

## SPELREGELKAART PARAHOCKEY 6-TAL

### Voor de wedstrijd >

- Voorafgaand aan iedere wedstrijd komen de teambegeleiders en scheidsrechters bij elkaar en nemen de essentiële regels van het ParaHockey door. Denk hierbij aan spelplezier bevorderende maatregelen etc.
- Welke spelers extra aandacht? Zijn er beschermde spelers (alleen LG)
- Keepersuitrusting **verplicht** >
  - Klompen, legguards, body, helm, tok en handschoenen
- Aanvoerders geven elkaar en de scheidsrechters een elleboog > Tossen
- Shake sticks

### Na de wedstrijd

- Shake sticks > 'bedankt voor het spelen / fluiten'
- Afronden DWF door coaches en scheidsrechters

### De scheidsrechters

- Zorgen dat veiligheid altijd voorop staat
- Leggen uit waarom zij fluiten
- Geven concrete aanwijzingen

**Wedstrijdduur** > 2x 25 minuten, rust 5 minuten (G)  
4x 12,5 minuut (LG)

**Doelpunt** > Wanneer de bal in zijn geheel de doellijn passeert, geslagen of gepusht door een speler van de aanvallende partij, binnen de cirkel / 10 meter gebied. Bal moet op plankhoogte.

**3 doelpunten regel** > Bij 3 doelpunten verschil speelt de aanvallende partij, op de speelhelft van de tegenstander (over de middellijn), min 3x over voor er gescoord wordt. Als de bal onderschept wordt door de verdedigende partij begint het tellen opnieuw. Een rebound van de keeper telt NIET als onderschepping door de verdedigende partij. Er kan daarna dus direct gescoord worden

**Self-pass** > Bij beginslag, vrije slag, inslaan en lange corner mag de nemer de bal zelf spelen zonder dat hij de bal naar een medespeler hoeft te spelen. Bij een vrije slag op de aanvallende helft moet de speler eerst duidelijk de bal een tikje geven en minimaal 5 meter lopen voordat hij met de bal de cirkel inloopt.



**Overtreding** > Shoot (bij onopzettelijk 'shoot' wordt afgefloten wanneer het gevaar oplevert of wanneer voordeel ontstaat voor de verdedigende partij), bolle kant, hoge bal (de bal moet over het gehele veld onder de knie blijven. Een scoop mag dus ook niet), hakken, vasthouden/duwen. Tegenstander krijgt dan een vrije slag.

**Vrije slag** > De bal wordt genomen op de plaats van de overtreding. Tegenstanders 5 meter afstand.

Bij een vrije slag binnen 5 meter van de cirkel wordt de vrije slag op de plek van de overtreding genomen. De bal mag niet rechtstreeks de cirkel in worden gespeeld. De bal moet eerst 5 meter hebben afgelegd (pass of self-pass) of zijn aangeraakt door een andere speler. Bij een vrije slag op de aanvallende helft dienen ook de aanvallers 5 meter afstand te houden.

**Strafbal** > Aanvaller: Staat achter de bal, wacht op fluitsignaal, mag de bal 1x spelen, alleen pushen.

**Keeper:** staat met de hakken op de lijn en mag pas bewegen als de aanvaller de bal heeft gespeeld.

**Lange corner** > Bal op de zijlijn net buiten het 10m gebied. Iedereen 5m afstand.

**Kaarten** > Bij een eventuele groene of gele kaart dient de desbetreffende speler het veld te verlaten. Hij mag echter wel direct vervangen worden. Bij een eventuele rode kaart mag de speler ook direct vervangen worden maar mag hij gedurende de wedstrijd er niet meer in.

Het heeft de voorkeur dat als de scheidsrechter van plan is om een kaart aan een speler te geven de wedstrijd even stil te leggen en de coach mede te delen dat hij/zij de speler een kaart wil geven. Het is dat beter dat de coach deze speler uit het veld haalt en niet de scheidsrechter d.m.v. het tonen van een kaart om eventuele escalatie te voorkomen.

**Alleen voor LG-Hockey geldt: regels Beschermde speler vind je als download op:**  
<https://www.knhb.nl/kenniscentrum/hockeysoorten/aangepast-hockey>