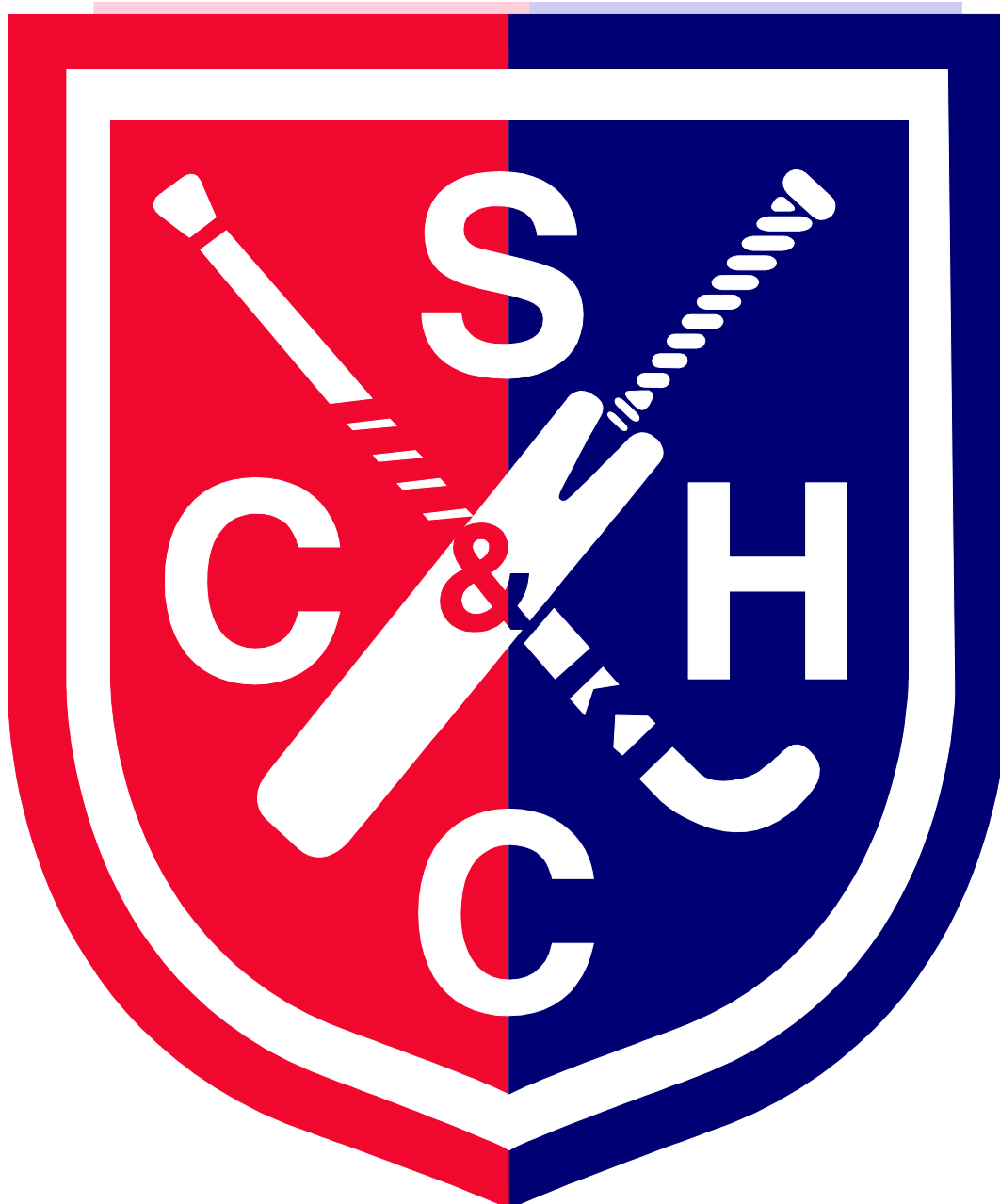


Spelregelboekje

VELDHOCKEY



Bas van de Griendt | 1 september 2020

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
7+ 1 = 8 Nieuwe Regels	3
1. Hoog is geen regel	5
2. Scoop	6
3. Sticks bestaat al lang niet meer	7
4. Uit, achter en in de cirkel	8
5. Strafcorner of strafbal	9
6. Uitvoering strafcorner	10
7. Uitvoering strafbal	12
8. Vrije slag	13
9. Afhouden	15
10. Kaarten	16
11. Signalen van de scheidsrechter	18

Voorwoord

Dit is al weer de **vijfde editie** van het SCHC spelregelboekje voor **veldhockey**. Wat begon als een feuilleton over spelregels op de website van Stichtsche is afgelopen jaren uitgegroeid tot een set van inmiddels vier boekjes over fluiten bij hockey.

Jaarlijks verschijnen de boekjes aan het begin van het seizoen, begin september voor veldhockey en begin december voor zaalhockey. Daarnaast is er ook een boekje voor de Jongste Jeugd. Speciaal voor de 3-, 6- en 8-tallen, waarvoor aparte regels gelden. Wie deze regels kent is prima in staat een wedstrijd te fluiten. Bovendien kan het je helpen bij het leren voor je scheidsrechters-examen.

NIEUW DIT JAAR is dat er nu ook een boekje met **Tips & Advies voor fluiten** beschikbaar is. Dat gaat veel minder over de spelregels dan de boekjes voor veld- en zaalhockey. **Goed fluiten in een notendop**, zoals dat boekje heet, gaat vooral over drie dingen: 1. positionering, 2. waarneming en toepassing van regels, en 3. verkoop en acceptatie van beslissingen.

Alle boekjes zijn te vinden op de website van Stichtsche (www.schc.nl). Maar wie meer wil weten kan natuurlijk ook terecht op de website van de hockeybond: www.knhb.nl. Daar vind je [alles over spelregels](#).

Mocht je naar aanleiding van één van deze boekjes vragen hebben of willen reageren, mail dan naar regelneef@schc.nl.

Lijkt het je leuk om opgeleid te worden tot zogeheten Clubscheidsrechter plus (CS+), om bijvoorbeeld de 1^e en 2^e jeugdteams op zaterdag te fluiten of Veteranen A, Heren 2 en Dames 2 op zondag, ook dan kun je het beste mailen naar regelneef@schc.nl

Bas van de Griendt
Bilthoven, 1 september 2020

NIEUW

TIP! Op bijna 50 plaatsen in dit boekje zijn linkjes opgenomen naar filmpjes van de KNHB die **spelsituaties** en vooral **overtredingen** illustreren. Door op zo'n linkje te klikken kom je bij het betreffende **FILMPJE**.

Klik **HIER** voor een totaaloverzicht van alle op YouTube beschikbaar filmpjes van de **KNHB**.

7 + 1 = 8 Nieuwe Regels

Door Corona was het afgelopen jaar maar een heel kort seizoen. Daarom beginnen we deze 5^e editie van het spelregelboekje met een herhaling van de nieuwe regels van vorig jaar plus die van dit jaar. Dat zijn 7 + 1 = **8 nieuwe regels**. En die regels gelden voor alle elftallenwedstrijden, dus voor zowel junioren als senioren wedstrijden. Internationaal topscheidsrechter [Coen van Bunge](#) zet er 7 voor je op een rijtje (klik op foto voor [FILMPJE](#)), waarna een korte toelichting volgt.



1. Wedstrijd in vier kwarten

Sinds vorig seizoen spelen we alle wedstrijden in **vier kwarten van ieder 17½ minuut** in plaats van twee helften van 35 minuten. Daarbij vormen het 1^e en 2^e kwart samen de eerste helft en het 3^e en 4^e kwart de tweede helft.

LET OP! De eerste helft neemt het ene team uit bij aanvang van het 1^e én het 2^e kwart. De tweede helft neemt het andere team uit bij aanvang van het 3^e én het 4^e kwart.

De **pauze** tussen het 1e en 2e kwart en tussen het 3e en 4e kwart bedraagt maximaal 2 minuten. De **rust** halverwege de wedstrijd, tussen het 2e en 3e kwart, bedraagt 5 minuten.

LET OP! Als het noodzakelijk is te sproeien, dan kan de rust halverwege soms wel 10 minuten bedragen. Voor Dames 1 en Heren 1 duurt de rust standaard 10 minuten.

2. Beschermende kleding bij strafcorner

Zoals bekend mogen spelers bij een strafcorner beschermende kleding dragen, bijvoorbeeld een gezichtsbeschermend masker, kniebeschermers, handschoenen en een tok.

Oude regel

De oude regel was dat deze kleding direct na afloop van de strafcorner moest worden verwijderd, in ieder geval vóór dat een verdediger over de 23 meter lijn was. Althans, wanneer dat

gebeurde *in the flow of the game*. Een verdediger mocht er in ieder geval geen vrije slag mee nemen. Dan moest eerst alles af of uit.

Nieuwe regel

Sinds vorig jaar is het een verdediger wél toegestaan een vrije slag te nemen of uit te slaan met bijvoorbeeld het masker nog op, maar ...

LET OP! Met beschermende kleding aan mag een verdediger **géén selfpass** geven! Dat is een overtreding. Doet de verdediger dit in de cirkel dan is het een strafcorner. Doet de verdediger dit buiten de cirkel dan is het een vrije slag voor de aanval.

3. Geen vliegende keep

Sinds vorig jaar speel je óf met 10 veldspelers en een volledig uitgeruste keeper óf met 11 veldspelers. Als ervoor wordt gekozen te spelen met 11 veldspelers, dan is er niemand die de rechten heeft van een keeper. Er is dan dus ook niemand die binnen de cirkel de bal met het lichaam mag spelen. Kortom, **een vliegende keep bestaat niet meer!**

LET OP! Als een team met 11 veldspelers speelt, dan is een **keeper terugwisselen**

- bij een strafcorner níét toegestaan,
- maar bij een strafbal wél.

BELANGRIJK. Bij een strafcorner mogen spelers alleen de gebruikelijke beschermende kleding dragen: een masker, kniebeschermers, handschoenen en een tok. Een keepershelm en/of -handschoenen zijn niet toegestaan, ook niet bij een strafbal.

LET OP! In geval een veldspeler een strafbal verdedigt, dan mag deze alleen zijn stick gebruiken om een redding te maken. Wordt de bal met de voet of de hand gestopt, dan is dat een opzettelijke overtreding. Dat betekent opnieuw een strafbal én een gele kaart (5 minuten).

4. De uitspeelcorner

Je kent de situatie vast wel: er wordt een strafcorner gegeven en vervolgens zit de tijd er op voor een helft (of nu dus een kwart) of de wedstrijd. Dan krijg je een zogeheten **uitspeelcorner**. Daarvoor gelden speciale regels. Want wanneer is het kwart, de eerste helft of de wedstrijd dan voorbij?

Oude regels

Tot vorig jaar was het zo dat een uitspeelcorner voorbij was als de bal óf voor de tweede keer buiten de cirkel kwam óf meer dan 5 meter buiten de cirkel kwam. Dat was het einde helft of einde wedstrijd.

Nieuwe regels

Sinds vorig jaar geldt dat de strafcorner (en de daarbij geldende regels) voorbij is (zijn) als de bal meer dan **5 meter buiten de cirkel** is. Dat is net als tijdens de wedstrijd.

LET OP! Als de aanvallende partij een overtreding maakt tijdens een uitspeelcorner (bijvoorbeeld shoot), dan is deze ook voorbij. Maakt niet een aanvaller, maar een verdediger shoot, dan betekent dat een nieuwe (uitspeel)corner. Gebeurt dat opzettelijk, dan is dat natuurlijk een strafbal.

Met deze regel worden de regels voor een uitspeelcorner gelijk getrokken met de regels voor een strafcornersituatie gedurende de rest van de wedstrijd.

5. Te vroeg inlopen aanval bij strafcorner

Wanneer bij een strafcorner een aanvaller te vroeg inloopt (**FILMPJE**), dus vóór dat de bal is aangegeven, dan wordt de aangever bestraft voor deze overtreding. De aangever moet dan naar de middenlijn. Hij of zij wordt dan vervangen door een nieuwe aangever.

6. Vrije slag verdediging in de cirkel

Een vrije slag voor de verdediging voor een overtreding in de cirkel mag **overal in de cirkel** worden genomen. Tot vorig jaar mocht dit alleen op de loodlijn ter hoogte van de overtreding tussen achterlijn en 'kop cirkel'. Dat laatste mag nog wel, maar hoeft niet meer.

LET OP! Wanneer het **uitslaan voor de verdediging** is, omdat de bal via de aanval over de achterlijn gaat, dan moet de bal nog steeds op de loodlijn worden genomen waar de bal over de achterlijn ging en niet verder van de achterlijn dan 'kop cirkel'.

7. Aanvallende vrije slag bij de cirkel

Bij een aanvallende vrije slag **binnen 5 meter van de cirkel** is het de verdedigers, die binnen de cirkel en binnen 5 meter afstand staan, toegestaan om met de aanvaller (die een *selfpass* neemt) mee te bewegen, mits de vrije slag **direct genomen** wordt. Deze verdedigers mogen niet de bal spelen of een poging doen om de bal te spelen, voordat de bal minimaal 5 meter is verplaatst.

LET OP! Als een vrije slag **niet direct genomen** wordt, dan moeten alle spelers (aanvallers én verdedigers) **allemaal afstand** nemen (5 meter, óók binnen de cirkel).

LET OP! Praktisch gezien betekent dat dus dat zowel aanval als verdediging 5 meter afstand nemen, ook in de cirkel.

Enige uitzondering is als de vrije slag direct genomen wordt door middel van een *selfpass*. De verdediger heeft dan geen tijd om op 5 meter te gaan staan en mag dan de aanvaller schaduwen binnen de cirkel, zoals dat nu ook al is toegestaan. Maar de verdediger mag niet ingrijpen of het spel beïnvloeden. Gebeurt dat wel, dan betekent dat strafcorner.

8. Tijdstraf bij groene kaart voor de bank

Sinds een aantal seizoenen geldt bij een groene kaart voor spelers een tijdstraf van 2 minuten.

NIEUW! Vanaf dit seizoen geldt dit ook voor een teambegeleider die groen krijgt, bijvoorbeeld een coach, trainer en/of manager op de bank. Een 'gratis kaart voor de bank' bestaat dus niet meer.

Een teambegeleider die een groene kaart krijgt mag voortaan gedurende **2 minuten niet coachen**. Hij of zij moet de bank verlaten en achter het hek plaatsnemen. En het bestrafte team speelt 2 minuten lang met **één speler minder**.



1. Hoog is geen regel

Nog altijd hoor je fanatieke supporters, die op zaterdag en zondag langs de lijn staan, 'Hóóg!' roepen, wanneer een bal per ongeluk hoog wordt geslagen en er geen sprake is van gevaar. Dat is geen overtreding! Maar wanneer is het dat wel?

Scheidsrechters beoordelen hoge ballen op twee dingen: opzet en gevaar. Volgens de spelregels van de KNHB namelijk mag je de bal niet opzettelijk omhoog slaan, behalve bij een schot op doel.

Met een *flick* of *scoop* mag je de bal overigens wel omhoog spelen (**FILMPJE**). Maar ook hiervoor geldt: mits dat geen gevaar oplevert. Pas als dat het geval is wordt een hoge bal afgefloten, maar niet omdat hij hoog is.

Hoge backhand

LET OP! Ook een omhoog geslagen **backhand** wordt beoordeeld op opzet en gevaar.

Even is de regel geweest dat elke backhandslag die van de grond en boven kniehoogte kwam moest worden afgefloten, tenzij het een schot op goal was. Maar dat is dus niet meer zo.

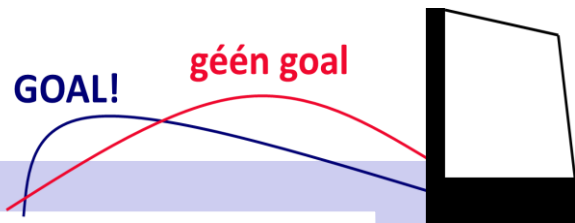
LET OP! Dat geldt dus ook voor een hoge backhand die vanuit de cirkel wordt uitverdedigd. Pas als dat roekeloos of op gevaarlijke wijze gebeurt betekent dat een strafcorner.

Nogmaals: **opzet en gevaar zijn het criterium.**

Strafcorner

Eigenlijk de enige situatie waarvoor regels gelden voor 'hoog' is bij een strafcorner.

Als het eerste schot op doel een slag is, dan mag de bal **bij het passeren van de doellijn** niet hoger zijn dan de plank. Daarvoor mag hij dus wel boven de plank komen, mits dat geen gevaar oplevert. Denk bijvoorbeeld aan het bekende boogballetje, ook wel **bananenschot** genoemd. Voor de tweede en alle daarop volgende slagen gelden geen beperkingen voor de hoogte, mits zij niet gevaarlijk zijn. Hetzelfde geldt voor een *push*, *flick* of *scoop*. Die mogen altijd hoog, mits niet gevaarlijk.



LET OP! Als bij een strafcorner de bal meer dan 5 meter buiten de cirkel komt vóór dat het eerste schot op goal is geweest, dan mag ook het eerste schot op goal hoog (mits niet gevaarlijk). Dat is omdat de regels van de strafcorner voorbij zijn zodra de bal meer dan 5 meter buiten de cirkel komt.

Bijzondere spelsituaties

Bij drie bijzondere spelsituaties staan we even stil als het gaat om 'hoog', omdat ze vaak tot veel verwarring leiden.

Strafcorner. Wanneer bij een strafcorner **de uitlopende verdediger wordt geraakt** door de bal die wordt gepusht bij het eerste schot hoog op goal, dan zijn er twee mogelijkheden:

1. De bal raakt de uitloper onder de knie, dan is het *shoot* en betekent dat opnieuw een strafcorner.
2. De bal raakt de uitloper boven de knie, dan is het gevaarlijk spel en dat betekent uitslaan voor de verdediging.

Voorwaarde is echter wel dat de verdediger zich binnen 5 meter van de bal bevindt én dat deze probeert de bal te spelen.

Hoog terug van de keeper. Bij een schot op goal, waarbij de bal hoog terugkomt van de keeper, wordt de bal uitsluitend beoordeeld op gevaarlijk spel.

LET OP! Een bal die hoog terugkomt van de keeper en zónder gevaar uit of achter gaat of in een compleet vrije ruimte terecht komt, is dus géén strafcorner.

Hoog niet op goal. Ten slotte de situatie waarbij een aanvaller hoog op goal slaat (of eigenlijk probeert te slaan), maar waarbij de bal óf **hoog voorlangs** gaat of waarbij de bal niet tussen de palen wordt geslagen maar

buiten het doelvlak. Dat is een vrije slag voor de verdediging, omdat het opzettelijk hoog is maar niet op goal. Dat mag niet en is al snel gevaarlijk.

2. Scoop

Zoals in het vorige hoofdstuk beschreven mogen spelers de bal niet opzettelijk hoog spelen, behalve bij een schot op doel. Belangrijke uitzondering daarop is de scoop.

Een scoop is een **hoge push** over vaak grote afstand en meestal **in de vrije ruimte**, waarbij een speler de krul van de stick onder de bal brengt en een 'schepbeweging' maakt (**FILMPJE**).

Gevaar

Een scheidsrechter beoordeelt een scoop op eventueel gevaar en wel op **drie momenten**: 1. bij vertrek, 2. tijdens de vlucht en 3. bij het neerkomen. Daarvan is de situatie bij het neerkomen van de bal vaak het moeilijkste om goed te beoordelen.

Bij vertrek is er sprake van gevaar wanneer een speler een scoop in de richting van een tegenstander speelt die zich binnen een afstand van 5 meter bevindt (**FILMPJE**).

LET OP! Indien echter de tegenstander op de bal of de speler in balbezit inloopt zónder de intentie te hebben om de bal met zijn of haar stick te spelen, dient deze bestraft te worden voor gevaarlijk spel.

Tijdens de vlucht let de scheidsrechter er op of de bal geen gevaar oplevert, bijvoorbeeld omdat deze te laag wordt gespeeld. Is dat het geval, dan dient de bal direct te worden afgefloten. De tegenstander krijgt dan een vrije slag op de plek van vertrek.

LET OP! Een scoop die door hengelen uit de lucht kan worden geplukt en gestopt boven de schouder is niet gevaarlijk (**FILMPJE**). Dat hengelen zelf echter kan wel weer gevaar opleveren.

Bij het neerkomen mogen spelers niet binnen 5 meter komen van een tegenstander die probeert de neerkomende bal aan te nemen.

LET OP! Dat geldt, aldus de spelregels, totdat de bal niet alleen is ontvangen, maar ook onder controle is gebracht en zich op de grond bevindt.

Te vroeg inlopen resulteert in een vrije slag voor de speler die probeert de bal aan te nemen. Deze in **eerste instantie ontvangende speler** heeft immers recht op de bal. Dat kan zowel een verdediger zijn (**FILMPJE**) als een aanvaller (**FILMPJE**).

TIP! Indien niet duidelijk is welke speler de eerste ontvanger is dan geldt dat een speler van het team dat de bal omhoog heeft gespeeld de tegenstander de gelegenheid moet geven om de bal aan te nemen.

BELANGRIJK! Tot slot nog twee dingen die belangrijk zijn bij het neerkomen van de bal:

Als je tijdens de vlucht al constateert dat er bij het neerkomen van de bal **gevaar** ontstaat dan fluit je af. Dat is bijvoorbeeld omdat de bal niet bij de beoogde medespeler terecht komt, maar in een groep van spelers.

En als je zie dat bij het neerkomen spelers dicht bij elkaar staan en je er zeker van bent dat daar een duel om de bal gaat ontstaan, dan fluit je ook af.

Hoog de cirkel in

Met een scoop mag de bal ook hoog de cirkel in, mits niet gevaarlijk. Dat mag in principe ook bij een vrije slag, maar alleen als dat van buiten het 23-metergebied is en mits niet gevaarlijk. Wat bij een vrije slag in het 23-metergebied wel mag, is dat je de bal over de cirkel heen scoopt.

3. Sticks bestaat al lang niet meer

Vroeger mocht je stick niet boven de schouder komen bij het slaan en stoppen van de bal. Dat heette *sticks* en daarvoor werd afgefloten. Maar *sticks* bestaat al lang niet meer. Wat geldt nog wel?

Sinds vorig seizoen mogen spelers overal in het veld de bal op elke hoogte stoppen en slaan. Dus ook boven de schouder en ook binnen de cirkel, mits niet gevaarlijk.

Je mag een hoog gespeelde bal dus gewoon uit de lucht **hengelen** (**FILMPJE**). Dat is geen overtreding meer.

LET OP! Dat geldt zowel voor senioren als voor junioren. Enige uitzondering vormt de jongste jeugd. Daar is sticks niet toegestaan.

Het spelreglement veldhockey (artikel 9.6) zegt hierover het volgende:

"Spelers mogen op een gecontroleerde manier de bal op elke plaats in het veld stoppen, ontvangen, laten afketsen en spelen op elke hoogte inclusief boven schouderhoogte, mits dit niet gevaarlijk is en het niet leidt tot gevaarlijk spel."

LET OP! Bij jonge spelers en bij lagere teams is er eerder sprake van **ongecontroleerd** stoppen en slaan en van **gevaarlijk spel**.

Het is aan de scheidsrechter om dat te beoordelen.

TIP! Als je gevaar ziet aankomen (bijvoorbeeld in een **mêlee van spelers**), schroom dan niet om te fluiten vóór dat een bal in de lucht wordt gestopt of geslagen.

BELANGRIJK! **Wanneer iemand over de bal maait** met een tegenstander in de buurt of in een meele van spelers, dan is dat bijna altijd **gevaarlijk**. Je dient daarvoor direct af te fluiten. Gebeurt dat in de cirkel en slaat een verdediger over de bal dan is dat een strafcorner. Slaat een aanvaller over de bal, dan is het een vrije slag voor de verdediging.

4. Uit, achter en in de cirkel

Wanneer is een bal nou eigenlijk uit of achter? En wanneer is een bal bij een strafcorner of een schot op goal van binnen de cirkel geslagen? Moet de bal dan helemaal over de lijn zijn? In dit vierde hoofdstuk staan we daarbij stil.

Waarschijnlijk heb je het nooit nagemeten, maar alle lijnen van een hockeyveld zijn 75 mm breed. Dat is vrijwel net zo dik als de bal. Maar belangrijker nog dan dat is dat alle lijnen deel uitmaken van het speelveld.

LET OP! Dat betekent dat zo lang een bal niet helemaal (!) over de lijn is, hij niet uit of achter is en er ook géén sprake is van een doelpunt.

Uit en achter

De bal is **buiten het veld** als die helemaal (!) over zijlijn (**uit**) of over de achterlijn (**achter**) gaat.

Inslaan. Raakt jouw tegenstander de bal voor het laatst aan bij de **zijlijn**? Dan mag jij **inslaan** door de bal te nemen op de plek waar die over de zijlijn ging (**FILMPJE**).

Lange corner. Raakt de keeper of een verdediger de bal voor het laatst aan bij de **achterlijn** en gebeurt dat niet opzettelijk? Dan mag de aanvallende partij een **lange corner** nemen (**FILMPJE**).

LET OP! Een lange corner wordt genomen **op de 23-meterlijn** recht tegenover de plek waar de bal over de achterlijn is gegaan en dus niet op de zijlijn op 5 meter vanaf de hoekvlag, zoals vroeger.

Strafcorner. Speelt een keeper of een verdediger echter opzettelijk over de achterlijn (**FILMPJE**) dan betekent dat een **strafcorner**.

LET OP! Keepers mogen de bal van hun stick, hun klompen én hun legguards in iedere gewenste richting laten **afkaatsen**, ook over de achterlijn (**FILMPJE**). Pas wanneer zij de bal opzettelijk over de achterlijn **slaan of schoppen** is er sprake van een strafcorner (**FILMPJE**).

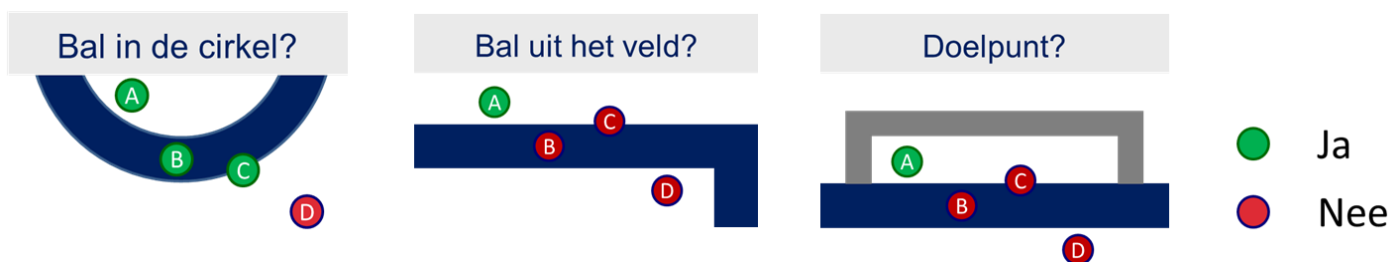
In de cirkel

Tot slot speciale aandacht voor wanneer een bal **in de cirkel** is. Dat is belangrijk bij een strafcorner en voor of een doelpunt telt.

Volgens de spelregels is een bal pas buiten de cirkel als hij helemaal over de lijn is. Dat betekent andersom dat hij 'in de cirkel' is, zodra hij de cirkelrand raakt!

Dat betekent dus dat een bal niet over de cirkellijn hoeft te zijn wil je kunnen scoren. Op of tegen de lijn geldt ook als 'in de cirkel'.

LET OP! Van een **doelpunt** is vervolgens pas sprake als de bal niet alleen van binnen de cirkel is geslagen (of door een aanvaller in de cirkel is aangeraakt), maar pas wanneer de bal helemaal (!) over de doellijn is.



5. Strafcorner en strafbal, wanneer geef je wat?

Strafcorners en strafballen zijn veel besproken onderwerpen als gaat het om de hockeyregels. Wanneer geeft een scheidsrechter wat?

Voor het geven van een strafcoring en een strafbal zijn in principe **drie dingen belangrijk**:

- maakt een verdediger een overtreding binnen of buiten de cirkel;
- gebeurt dat met opzet;
- wordt daarmee een doelpunt voorkomen.

Strafcoring

Binnen de cirkel geef je een strafcoring voor een niet-opzettelijke overtreding van een verdediger (bijvoorbeeld *shoot*), zónder dat daarbij een doelpunt wordt voorkomen.

LET OP! Je geeft bovendien een strafcoring voor iedere opzettelijke overtreding van een verdediger in de cirkel tegen een aanvaller die niet in balbezit is.

Buiten de cirkel maar binnen het 23-metergebied, geef je een strafcoring voor een opzettelijke overtreding van een verdediger, bijvoorbeeld duwen (**FILMPJE**). Bovendien geef je een strafcoring wanneer een doelverdediger of veldspeler de bal opzettelijk over de achterlijn speelt (**FILMPJE**) en wanneer de bal in de cirkel komt vast te zitten in kleding of uitrusting van de keeper.

Strafbal

Voor het maken van een overtreding van een verdediger in de cirkel, waardoor een doelpunt voorkomen wordt (**FILMPJE**), geef je een strafbal.

LET OP! Belangrijk daarbij is ook de positie van de keeper.

Als een verdediger weliswaar *shoot* maakt voor de lijn bij een schot op goal, maar achter de verdediger staat nog een keeper, dan is dat geen strafbal, maar een strafcoring.

En een opzettelijke overtreding in de cirkel tegen een aanvaller in balbezit betekent eveneens een strafbal (bijvoorbeeld duwen – **FILMPJE**), ook als deze niet in scoringspositie is (bijvoorbeeld hakken – **FILMPJE**).

Strafcoring of strafbal?

Wat uit het voorgaande blijkt is dat je als scheidsrechter dus altijd let op de **intentie** waarmee een overtreding wordt begaan en de **impact** die dat heeft. Afhankelijk daarvan geef je een strafcoring of strafbal voor een overtreding van een verdediger in de cirkel.

TIP! Belangrijke **vuistregel** die je daarbij kunt hanteren is het principe van strafverzwaring. Dat werkt als volgt:

Een overtreding van de verdediging buiten de cirkel die aanleiding is tot het geven van een strafbal in plaats van een vrije slag, diezelfde overtreding binnen de cirkel is vermoedelijk reden om een strafbal en niet een strafcoring te geven. En als je die geeft, leg het dan ook zo uit.

Bijzondere situaties

Dan nog een paar bijzondere situaties. In hoofdstuk 3 gaven we al aan dat verdedigers, bij een schot op doel, de bal met hun stick niet alleen op elke gewenste hoogte mogen stoppen (**FILMPJE**) maar voortaan ook slaan. Dat is dus **geen sticks!**

LET OP! Het is dus ook niet langer per definitie een strafbal als een verdediger naar de bal slaat en daarmee een doelpunt voorkomt.

Als dat namelijk geen gevaar oplevert, dan kun je gewoon doorspelen. Is er wel sprake van gevaarlijk spel, dan hoeft ook dat nog niet een strafbal te betekenen, maar kan het ook een strafcoring zijn.

6. Uitvoering strafcorner

In het vorige hoofdstuk hebben we aangegeven wanneer je een strafcorner dan wel een strafbal geeft. Maar hoe moet vervolgens een strafcorner worden uitgevoerd en wanneer is een strafcorner voorbij?

Uitvoering strafcorner

Voor het nemen van een strafcorner gelden heel duidelijke regels ([FILMPJE](#)). Denk bijvoorbeeld aan de plaats waar je de strafcorner moet nemen. Verder geldt dat er viij verdedigers inclusief de keeper achter de (doel)lijn moeten staan en de rest achter de middellijn. Maar behalve de verdedigers, moeten ook alle aanvallers buiten de cirkel staan.

LET OP! Allemaal behalve één, namelijk de aanvaller die de strafcorner neemt. Hij of zij móét met minstens één voet buiten het veld op de grond staan. Maar die andere voet mag dus wel in de cirkel ([FILMPJE](#)).

Maar er zijn nog een paar dingen waarop je moet letten:

Te vroeg uitlopen

Totdat de strafcorner is genomen, mag geen enkele speler in de cirkel komen, zowel verdedigers als aanvallers niet. Uitzondering is de aanvaller die de corner neemt, al moet die wel met één voet buiten het veld staan.

Loopt een **verdediger te vroeg** uit, dan moet de strafcorner opnieuw worden genomen en wordt een verdediger naar achter de middenlijn gestuurd ([FILMPJE](#)). En dat geldt ook als de **keeper te vroeg** uitloopt. Dan moet een verdediger plaatsnemen achter de middenlijn ([FILMPJE](#)).

Als een **aanvaller te vroeg** inloopt dan moet niet deze aanvaller maar de angever achter de middenlijn plaatsnemen. Vervolgens moet de strafcorner door een andere aanvaller worden aangegeven ([FILMPJE](#)).

Misverstand

Dan aandacht voor het schot op goal. Een veel gehoord misverstand is dat je pas op goal mag slaan of pushen als de bal buiten de cirkel is geweest. Maar dat is niet juist!

BELANGRIJK! De regel is dat "er kan niet gescoord worden voor dat de bal buiten de cirkel is geweest". Dat betekent dus dat er in principe gewoon wordt doorgespeeld, maar dat een eventueel doelpunt dan niet telt, tenzij de bal alsnog buiten de cirkel is geweest.

Schot op goal

Als het eerste schot op goal een slag is, mag de bal niet hoger dan **plankhoogte** zijn bij het passeren van de doellijn ([FILMPJE](#)).

LET OP! Daarvoor mag de bal dus wel hoog zijn, mits niet gevaarlijk. Denk aan een zogenaamd **bananenschot**. Voor de tweede en alle verdere slagen op doel gelden geen beperkingen aan de hoogte, mits niet gevaarlijk. Hetzelfde geldt voor een *push*, *flick* of *scoop*. Die mogen van het begin af aan hoog. Maar ook hier geldt: mits niet gevaarlijk.



Voorbij

Tot slot nog iets over wanneer een strafcorner voorbij is. Dat is van belang als het gaat om mogen wisselen en in verband met het einde van een kwart of de wedstrijd.

Natuurlijk is een strafcorner voorbij als er wordt gescoord. Maar dat geldt ook als de bal over de achterlijn gaat en er geen nieuwe strafcorner wordt toegekend én als de verdediging een vrije slag krijgt of er een bully wordt gegeven.

LET OP! Wordt de bal door de verdediging buiten de cirkel gespeeld, dan is de strafcorner pas voorbij als de bal 5 meter buiten de cirkel is geweest. Sinds vorig seizoen geldt dat zowel voor een gewone strafcorner als voor een **uitspeelcorner** aan het einde van een kwart of de wedstrijd.

Spelhervatting

Als bij een strafcorner de verdediging een vrije slag krijgt toegewezen, bijvoorbeeld omdat een aanvaller shoot maakt of over de bal maait, dan mag een verdediger een vrije slag nemen met de beschermende kleding nog aan. Je hoeft bijvoorbeeld je masker dus niet eerst af te doen.

BELANGRIJK! Met beschermende kleding aan mag een verdediger **géén selfpass** geven! Dat is een overtreding. Doet de verdediger dit in de cirkel, dan is het een strafcorner. Buiten de cirkel betekent dat een vrije slag voor de aanval.

LET OP! Een verdediger die eerst een klein tikje geeft en dan een pass, dat mag wel. Dat is geen selfpass.

Met masker op doorspelen

BELANGRIJK! Wanneer een verdediger, met **masker op en/of handschoenen nog aan**, de bal in de stick van een aanvaller speelt, dan moet hij/zij zich eerst van de beschermende kleding ontdoen alvorens verder te mogen spelen.

Doet een verdediger dat niet en probeert deze de aanvaller te verdedigen, dan is dat een **opzettelijke overtreding**. Dat betekent:

- **strafbal** wanneer dat in de cirkel gebeurt;
- **strafcorner** wanneer dat buiten de cirkel gebeurt.

Over de 23 meterlijn

Een verdediger die met beschermende kleding nog aan over de 23 meterlijn gaat, maakt een overtreding. Dat is een vrije slag voor de aanval op de 23 meterlijn, vergelijkbaar met een lange corner.

7. Uitvoering strafbal

In hoofdstuk 5 hebben we aangegeven wanneer je een strafbal geeft. In dit hoofdstuk vertellen we hoe die moet worden genomen.

Bij het nemen van een strafbal wordt de **tijd stilgezet**. **LET OP!** Eigenlijk gebeurt dat al op het moment dat een strafbal wordt gegeven. De tijd gaat pas weer lopen als de strafbal voorbij is.

Vorbereiding. Tijdens het nemen van de strafbal moeten alle spelers zich buiten het 23-metergebied bevinden, met uitzondering van de aanvaller die de strafbal neemt en de keeper van de verdedigende partij.

De speler die de strafbal neemt stelt zich op achter de bal en de keeper staat met beide voeten op de doellijn. Wanneer beide klaar staan geeft de scheidsrechter een fluitsignaal (**FILMPJE**).

BELANGRIJK! Bij een strafbal staat één scheidsrechter op de achterlijn. Deze houdt de keeper en de doellijn in de gaten. De andere scheidsrechter (wiens cirkel het is) staat schuin achter de speler die de strafbal neemt. Zo kan hij speler en keeper én zijn collega scheidsrechter goed zien (**FILMPJE**).

Nemen. De **aanvaller** mag de bal niet spelen vóór dat het fluitsignaal is gegeven. De **keeper** mag niet van de doellijn komen of één van beide voeten verplaatsen voordat de bal is genomen.

De aanvaller mag niet doen alsof hij de bal speelt (schijnbeweging). Hij mag de bal op iedere hoogte spelen met een *push*, *flick* of *scoop*, maar niet slaan en niet slepen ofwel *dragging* (**FILMPJE**).

Einde strafbal. Een strafbal is voorbij als een doelpunt is gemaakt, wordt gestopt door de keeper, naast of over gaat. Daarna wordt het spel hervat door uitnemen in het midden of met een vrije slag van de verdediging (uitslaan).

Overtredingen bij strafballen

Zonder dat je je het misschien realiseert kunnen er bij strafballen ook de nodige overtredingen worden gemaakt. Wat gebeurt er dan in de meest voorkomende gevallen?

Te vroeg genomen. De strafbal wordt genomen voor dat het fluitsignaal gaat. Als er wordt gescoord moet de strafbal over. Wordt er niet gescoord, dan is het een vrije slag (uitslaan) voor de verdediging.

Te vroeg bewegen. Als de keeper één van zijn voeten beweegt voordat de bal is gespeeld (**FILMPJE**), dan moet de strafbal worden overgenomen. Tenzij er is gescoord, want dan telt het doelpunt (voordeel).

LET OP! De tijd gaat pas weer lopen als het spel wordt hervat nadat de strafbal voorbij is. Dat betekent dat niet alleen in het midden uitnemen (wanneer er is gescoord), maar ook een vrije slag van de verdediging (uitslaan) met een **fluitsignaal** gepaard gaat.

BELANGRIJK! Sinds vorig seizoen geldt dat je speelt met óf 10 veldspelers en een volledig uitgeruste keeper óf 11 veldspelers. In het laatste geval heb je bij een strafbal twee opties: 1. je mag je **keeper terugwisselen**, maar 2. je kunt ook kiezen voor een **veldspeler die de strafbal verdedigt**.

LET OP! Wanneer een veldspeler een strafbal verdedigt mag deze geen keepershelm en/of -handschoenen dragen. Je mag alleen gebruik maken van je stick om de bal tegen te houden.

Stopt een veldspeler de bal niet met de stick, maar met een voet of hand, dan is dat een **opzettelijke overtreding**. Dat betekent een gele kaart voor de betreffende speler (5 minuten) en opnieuw een strafbal.

8. Vrije slag

Strafcorners en strafballen zijn bijzondere straffen. Maar veruit de meest gegeven straf is een 'gewone' vrije slag. Welke regels gelden daarbij?

Als de tegenstander een overtreding maakt (bijvoorbeeld *shoot*), mag jij of jouw team een **vrije slag** nemen. Maar het kan ook zijn dat je een **strafcorner** of zelfs een **strafbal** krijgt. Dat hangt o.a. af van waar de overtreding plaatsvindt en of het met opzet gebeurt.

Opzettelijke overtreding. Zo is een opzettelijke overtreding van een verdediger buiten de cirkel maar binnen het 23-metergebied geen vrije slag maar een **strafcorner**. En een opzettelijke overtreding in de cirkel tegen een aanvallers met de bal is een **strafbal** in plaats van strafcorner, ongeacht of deze een doelpoging doet of niet.

Opzet leidt dus tot **strafverzwaring**. Dat hoeft niet een spelstraf te zijn, maar kan ook een persoonlijke straf ofwel een kaart betekenen.

Voordeel

BELANGRIJK! Er wordt alleen een straf opgelegd wanneer een speler of team nadeel ondervindt van een overtreding van de tegenstander.

Dus als het opleggen van een straf niet in het voordeel is van het team waartegen de overtreding is begaan (bijvoorbeeld omdat je kunt scoren), dan moet er worden doorgespeeld. We spreken dan van **voordeel**. Dat geldt dus ook bij een eventuele strafcorner of strafbal.

Uitvoering vrije slag

Over de uitvoering van strafcorners en strafballen hebben we in hoofdstuk 6 en 7 gesproken. Daarom nu de regels bij het nemen van vrije slagen.

Een **vrije slag**, aldus het hockeyreglement, wordt genomen op of nabij de plaats waar de overtreding plaatsvond.

Nabij betekent **binnen speelafstand** van de plaats van de overtreding en zonder daar een aanzienlijk voordeel uit te krijgen. Daarbij hoeft de bal **niet persé stil** te liggen.

Waar het om gaat is dat je de bal **onder controle** brengt voor je hem neemt (**FILMPJE**).

LET OP! Binnen het 23-metergebied wordt daar strenger op gelet dan daar buiten. Althans, wanneer de **aanval** een vrije slag krijgt. Gebeurt dat niet op de juiste plaats, dan kan een scheidsrechter besluiten dat de vrije slag moet worden overgenomen. Hij kan echter ook besluiten het spel 'om te leggen'. Dat betekent een vrije slag voor de verdediging.

Vrije slag bij de cirkel

Een vrije slag voor de **verdediging** binnen 15 meter van de achterlijn mag, evenwijdig met de zijlijn, worden verplaatst tot maximaal 15 meter van de achterlijn (ter hoogte van de **kop cirkel**), recht tegenover de plaats van de overtreding. **LET OP!** Mág, maar hoeft niet.

Een vrije slag voor de **aanval** binnen 5 meter van de cirkel wordt genomen op de plek van overtreding.

BELANGRIJK! De bal mag niet de cirkel in gespeeld worden voordat de bal 5 meter heeft gerold aan de stick (**FILMPJE**) of is aangeraakt door een speler van de verdedigende partij of een medespeler die op afstand staat. Gebeurt dat toch (**FILMPJE**), dan is dat een vrije slag voor de verdediging.

Afstand

Een vrije slag mag, zoals bekend, een speler zelf nemen (**selfpass**). Je hoeft de bal dus niet eerst naar een medespeler te spelen. Je mag ook meteen zelf gaan lopen met de bal (**FILMPJE**). Tegenstanders mogen daarbij niet hinderen. Zij moeten tijdig en voldoende **afstand** nemen.

- Bij een **'gewone' vrije slag** tussen de 23-meterlijnen moeten spelers van de tegenpartij steeds afstand nemen: 5 meter.
- Bij een **'gewone' vrije slag** binnen het 23-metergebied, maar niet binnen 5 meter van de cirkel, moeten alle spelers (verdedigers én aanvallers) afstand nemen: 5 meter.

LET OP! Indien een tegenstander binnen 5 meter van de bal is, mag hij/zij het nemen van de vrije slag niet beïnvloeden en de bal niet spelen of pogen te spelen. Gebeurt dat wel (**FILMPJE**), dan wordt een **zwaardere straf** opgelegd.

Tussen de 23-meterlijnen betekent dat een **waarschuwing** of een **kaart**.

LET OP! De bal 10 meter naar voren leggen bestaat al lang niet meer. Een scheidsrechter die een extra straf wil opleggen geeft een **groene kaart**. En dat betekent automatisch een tjdstraf van **2 minuten** (zie hoofdstuk 10).

In het 23-metergebied kan een **strafcorner** worden gegeven. Bovendien kun je aanvullend ook een persoonlijke straf krijgen. Een **kaart** dus, waarover meer in hoofdstuk 10.

Bijzondere spelsituatie

Voor afstand bij een **vrije slag voor de aanval binnen 5 meter van de cirkel** gelden speciale regels. Met uitzondering van degene die de bal neemt moeten in principe alle spelers op minimaal 5 meter afstand gaan staan.

Uitzondering vormen **verdedigers die binnen de cirkel en binnen 5 meter afstand staan**. Hen is toegestaan om met de aanvaller (die een *selfpass* neemt) mee te bewegen.

LET OP! Voorwaarde is echter dat de vrije slag **direct genomen** wordt. De verdediger heeft dan geen tijd om op 5 meter te gaan staan.

De verdediger mag dan de aanvaller **volgen binnen de cirkel** of **schaduwen** (**FILMPJE**). Hij of zij mag echter niet proberen de bal te spelen en het spel te beïnvloeden voor dat de bal minimaal 5 meter is verplaatst. Doet een verdediger dat wel, dan is dat een opzettelijke overtreding en dat betekent een strafcorner!

LET OP! Als een vrije slag **niet direct genomen** wordt, dan moeten alle spelers (aanvallers én verdedigers) **allemaal afstand** nemen. Dus allemaal 5 meter, óók binnen de cirkel (**FILMPJE**).

Hoog en de cirkel in

Tot slot nog even iets over hoe een vrije slag mag worden genomen. Dat is met een slag, *push*, *flick* of *scoop*.

De bal mag niet opzettelijk hoog worden geslagen, maar met een *push*, *flick* of *scoop* wel opzettelijk hoog worden gespeeld.

De bal mag ook **hoog de cirkel in**, maar alleen als dat van buiten het 23-metergebied is en mits niet gevaarlijk (**FILMPJE**)!

LET OP! Binnen het 23-metergebied mag een aanvaller de bal wel **hoog over de cirkel** heen spelen, zodat deze buiten de cirkel op de grond komt (**FILMPJE**). Voorwaarde is dat hierdoor geen gevaarlijk spel ontstaat en dat de bal in of boven de cirkel niet op onreglementaire wijze door een andere speler gespeeld kan worden.

Bijzondere spelhervatting: bully

Als laatste een bijzondere, maar regelmatig voorkomende spelhervatting: de **bully** (**FILMPJE**).

Wanneer? Een bully wordt meestal gegeven wanneer de wedstrijd is onderbroken, bijvoorbeeld vanwege een blessure, en waarbij er géén spelstraf (bijvoorbeeld een vrije slag) is opgelegd.

Waar? Een bully wordt genomen op of nabij de plaats waar de bal was toen het spel werd onderbroken. **LET OP!** Maar niet binnen 15 meter van de achterlijn en niet binnen 5 meter van de cirkel.

Hoe? Bij het nemen van een bully ligt de bal tussen twee spelers in, één van elk team. Zij staan met hun gezicht naar elkaar toe, ieder met het doel dat hij of zij verdedigt aan de rechter zijde. **LET OP!** Alle andere spelers staan op minimaal 5 meter afstand van de bal.

De twee spelers beginnen de bully met hun stick op de grond rechts van de bal. Ze tikken dan éénmaal boven de bal met de platte kant van hun stick tegen de stick van de tegenstander. Daarna mogen ze de bal spelen.

Dit **FILMPJE** laat het allemaal nog eens zien.

LET OP! Als het spel met een bully wordt hervat, nadat de tijd heeft stilgestaan, dan mogen spelers pas met de bully beginnen nadat de scheidsrechter heeft gefloten (signaal 'tijd starten' - hoofdstuk 11). Dat is bijvoorbeeld het geval bij een blessure-behandeling.

9. Afhouden

Spelers mogen een tegenstander die probeert de bal te spelen niet blokkeren of het pad naar de bal versperren. Dat is afhouden. Dat is echter makkelijker gezegd dan gezien. Waar moet je als scheidsrechter op letten?

In de basis zijn de regels voor afhouden heel simpel. Meestal namelijk houden spelers af wanneer zij:

- hun lichaam gebruiken om zich daarmee ruimte te verschaffen;
- met hun lichaam of stick het lichaam of de stick van een tegenstander hinderen.

Bij afhouden wordt het de tegenstander dus onmogelijk gemaakt de bal te spelen of hij of zij wordt bij het (willen) spelen van de bal **gehinderd door lichaam (FILMPJE) of stick (FILMPJE)**.

Typisch **afhouden van de keeper** is wanneer de bal over de achterlijn gaat, de keeper de bal 'begeleidt' en zo een aanvaller hindert bij de bal te komen (**FILMPJE**).

LET OP! Een veel gemaakte fout van met name **buitenspelers** is als zij de bal met één hand aan de stick meenemen en daarbij hun lichaam tussen de bal en de verdediger indraaien (**FILMPJE**). Ook dat is afhouden!

Indirect afhouden

En er is nog een manier van afhouden. Dat is als een speler voor een tegenstander langs loopt of hem blokkeert en hem daardoor belemmert om de bal te (gaan) spelen (**FILMPJE**). Dat is **indirect afhouden**, vaak ook **shadow** genoemd.

BELANGRIJK! Een speler wordt pas gehinderd door (indirect) afhouden als deze moeite doet om de bal te spelen (**willingness to play**). Dat is o.a. het geval als hij of zij zich binnen speelafstand bevindt of zich met lichaam en stick richting de bal beweegt met de intentie deze te spelen.

LET OP! Een speler die afhouden claimt door bijvoorbeeld demonstratief zijn of haar stick over een tegenstander te tillen (**FILMPJE**) doet dus geen poging de bal te spelen. Dat is dus geen afhouden en kan bovendien gevaarlijk zijn.

10. Kaarten

Als je een overtreding maakt, kun je als straf een vrije slag, strafcorner of strafbal krijgen. Maar behalve een dergelijke spelstraf kun je ook een persoonlijke straf krijgen, bijvoorbeeld een groene, gele of rode kaart. Maar wanneer krijg je welke kaart en wat is dan de straf?

Vermaning

Bij elke overtreding kan een speler die de overtreding begaat worden **vermaand** door de scheidsrechter. Zo nodig zet de scheidsrechter de tijd stil voor een **'goed gesprek'**. Dat betekent dat een speler wordt aangesproken door de scheidsrechter, bijvoorbeeld vanwege ruw spel of commentaar op de arbitrage. Je krijgt dan geen kaart.

TIP! Als scheidsrechter kun je ook de aanvoerder(s) aanspreken op het gedrag van zijn/haar of hun team(s).

Groen

Je kunt ook een **officiële waarschuwing** krijgen. Dan krijg je een groene kaart. Daarmee geven scheidsrechters een duidelijk signaal om ongewenst gedrag te beëindigen.

LET OP! Een groene kaart betekent ook een **tijdstraf** van **2 minuten**.

BELANGRIJK! Het signaal dat een scheidsrechter afgeeft met een groene kaart geldt niet alleen voor de speler die de kaart krijgt, maar ook voor alle andere spelers én voor teambegeleiders. Door een kaart te geven proberen scheidsrechters een wedstrijd in goede banen te leiden.

Krijgt een speler voor de tweede keer groen, dan betekent dat automatisch geel.

Geel

Behalve dat een scheidsrechter je waarschuwt, kan het ook zijn dat hij je tijdelijk het veld uit stuurt, bijvoorbeeld vanwege een **zware of opzettelijke overtreding**.

Een andere reden kan **spelbederf** of **onsportief gedrag** zijn en natuurlijk aanhoudend commentaar op de scheidsrechter. Je krijgt dan een gele kaart. Dat betekent dat je **meestal 5 maar soms ook 10 minuten** moet plaatsnemen op de bank.

LET OP! Gedurende de straftijd speelt jouw team met een speler minder. De scheidsrechter geeft aan hoe lang een straf duurt en wanneer deze voorbij is.

De straftijd voor een gele kaart is in principe 5 minuten. Alleen voor **fysische overtredingen**, op het lichaam gericht, is de straf **10 minuten**. Denk aan slidings en het neerhalen van spelers.

Rood

Krijg je rood, dan mag je de rest van de wedstrijd **niet meer meedoen**. Meestal is dat het geval wanneer je voor een **tweede keer geel** krijgt. Je moet het namelijk wel erg bont maken als je direct rood krijgt.

LET OP! Een speler met rood moet het veld verlaten en mag dus niet meer op de bank zitten. Hij of zij moet achter het hek plaatsnemen.

Kaart en tijdstraf teambegeleider

Behalve spelers kunnen ook teambegeleiders een kaart krijgen. Dat gebeurt meestal als zij bewust de **arbitrage beledigen** of **blijven mekkeren**, bijvoorbeeld omdat ze het niet eens zijn met een beslissing van de scheidsrechter.

Net als bij spelers kan ook een begeleider eerst worden vermaand en vervolgens een kaart krijgen. En dat betekent een tijdstraf.

NIEUW

Een **groene kaart** voor een begeleider is niet langer een 'gratis kaart', maar een tijdsraf van **2 minuten**. En een **gele kaart** voor een begeleider is als vanouds standaard **10 minuten**.

BELANGRIJK! Als een teambegeleider een kaart krijgt, moet deze **achter het hek** plaats nemen. Gedurende de tijdsraf mag hij **niet coachen**. Bovendien moet zijn team **met één speler minder spelen**.

LET OP! Een coach die zonder toestemming van de scheidsrechter het veld in loopt, bijvoorbeeld om verhaal te halen bij een speler of bij de scheidsrechter krijgt zonder waarschuwing geel. En dat betekent tien minuten tijdsraf!

BELANGRIJK! Als een coach een kaart krijgt wijst de aanvoerder (en dus niet de coach!) een speler aan die plaats moet nemen op de bank. Gedurende de tijdsraf mag deze speler overigens wel gewoon meewisselen.

Krijgt een coach of één van de andere teambegeleiders **rood**, dan mag deze voor de rest van de wedstrijd geen plaats meer nemen op de bank en bovendien ook geen aanwijzingen meer geven. Het betreffende team speelt dan de rest van de wedstrijd met één speler minder.

Schorsing en boete

Gele en rode kaarten worden door scheidsrechters aangetekend op het wedstrijdformulier. Bij een rode kaart volgt automatisch een **schorsing** plus een **boete**. Dat geldt overigens ook als je in één seizoen voor de derde en de vijfde keer een gele kaart haalt plus alle volgende keren.

LET OP! Wanneer je in een wedstrijd twee keer geel en dus rood hebt gekregen, dan worden **twee gele kaarten** geregistreerd. Krijg je één gele plus een directe rode kaart, dan registreert de scheidsrechter één gele en één rode kaart op het wedstrijdformulier.

Bij de registratie van kaarten op het wedstrijdformulier geeft de scheidsrechter aan of het gaat om **fysieke, verbale of overige overtredingen**.

De **standaard straf** voor een verbale overtreding is één wedstrijd. Voor een verbale overtreding waarbij scheldwoorden dan wel ernstige ziektes worden gebruikt, is dat twee wedstrijden. Voor een fysieke overtreding waar rood voor is gegeven, hanteert de KNHB een minimumstraf van twee wedstrijden.

11. Signalen van scheidsrechters

Als een scheidsrechter fluit, bijvoorbeeld vanwege *shoot*, dan kan hij of zij met een signaal aangeven waarvoor er is gefloten. Belangrijk is dat de signalen duidelijk worden gegeven, zodat niet alleen alle spelers, maar ook de andere scheidsrechter én begeleiders op de bank weten waarvoor er is gefloten.

TIP! Belangrijk als je fluit, is dat signalen voldoende lang worden aangegeven. Daarbij is het handig dat je stilstaat als je een signaal geeft en dat je, bij het aangeven van de speelrichting, je armen niet voor je lichaam langs houdt.

Tijd

Bij de **tijd starten** kijkt de scheidsrechter naar zijn collega met één recht omhoog gestrekte arm. Bij de **tijd stoppen** worden twee armen gekruist bij de polsen recht omhoog gestrekt. Bij nog **twee minuten** spelen steek je beide wijsvingers op met omhoog gestrekte armen. Bij nog **één minuut** spelen is dat er één.

Bal buiten het veld

Gaat de bal buiten het veld **over de zijlijn**, dan geef je de richting aan met één horizontaal gestrekte arm. Gaat de bal **over de achterlijn** en is het een **lange corner**, dan wijs je eerst met één arm naar de hoekvlag en daarna trek je een lijn met je arm tussen de achterlijn en de plaats waar de lange corner moet worden genomen op de 23-meterlijn. Is het **uitslaan**, dan strek je twee armen zijwaarts met je gezicht naar de middenlijn.

BELANGRIJK! Wanneer een scheidsrechter goed gepositioneerd staat geeft deze altijd op dezelfde een vrije slag aan of wie mag inslaan:

- met je **rechterarm** voor de **aanval**
- met je **linkerarm** voor de **verdediging**.

Wil je weten hoe je goed gepositioneerd staat, lees dan **Goed fluiten in een notendop door**, te vinden op de website van [SCHC](#). Dat boekje gaat minder over spelregels, maar vooral over positionering, waarneming en toepassing van regels en verkoop en acceptatie van beslissingen.

Doelpunt

Bij een doelpunt wijst de scheidsrechter met

beide armen horizontaal naar voren gestrekt naar de middenstip.

Overtredingen

Signalen voor overtredingen worden gegeven als er twijfel bestaat over de reden van een genomen beslissing.

- **Gevaarlijk spel**: houd één arm diagonaal voor de borst;
- **Wangedrag** en/of **agressief gedrag**: stop het spel en maak een kalmerend gebaar door beide handen langzaam op en neer te bewegen voor het lichaam met de handpalmen naar beneden gericht.
- **Shoot**: til één been op en raak dit met één hand aan vlak bij de voet of enkel.
- **Hoge bal**: houd de handpalmen naar elkaar toe horizontaal voor het lichaam op ongeveer 15 cm boven elkaar.
- **Afhouden**: kruis beide onderarmen voor de borst.
- **Indirect afhouden**: open en sluit afwisselend het kruisen van de onderarmen voor de borst.
- **Stickafhouden**: houd één arm gestrekt voor het lichaam, schuin naar beneden gericht en raak de onderarm vervolgens aan met de andere hand.
- **5 meter afstand**: steek één arm recht omhoog met vijf gestrekte vingers.

Straffen

- **Voordeel**: strek één arm duidelijk boven de schouder in de speelrichting van het team dat voordeel heeft.
- **Vrije slag**: geef de richting aan met één arm horizontaal gestrekt.
- **Strafcorner**: wijs met beide armen horizontaal voor het lichaam gestrekt naar het doel.
- **Strafbal**: wijs met één arm naar de strafbalstip en met de andere arm verticaal de lucht in. Dit signaal geeft tevens aan dat de tijd wordt stopgezet.

Kaarten

Als een scheidsrechter een speler een kaart geeft (groen, geel of rood) dan wordt de tijd stilgezet (signaal **tijd stoppen**). Vervolgens roept de scheidsrechter de betreffende speler bij zich en toont hem de kaart. Afhankelijk van de kaart neemt de speler vervolgens plaats op de bank (groen en geel) of verlaat hij het veld (rood).

LET OP! Als een kaart is gegeven gaat het spel pas weer verder nadat de scheidsrechter heeft gefloten en het signaal **tijd starten** is gegeven. Hoe het spel verder gaat, hangt af van de situatie bij stilzetten, bijvoorbeeld inslaan, uitslaan, vrije slag, strafcorner of strafbal.

Onderstaande foto's van de [KNHB](#) geven een overzicht van de **BELANGRIJKSTE SIGNALLEN**.

scheidsrechters signalen					
	Tijd starten	Tijd stil zetten	Inslaan	Uitslaan	Lange corner
					
	Strafcornet	Doelpunt	Spelhervatting na doelpunt	Vrije slag	Voordeel
					
	Strafbal	Afstand nemen of houden	Bully	Afhouden handen stil houden	Kruis afhouden handen bewegen
					
	Shoot	Bolle kant	Stick slaan (hakken)	Stick afhouden	Gevaarlijk spel

De aandacht die wij op Stichtsche geven aan arbitrage wordt gesteund en mede mogelijk gemaakt door:

JUMBO.com

ANFIRE BELASTINGADVISEURS
TAXLAWYERS

Mr. J.A. MIEDEMA
MIEDEMA@ANFIRE-TAX.COM

Management Drives
mastering leadership



TAX in shape
Fiscaliteit in de Sport

