwezig; minimaal vijf minuten voor aanvang 1^e wedstrijd.
- De bediening van het scorebord is eenvoudig, maar verderop vind je een korte instructie. ***Bij onduidelijkheid: vraag iemand met ervaring of de zaalbeheerder om verdere uitleg.***
- Stel de wedstrijdduur tijdig in zodat bij het beginsignaal van de scheidsrechters de tijd direct kan worden gestart (dit moet altijd conform de geplande aanvangstijd zijn).
- De standaard wedstrijdduur is 2x20minuten (met een minimum van 2x 15minuten + max. 5minuten pauze dan wel 1x 25minuten speeltijd) met inspeeltijd vóór de wedstrijd van max. 5minuten. Dit geldt zowel voor de senioren- als voor alle jeugdteams!
De Jongste Jeugd (O10) heeft een wedstrijdduur van 2 x 15minuten met 3 minuten pauze en met 5 minuten inspeeltijd vóór de wedstrijd.
De geplande eindtijd staat voor alle wedstrijden vast!
Bij niet tijdig beginnen gaat dat ten koste van de wedstrijdduur, de wedstrijd wordt dan ingekort. De zaalcoördinator bepaalt in dat geval de gewijzigde wedstrijdduur en pauzetijd.
- De pauze duurt 5/3min. Stel hiervoor de klok in en laat deze ook terug lopen.
Tip; stel de klok bijvoorbeeld in op 4/2 minuten, er blijft dan nog 1 minuut over voor de teams om zich op te stellen. De 2^e helft van de wedstrijd kan dan na 5/3 minuten pauze ook op tijd beginnen.
- Als een scheidsrechter een speler uit het veld stuurt, dien je de gegeven straf tijd voor die speler bij te houden.

- Bij vragen of onduidelijkheden: vraag de zaalcoördinator.
- De coaches/aanvoerder van beide teams en de scheidsrechters ronden direct na de wedstrijd het digitaal wedstrijd formulier (DWF) af op de locatie.

Gebruik bedieningspaneel scorebord



Tijd instellen doe je op het rechtergedeelte:

- Kijk voordat je de tijd gaat instellen of de klok op 'optellend' of 'aftellend' staat. Dit zie je in het display.
- Staat hij op 'op' dan druk je op 'op/af' om het te veranderen.
- Staat hij op 'af' dan ga je verder met onderstaande stappen.
- Druk op 'klok' en vervolgens de juiste cijfers. Bijvoorbeeld 2 – 0 – 0 voor 20 minuten.
- Druk op 'start/stop'. De tijd telt nu af.
- In de rust stel je opnieuw de tijd in!! **(4/2 min, zie tip hiervoor)**

Score bijhouden doe je op het linker- en rechtergedeelte:

- Let op voor wie je een doelpunt registreert: de teams staan op het veld niet altijd zoals op het scorebord (links thuish spelend team en rechts gasten)
- Score thuis = knop 'score thuis' indrukken en vervolgens '+' of '-'.
- Score gast = knop 'score gast' indrukken en vervolgens '+' of '-'.

Time-out instellen:

- Dit wordt met zaalhockey - op ons niveau - nooit gebruikt! **De tijd loopt altijd door, ongeacht wat er aan de hand is!** Op deze manier blijft het voor iedereen duidelijk wanneer de wedstrijd is afgelopen en kunnen de wedstrijden die nog komen op tijd worden gestart.

9. Instructies voor de zaalcoördinator

Bij iedere wedstrijd zijn er naast de twee scheidsrechters, een **door de coach** ingedeelde zaalcoördinator en ook één of twee personen die als zaalwacht fungeren.

Een zaalcoördinator coördineert gedurende het gehele thuisblok (drieluik) de wedstrijden, dus ook de wedstrijd waarin het Dommel team zelf niet speelt! **De zaalcoördinator moet een volwassene (18+) moet zijn.** De zaalwacht mag wel minderjarig zijn. **Een speler uit het team mag geen zaalwacht of zaalcoördinator zijn tijdens het eigen drieluik!**

De zaalcoördinator;

- heeft de leiding over de gehele zaal, dus over de wedstrijden, de scheidsrechters als ook de mensen op de tribune;*
- is verantwoordelijk voor een soepel verloop van (een deel van) de dag;*
- zorgt ervoor dat de wedstrijden op een prettige manier verlopen;*
- is verantwoordelijk voor het tijdig beginnen EN eindigen van de wedstrijden;*
- is het eerste aanspreekpunt in het geval van calamiteiten.*

Er is een zaalcoördinatorhesje aanwezig in de koffer welke door u gedragen dient te worden, hierdoor bent u herkenbaar voor iedereen.

Op tijd aanwezig

Ben op tijd vóór de eerste wedstrijd aanwezig (minimaal 15 minuten). Er is dan ruimte voor een korte afstemming met de scheidsrechters & zaalwacht(en), eventueel een korte overdracht door de zaalcoördinator voor u en niet onbelangrijk, het welkom heten van de teams met een korte introductie van uzelf als zaalcoördinator voor (een deel van) de speeldag.

In geval u het eerste hockey drieluik van die dag coördineert moet de zaal door het thuisspelende team razendsnel gereed worden gemaakt voor de wedstrijd, zie erop toe dat dit voortvarend wordt opgepakt. Er is 20 minuten voorbereidingstijd ingepland, ben dan indien mogelijk dus ook eerder aanwezig.

Blauwe wedstrijdbox en bedieningsunit van het scorebord**

Deze liggen op de kast vóór de raam in de 1^e ruimte bij de beheerder van de sporthal en deze dienen daar na de laatste wedstrijd van de dag ook weer compleet terug gelegd te worden (incl. bekabeling)!

Inhoud blauwe koffer:

- Twee gele wedstrijdballen (**zorg dat deze NIET kwijtraken!**)
- Twee identieke fluitjes (eventuele nieuwe fluitjes zijn te koop bij de bar in de Theereheide (zo lang de voorraad strekt)
- Hesje t.b.v. de zaalcoördinator (alleen in de Theereheide)
- Weekendoverzicht van alle wedstrijden en ingedeelde scheidsrechters inclusief de tijden van de zaalhuur. **Vul de uitslagen hierop in en laat deze altijd in de koffer achter!**
- Twee pennen
- Sporttape
- EHBO-doos
- Extra pleisters + schaar
- Bij de beheerder/bar is een cool-pack van de Dommel verkrijgbaar
- Wedstrijdoverzicht (inclusief overzicht van de scheidsrechters)
- Uitdraai Zaalbulletin

Algemeen

Check uitrusting

- Alleen schone zalschoenen met niet afgevende zolen!
- Geen getapete hockeysticks, enkel en alleen zaalhockeysticks (m.u.v. de niet-competitie spelende jongste jeugd)
- **Keepersuitrusting alleen met kunststof onderdelen, metalen onderdelen zoals riempjes zijn nooit toegestaan, ook niet met tape!**
- Alleen de spelers/speelsters, coaches, scheidsrechters, zaalwachten en zaalcoördinator mogen zich in de zaal bevinden. Indien niet het juiste schoeisel wordt gedragen is er bij de beheerders/ingang een setje schoenenhoesjes te lenen. Al het andere publiek dient zich buiten de zaalvloer te begeven; zij kunnen vanaf de tribune de wedstrijden volgen.

Gereed maken / opruimen zaal

- Het eerste team van de dag moet zaal gereed maken voor de wedstrijd;
de balken leggen (gebruik hiervoor 1 balkenkar), plaatsen wedstrijdgoals (de blauw-witte goals, te vinden achter de roldeur links van het scorebord).

Achter de balken aan de tribunezijde 2x2 teambanken met in het midden de wedstrijdtafel (op de witte lijn svp) en de strafbank (3^e bank) vóór wedstrijdtafel plaatsen.

Er zitten 20 minuten tussen ingang zaalhuur en start eerste wedstrijd.

- **Zorg ervoor dat de banken aan de korte zijdes van het veld, dus achter de goals, ook volledig zijn verwijderd!** Deze dienen achter de balken opgesteld te worden!

- Het laatste team van de dag moet de balken, goals en wedstrijdtafel opruimen. Zie erop toe dat zij dit ook netjes uitvoeren na afloop van hun wedstrijd. De zaal dient leeg te zijn 10 minuten na de geplande eindtijd van de laatste wedstrijd.

tip: vraag de zaalbeheerder of er nog een vereniging ná ons in de zaal speelt; wellicht kan dan e.e.a. blijven staan dat die vereniging ook nodig heeft, bijvoorbeeld goals, banken en/of de wedstrijdtafel dan wel dat De Dommel de volgende dag weer de eerste gebruiker is.

Inlopen en spelen

- Inspelen voor een wedstrijd mag alléén op het wedstrijdveld zelf gebeuren en kan uiteraard alleen als de wedstrijd ervoor is afgelopen. Bij sporthal De Theereheide is er ruimte om naast het veld (tussen de muur en de witte lijn) zonder bal en stick in te **lopen** mits dit rustig gebeurt. Anders kan dit als zeer storend worden ervaren door spelers en scheidsrechters van een nog lopende wedstrijd. In kleedkamers, hal en kantine is het niet toegestaan in te lopen of in te spelen. Zie hierop toe en grijp indien nodig in!

Bij afwezigheid

- Teams, scheidsrechters en zaalwachten dienen ten minste 15 minuten vooraf aanwezig te zijn. **Let op: scheidsrechters en zaalwachten kunnen nog zelf aan het spelen zijn.**
- Bij afwezigheid van:
 - scheidsrechter: bel eerst de desbetreffende scheidsrechter (zie geprinte lijst in de blauwe koffer). Wanneer geen gehoor aub de coach van het thuisteam hiervan op de hoogte brengen. Er zal dan mogelijk zelf gefloten moeten worden dan wel door iemand van de tribune.
 - zaalwacht: vraag de coach van het team waarvoor u ook aanwezig bent, de zaalwacht is namelijk ook door deze coach geregeld.

Let op begintijd (eerste) wedstrijd drieluik

De begintijd van de eerste wedstrijd van de dag is ongeveer 20 minuten

later dan het moment waarop de zaalhuur ingaat (voor een overzicht van de gehuurde zaaluren: zie de geprinte lijst in de blauwe koffer). Vaak is er dan nog een andere vereniging vóór ons in de zaal. Er dient ter plekke - door de coördinator - dus strak te worden gecoördineerd:

- Geef tijdig aan het thuisspelende team / coach aan dat ze, direct nadat de vereniging vóór ons klaar is, starten met het gereed maken van de zaal.
- Geef tijdig aan de scheidsrechters aan dat zij starten met de wedstrijdvoorbereiding.
- Zorg dat de wedstrijd op tijd, conform de geplande tijd begint!
- Bewaak de duur van de pauze, deze kan mogelijk korter zijn!

Houd de eindtijd van de wedstrijd aan

Te laat beginnen is toch op tijd stoppen! U bent degene die, vóórdat de wedstrijd begint, beslist of de wedstrijd overeenkomstig reguliere speeltijd kan worden gespeeld. Als dit niet mogelijk is binnen de geplande eindtijd, dan beslist u als zaalcoördinator met hoeveel minuten de wedstrijd wordt ingekort.

- Als u de speeltijd inkort, kondig dit dan aan bij de zaalwachten en scheidsrechters. De scheidsrechters informeren de beide teams hierover via de aanvoerders en/of coaches.

De wedstrijdklok mag NOOIT stil gezet worden, ongeacht wat er gebeurt, **de eindtijd van de wedstrijd is altijd de geplande eindtijd van de desbetreffende wedstrijd.**

Denk aan de wedstrijdbal

Wedstrijdballen raken snel kwijt! Dus aan het einde van de wedstrijd de gele wedstrijdbal aub direct weer innemen. Er dienen er 2 in de blauwe koffer te liggen.

Digitaal wedstrijd formulier (DWF)

Het is aan de scheidsrechters (en eventueel u als zaalcoördinator) om vóór aanvang van de wedstrijd de spelerslijsten in het DWF te controleren of deze compleet en correct zijn ingevuld, dit is een vereiste vanuit de bond!

Het is aan de coach(es) van beide teams en aan de scheidsrechter(s) om direct na de wedstrijd het DWF af te ronden, bij voorkeur op de locatie. Help hen hier zo nodig aan te herinneren.

Met u als zaalcoördinator vertrouwen we op een prettig en soepel verloop van de zaalwedstrijden. U mag daarin eisend zijn naar alle betrokkenen ter plaatse (ook de scheidsrechters!). Dank voor uw inspanningen!

**** De blauwe wedstrijdcoffer en bedieningsunit scorebord (+ bekabeling);**



De balken en wedstrijdgoals qua opstelling na de afbouw;



**Deze goaltjes hangen op deze foto verkeerd om in het rek!
Hang de goals op met de klapbeugel aan de BUITENKANT.
Steek de 4 bevestigingspennen boven in het rek in de stangen
waar de goals aan hangen**