

## Procedure afgelastingen en Weerprotocol

NB: deze procedure is een uitwerking van het [Bondsreglement](#) (artikel 7.6).

NB: dit document is van toepassing op de jongste jeugd, jeugd en senioren, **maar geldt niet voor de Hoofdklasse (standaardteams)**.

### Inhoud

1. Wie kan er afgelasten en waarom? .....	1
1.1. Centrale afgelasting door de KNHB.....	1
1.2. Afgelasting door vereniging.....	2
1.3. Afgelasting door scheidsrechters.....	2
2. Afgelastingsprocedure: Hoe moet je als vereniging afgelasten?.....	4
3. Inhaalprocedure: hoe werkt het met het inhalen van afgelaste wedstrijden? .....	5
4. Maatregelen bij afgelasting .....	5
Bijlage I – Blokschema afgelastingen junioren.....	6
Bijlage II – Blokschema afgelastingen senioren .....	7
Bijlage III - Weerprotocol .....	8

### 1. Wie kan er afgelasten en waarom?

Afgelastingen komen voor in drie situaties:

1. Centrale afgelasting door de KNHB (zie uitwerking in 1.1.)
2. Afgelasting door vereniging (zie uitwerking in 1.2.)
3. Afgelasting door scheidsrechter (zie uitwerking in 1.3.)

#### 1.1. Centrale afgelasting door de KNHB

De KNHB kan besluiten tot een centrale afgelasting indien er bijvoorbeeld extreme weersomstandigheden worden verwacht zoals hevige sneeuwval, vorst of kou of in uitzonderlijke situaties. Als de KNHB hiertoe besluit wordt dit zo snel mogelijk bekend gemaakt via de media en op knhb.nl.

Indien een speelronde door de competitieleiding centraal en/of decentraal wordt afgelast dan wordt hiervan zo spoedig mogelijk melding gemaakt via de pagina '[Afgelastingen](#)' op de website van de KNHB én via de officiële (social)-media kanalen van de KNHB. In geval van een (de)centrale afgelasting, hoeft de wedstrijdsecretaris geen contact op te nemen met de wedstrijdsecretaris(sen) van de tegenstander(s).

Het volgende **communicatie- en tijdpad** wordt aangehouden bij een (de)centrale afgelasting door de KNHB:

- uiterlijk op de donderdag voorafgaande aan het weekend melding op de site met vermelding tijdstip update;
- vrijdag voor 20.00 uur update met vermelding tijdstip update;
- zaterdag uiterlijk 07.00 uur update met vermelding tijdstip update (tenzij de omstandigheden zodanig zijn dat niet tot afgelasting hoeft te worden overgegaan);
- zaterdagavond om 20.00 uur update indien wedstrijdprogramma op zondag
- zondag uiterlijk 07.00 uur update.

Voor **zaalhockey** geldt dat in geval van een (de)centrale afgelasting zaalcommissarissen worden geacht de zaalbeheerders van de 'eigen' accommodaties zo spoedig mogelijk te informeren. Met 'eigen' wordt bedoeld de hal waar de vereniging die dag zaaldienst heeft.

Voor verdere uitwerking hiervan, zie bijlage III (Weerprotocol) en het [Bondsreglement](#) (artikel 7.6)

### 1.2. Afgelasting door vereniging

Ook een vereniging kan wedstrijden afgelasten. Redenen waarom een vereniging een wedstrijd **kan** afgelasten, zijn:

1. Er is geen team beschikbaar. (Let op: een team is verplicht vastgestelde wedstrijden te spelen. Zie '[Procedure geen team beschikbaar](#)' voor meer informatie als onverhoopt geen team beschikbaar is. Niet spelen wegens onvoldoende spelers wordt gezien als niet opkomen en als zodanig behandeld).
2. De staat van de velden / accommodatie is niet in orde.
3. Er is sprake van hevige regen, vorst en/of sneeuw als gevolg waarvan gevaarlijke speelomstandigheden en/of een gevaarlijke reissituatie ontstaat.

*NB: Neem in alle andere gevallen eerst direct contact op met de Competitieleiding, bijvoorbeeld wanneer er sprake is van een calamiteit zoals een sterfgeval binnen de vereniging.*

#### **Tijdspad keuringsmomenten**

Als er geen sprake is van een (de)centrale afgelasting maar wel van (extreme) weersomstandigheden is het aan de thuis spelende vereniging om de velden te keuren en tijdig te besluiten of er op het complex kan worden gespeeld en de communicatie richting de tegenstander(s) te verzorgen. Voor het keuren van de velden is het onderstaande (verplichte tijdspad) opgesteld. Insteek hiervan is om niet 's ochtends vroeg het hele programma van de dag direct te cancelen, maar meerdere keuringsmomenten te hanteren. Gezien de veelal volle inhaalprogramma's en vaak lastige inhaaldata rondom vakanties en feestdagen is het belangrijk om waar dat veilig kan, zoveel mogelijk wedstrijden te laten spelen. De competitieleiding behoudt zich het recht voor om dit achteraf te beoordelen en indien noodzakelijk handelend op te treden.

#### **Keuringsmomenten (minimaal 3 verplichte momenten per speeldag)**

- Wedstrijd(en) met een aanvangstijd tot 10.30 uur: keuring uiterlijk om 07.00 uur.
- Wedstrijd(en) met een aanvangstijd tussen 10.30 en 13.00 uur: keuring uiterlijk om 08.30 uur.
- Wedstrijd(en) met een aanvangstijd na 13.00 uur: keuring uiterlijk om 11.00 uur.

*NB: Indien verenigingen zich niet houden aan deze verplichte keuringsmomenten, kan de competitieleiding besluiten maatregelen op te leggen aan de vereniging.*

### 1.3. Afgelasting door scheidsrechters

Ook scheidsrechters kunnen een wedstrijd afgelasten, want uiteindelijk is het oordeel of er wel of niet kan worden gespeeld aan de scheidsrechters. Indien er geen sprake is van een (de)centrale afgelasting door de KNHB of een afgelasting door de vereniging, keuren de scheidsrechters voorafgaand aan de wedstrijd het veld en kunnen ze uit veiligheidsoverwegingen alsnog besluiten deze af te keuren.

### Veld onbespeelbaar: en nu? Wel of niet uitwijken naar een ander veld?

Wanneer een veld afgekeurd wordt, moet er gekeken worden of de wedstrijd op een ander veld gespeeld kan worden. Wanneer er geen bespeelbaar veld beschikbaar is zal de wedstrijd afgelast moeten worden. Er zijn echter ook een aantal wedstrijden die voorrang krijgen op andere wedstrijden. Wanneer het veld van een dergelijke wedstrijd afgekeurd wordt, wijkt deze wedstrijd altijd uit naar een veld dat wel bespeelbaar is (ongeacht of hier al een andere wedstrijd gepland staat). Deze twee categorieën zijn hieronder overzichtelijk uiteengezet:

**Categorie 1** – Wedstrijden uit deze categorie hebben **wel** voorrang op alle andere wedstrijden op de vereniging. Is er een ander veld bespeelbaar? → Dan de betreffende wedstrijd op dat veld spelen (en dus eventueel de andere wedstrijd afgelasten/staken). Als er geen enkel ander veld bespeelbaar is moet de wedstrijd uiteraard afgelast worden.

**Categorie 2** – Wedstrijden uit deze categorie hebben **geen** voorrang op andere wedstrijden. Alleen als er een ander veld bespeelbaar en beschikbaar is kun je daarheen uitwijken. Is er geen ander veld bespeelbaar én beschikbaar? → Dan de wedstrijd afgelasten.

### In welke categorie valt mijn wedstrijd?

Hieronder wordt uiteengezet in welke categorie de verschillende wedstrijden vallen. Waarbij geldt:

- **Geel** = categorie 1 (**wel** voorrang op andere wedstrijden)
- **Blauw** = categorie 2 (**geen** voorrang op andere wedstrijden)

### Junioren

	<b>Voorcompetitie</b>	<b>Reguliere competitie</b>
<b>A-jeugd</b>	Landelijke Topklasse A Landelijke Subtopklasse A 1 <sup>e</sup> klasse en alle lagere niveaus	Landelijk A Super A Subtopklasse A en alle lagere niveaus
<b>B-jeugd</b>	Landelijke Topklasse B Landelijke Subtopklasse B 1 <sup>e</sup> klasse en alle lagere niveaus	Landelijk B Super B Subtopklasse B en alle lagere niveaus
<b>C-jeugd</b>	Alle niveaus	Alle niveaus
<b>D-jeugd</b>	Alle niveaus	Alle niveaus
<b>Jongste Jeugd</b>	Alle niveaus	Alle niveaus

### Senioren standaardteams (Heren 1/Dames 1)

Hoofdklasse	Aparte regels! Zie Bondsreglement 5.6.4.
Promotieklasse	Categorie 1 – wel voorrang
Overgangsklasse	Categorie 1 – wel voorrang
1 <sup>e</sup> t/m 4 <sup>e</sup> klasse	Categorie 2 – geen voorrang

### Senioren niet-standaardteams

Senioren Reserve (alle niveaus)	Categorie 2 – geen voorrang
Jong Senioren (alle niveaus)	Categorie 2 – geen voorrang
Veteranen (alle niveaus)	Categorie 2 – geen voorrang

## 2. Afgelastingsprocedure: Hoe moet je als vereniging afgelasten?

Wanneer één van beide verenigingen besluit dat een wedstrijd niet gespeeld gaat worden, is het belangrijk dat alle betrokkenen hierover zo snel mogelijk geïnformeerd worden. Zoals hierboven toegelicht gelden er voor veldhockey verplichte tijden waarop velden bij eventuele onbespeelbaarheid gekeurd moeten worden. Een wedstrijd kan alleen worden afgelast door het bestuur/de wedstrijdsecretaris van de vereniging en/of de accommodatie-/zaalbeheerder.

### Stappenplan bij afgelasting door vereniging:

1. Indien van toepassing: wedstrijdsecretaris (jongste jeugd, jeugd en/of senioren) wordt door het eigen team ingelicht over reden van afgelasting.
2. De wedstrijdsecretaris van de betreffende vereniging neemt (zo vroeg mogelijk!) contact op met de wedstrijdsecretaris van de andere vereniging. Contact tussen twee teams is dus niet voldoende.

Wanneer een wedstrijd binnen 24 uur voor aanvang afgelast wordt, zorg dan dat je zeker weet dat de wedstrijdsecretaris van de tegenstander van de afgelasting op de hoogte is (bij voorkeur telefonisch)! Contact tussen twee teams is niet voldoende.

3. De wedstrijdsecretaris van de vereniging die afgezegd heeft informeert de officials (Bondsscheidsrechters, beoordelaars) zo vroeg mogelijk (indien van toepassing). Het afzegadres en de bijbehorende contactgegevens vind je op [de website van de KNHB](#).
4. Voor **zaalhockey** geldt dat in geval van een centrale/decentrale afgelasting zaalcommissarissen worden geacht de zaalbeheerders van de 'eigen' accommodaties zo spoedig mogelijk te informeren. Met 'eigen' wordt bedoeld de hal waar de vereniging die dag zaaldienst heeft.
5. Beide wedstrijdsecretarissen gelasten de wedstrijd af in het ledenpakket (LISA of AllUnited).
6. Beide wedstrijdsecretarissen sturen een afgelastingsformulier naar de competitieleiding met uitleg waarom niet gespeeld kon worden en wat eraan gedaan is om toch te kunnen spelen. Dit formulier kan worden verstuurd via het ledenpakket (LISA of AllUnited). Daarnaast is het formulier te vinden op de [website van de KNHB](#). Wanneer beide verenigingen onderling al een nieuwe datum hebben afgesproken om de wedstrijd in te halen, kan dat op het afgelastingsformulier worden ingevuld.

*NB: Het afgelastingsformulier hoeft niet ingevuld te worden wanneer een groot deel van de wedstrijden afgelast worden vanwege dezelfde reden (bijvoorbeeld door weersomstandigheden of wanneer de sproei-installatie kapot is). Een e-mail aan het districtskantoor met een overzicht van de afgelaste wedstrijden en de reden volstaat dan.*

**NB:** Wanneer een wedstrijd op het veld door de scheidsrechters afgelast wordt, moet een scheidsrechter de afgelasting via het DWF doorgeven en daarnaast de wedstrijdsecretaris van de thuisspelende vereniging op de hoogte brengen.

### **3. Inhaalprocedure: hoe werkt het met het inhalen van afgelaste wedstrijden?**

Alle speeldata voor het hele seizoen (inclusief de data van de play-offs, kampioenschappen en inhaaldagen) zijn terug te vinden in de speeldagenkalenders. De speeldagenkalenders vind je op de [website van de KNHB](#).

Voor **veldhockey** geldt dat een afgelaste wedstrijd in beginsel door de competitieleiding verplaatst wordt naar de eerstvolgende inhaaldatum op de speeldagenkalender, tenzij het (pas) dan spelen van de wedstrijd van invloed is op kampioenschap of degradatie. In dat geval zal de competitieleiding de wedstrijd eerder vaststellen en dient de wedstrijd op dat moment te worden gespeeld. Belangrijk: Een niet gespeelde wedstrijd wordt altijd alsnog gespeeld (ook wanneer de tegenstander niet opkomt). Niet opkomen betekent in géén geval dat het andere team automatisch gewonnen heeft! Het laten vervallen van wedstrijden is niet mogelijk.

Voor de **jongste jeugd** gelden andere regels en wordt er in principe niet ingehaald. Wanneer beide teams wel willen inhalen dienen beide wedstrijdsecretarissen contact op te nemen met het districtskantoor.

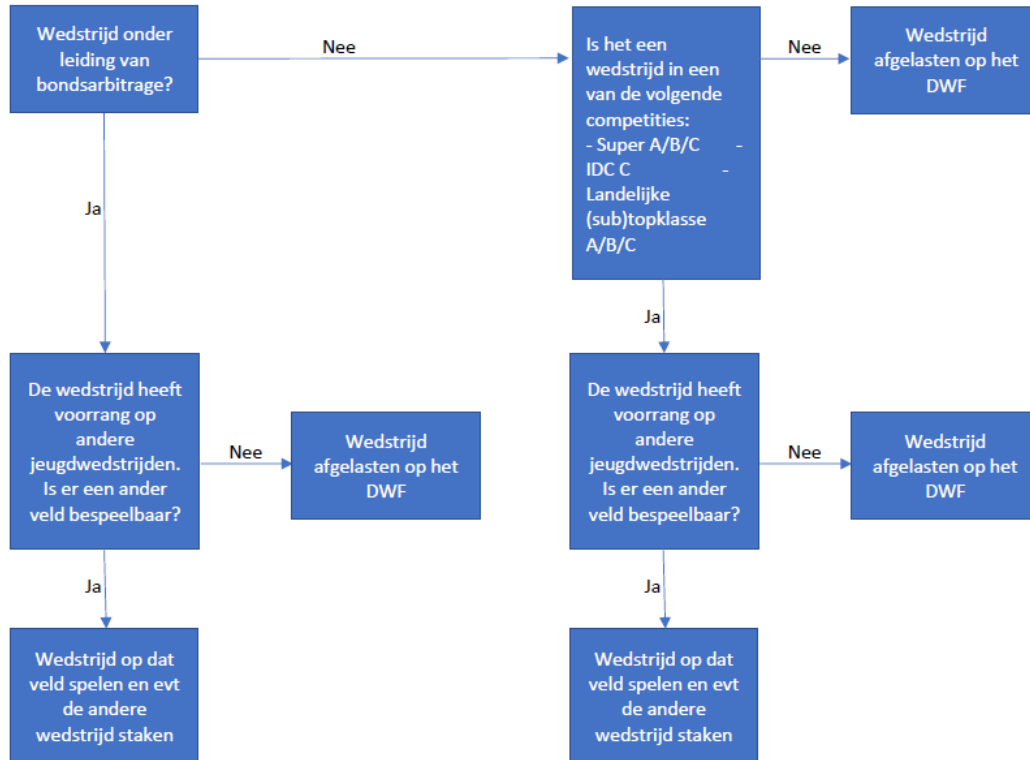
Voor **zaalhockey** geldt dat een afgelaste wedstrijd niet wordt ingehaald met uitzondering van Hoofd- en Topklassewedstrijden. De wedstrijd wordt voor die klassen verplaatst naar de eerstvolgende mogelijkheid. De competitieleider zal de dag en tijd vaststellen en de betreffende verenigingen daarover zo spoedig mogelijk informeren.

### **4. Maatregelen bij afgelasting**

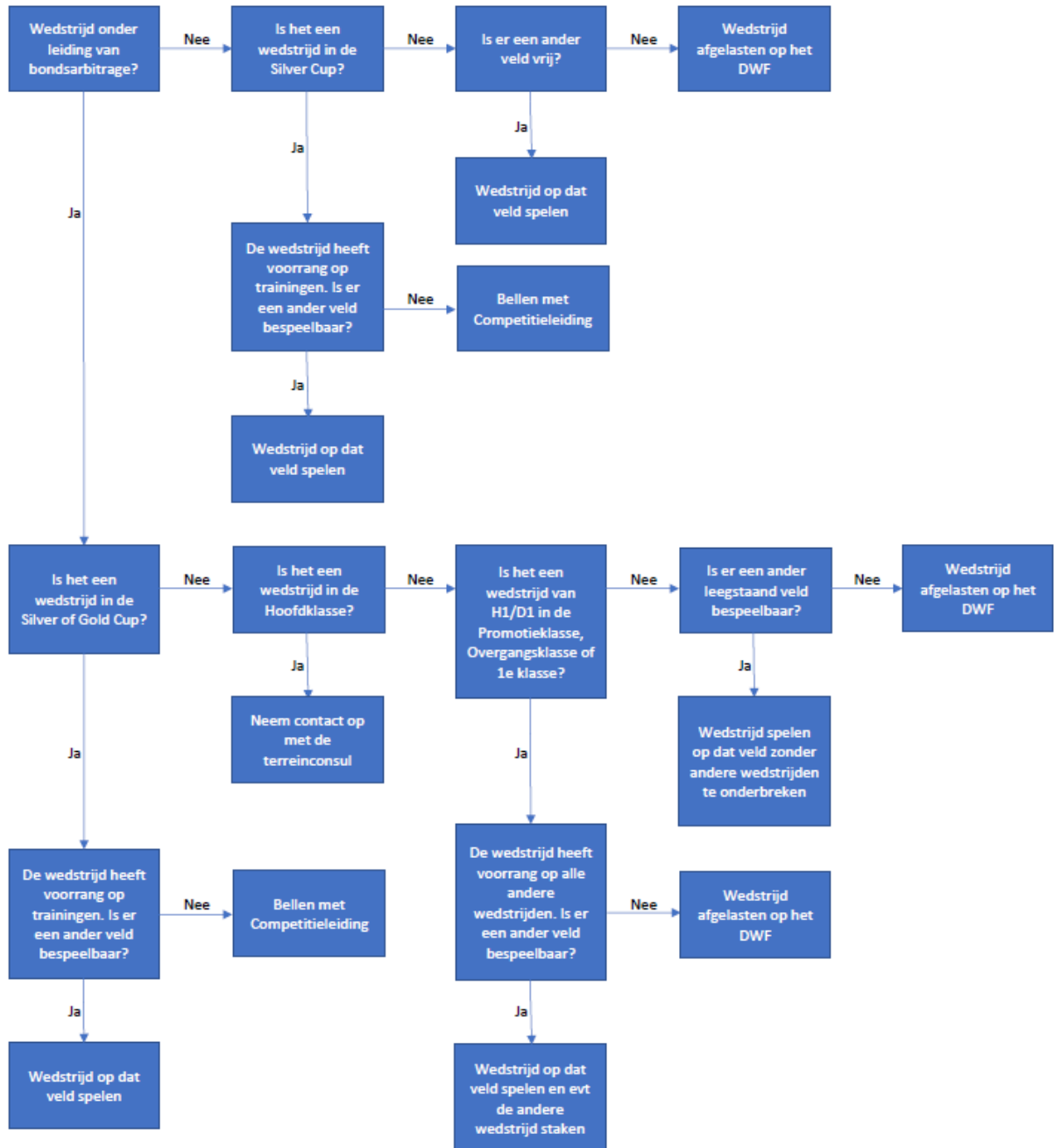
Bij een afgelasting waarbij (een van) beide verenigingen iets te verwijten valt, wordt door de competitieleiding bepaald of er maatregelen worden opgelegd.

De volledige tekst vind je in het [Bondsreglement](#) uitgave 2020, artikel 7.6.5.

## Bijlage I – Blokschema afgelastingen junioren



## Bijlage II – Blokschema afgelastingen senioren



## Bijlage III - Weerprotocol

### **Beleid KNHB bij bijzondere/slechte weersomstandigheden**

De KNHB heeft met betrekking tot bijzondere weersomstandigheden (oa. zware storm, gladheid veroorzaakt door ijzel/sneeuw, warm en extreem koud weer) een afgelastingenbeleid opgesteld. Dit beleid is vastgelegd in een "weerprotocol competitiezaken" en geldt voor alle door de KNHB landelijke én op districtsniveau georganiseerde veld- en zaal hockeycompetities in de categorieën senioren, jeugd en jongste jeugd (m.u.v. de Hoofdklasse Veldhockey).

#### **Veiligheid voorop!**

In alle gevallen staat de veiligheid van de sporters en eventuele begeleiding voorop. Het is daarmee ook de verantwoordelijkheid van de verenigingen, sporters en scheidsrechters zelf om al dan niet af te reizen. Bij twijfelachtige weersomstandigheden is het belangrijk om een goede voorbereiding te treffen. Hoe laat vertrekt de tegenstander? Hoe laat vertrekt de scheidsrechter? Op die manier kunnen er goede afwegingen worden gemaakt en voorkomen we dat mensen onnodig of onverantwoord afreizen. De KNHB adviseert om de weersverwachtingen in de gaten te houden en de adviezen van het KNMI op te volgen. Indien bij weerswaarschuwingen toch wordt besloten om de weg op te gaan dan adviseert de KNHB de verenigingen om hun teams en begeleiding op tijd te laten vertrekken en hun rijdschik aan te laten passen aan de (lokale) omstandigheden.

### **Beleid voor centrale/decentrale afgelasting**

De KNHB maakt uiterst zorgvuldig een afweging om over te gaan tot een (centrale en/of decentrale) afgelasting. Weersomstandigheden kunnen qua plaats, regio maar ook tijd gedurende de dag erg verschillen. Denk hierbij aan omstandigheden die in het zuiden compleet anders kunnen zijn dan in het noorden of tussen 's ochtends vroeg en 's middags al vrij fors uiteenlopen. Dit betekent dat in het ene gedeelte van het land prima gespeeld kan worden terwijl in een ander gedeelte dit totaal onverantwoord is. Daar komt bij dat een algehele afgelasting ook veel wedstrijden kan treffen die wel gespeeld kunnen worden. Gevolg hiervan kan zijn dat vrij geplande weekenden onnodig worden belast, er extra druk komt op trainingsavonden vanwege (de vele) inhaalwedstrijden en er onnodig kosten voor de verenigingen worden gemaakt als gevolg van extra zaalhuur (topteams). Om deze redenen zal de KNHB niet snel overgaan tot een algehele afgelasting maar geeft de KNHB wel adviezen en beleid af hoe met slechte weersomstandigheden om te gaan. Te allen tijde zal de veiligheid voorop staan!

### **KNMI Code rood-oranje-geel**

De KNHB laat zich bij de besluitvorming (mede) adviseren door de weermedia en (districts)vertegenwoordigers in verschillende delen van het land. Hierbij houdt de KNHB de volgende richtlijnen aan:

- Code rood van het KNMI: (decentrale of centrale) afgelasting;
- Code oranje van het KNMI: (in beginsel) tot 11.00 uur (decentrale of centrale) afgelasting met een update om 08.30 uur voor het tijdsblok erna;
- Code geel van het KNMI: in beginsel geen (centrale) afgelasting maar afgelasting is wel mogelijk en afhankelijk van de plaatselijke omstandigheden in het district.



### **Hockeyen met koud weer** **Vorst/bevroren veld**

Het bespelen van (semi-)zandkunstgrasvelden tijdens een vorstperiode geeft voor het veld -tenzij sprake is van extreme vorst > - 10°C,- geen problemen. De tegenwoordig meestal gebruikte polyethyleen vezel (PE) kan goed tegen vorst. Deze producten worden in het laboratorium getest van -20°C tot +40°C. De oudere vezeltypen als polypropyleen (PP) zijn bij vorst wat gevoeliger. Problemen met de bespeelbaarheid van kunstgrasvelden ontstaan op het moment dat er sprake is van een hoge luchtvochtigheid of als er neerslag valt. Kale of droge vorst is voor kunstgas geen enkel probleem en bespeling onder die omstandigheden dus ook niet. Het is zelfs zo dat kale vorst een uitdrogende werking heeft.

Voor de beoordeling van een (semi-)zandkunstgras speeloppervlak voor hockeybespeling tijdens vorst zijn de navolgende criteria van belang:

- een, wegens bevroering, hard speeloppervlak;
- oneffenheden welke zijn ontstaan door ongelijke zandverdeling, geringe naadopeningen, bevroren blad- en vezelresten;
- geen uniform stroef speeloppervlak wegens plaatselijk gladde plekken welke met name ontstaan op schaduwrijke plaatsen.

Een oneffenheid veroorzaakt door de genoemde omstandigheden zal wegens een relatief hard speeloppervlak en een daardoor hogere balsnelheid een afwijkend balgedrag veroorzaken en het (blessure)gevaar voor de spelers doen toenemen.

Indien sprake is van één of meerdere van de genoemde omstandigheden kan een (semi) zandkunstgrasveld worden afgekeurd, wegens (blessure)gevaar voor de spelers.

Voor waterkunstgrasvelden is het volgende van belang: een waterveld dient onder natte condities bespeeld te worden. In de winter worden waterinstallaties afgesloten en is het dus niet mogelijk om het veld via besproeiing nat te maken. Voor de beoordeling van bespeling van een waterkunstgrasveld bij vorst zijn dan ook de volgende twee zaken van belang. Ten eerste: is het veld vochtig, en ten tweede, nog belangrijker: is het veld veilig om op te spelen. Met andere woorden: levert bespeling wel of niet onnodig risico voor de speelsters en spelers op.

#### Praktische tip

Om te bepalen of een veld hogere balsnelheid en afwijkend balgedrag veroorzaakt, is het aan te raden om alleen of met meerdere een aantal hockeyballen in de lengterichting en breedterichting van het kunstgrasveld te slaan.

### **Rijp**

Rijp is de witte aanslag die wordt veroorzaakt door het neerslaan en bevroeren van de waterdamp in de lucht. Rijp is van tijdelijke aard en verdwijnt als de temperatuur door de zon omhoog gaat. Onder bewolkte omstandigheden kan rijp echter wel hardnekkig zijn. Voor een kunstgrasveld is rijp technisch gezien geen probleem. De vezel zal niet afbreken door de aanwezigheid van een dun laagje ijs. Er zal wel goed beoordeeld moeten worden of de aanwezige rijp (en zeker als de temperatuur niet omhoog gaat) tot gladheid van het speeloppervlak leidt.

#### Praktische tip

Plaatselijke lichte rijp kan eventueel worden verwijderd met een licht sleepnet.

### **IJzel of onderkoelde regen**

IJzel is eigenlijk niets anders dan regen die befrist zodra het in aanraking komt met een bevroren oppervlak. Er vormt zich dan een ijslaagje waardoor het oppervlak glad wordt. IJzel verdwijnt vaak binnen een paar uur, maar kan soms hardnekkig zijn.

Omdat het te gevaarlijk is, is bespeling (tijdelijk) niet mogelijk.

### **Wateroverlast**

Als gevolg van hevige regenval staat het veld blank en is het veld dus onbespeelbaar.

### **Sneeuw**

Sneeuw is voor het product kunstgras in principe geen probleem. Echter, het is niet raadzaam om een redelijk besneeuwd kunstgrasveld te bespelen en te betreden. Door het betreden wordt de sneeuw samengedrukt en zal ter plaatse op het veldoppervlak ijsvorming ontstaan waarin de vezels van de kunststofmat vastgevroren raken. Wanneer onder dergelijke omstandigheden wordt gespeeld en daardoor de sneeuwlaag over een groot oppervlak van het speelveld wordt geplet (=samengedrukt) zal deze niet meer kunnen worden verwijderd en zal het bij invallende dooi ook langer duren voordat de samengedrukte sneeuwijsplakken zijn weggesmolten en het veld weer bespeelbaar is. Sneeuwruimen met sneeuwschuivers wordt niet aanbevolen in verband met de risico's voor de mat. De aanwezige sneeuwschuifapparatuur met bijbehorende tractie is niet afgestemd op het gebruik op sportvelden. Sneeuwruimen met sneeuwblazers of in handkracht verwijderen kan minder kwaad maar is bij grote hoeveelheden zeer bewerkelijk. Een bijkomend nadeel is dat met de sneeuw ook een hoeveelheid zand (bij zand- en/of semi-watervelden) wordt meegenomen. Een aandachtspunt bij het ruimen van sneeuw is dat vrijwel altijd sneeuw- of ijsresten achterblijven. Deze kunnen gladheid veroorzaken. Als geringe resten sneeuw achter blijven, kan het wenselijk zijn deze te spreiden door het veld te slepen met een licht sleepnet. Als de temperatuur hierbij nog iets boven het vriespunt komt, heeft slepen nog een beter effect.

Naast sneeuw en ijzel zijn er nog een aantal andere vormen waarin winterse neerslag kan vallen. Hierbij moet worden gedacht aan hagel, korrelsneeuw, ijsregen etc. In alle situaties zal moeten worden beoordeeld of bespeling tot gevaar voor de sporter leidt.

### **Extreem koud weer en winterse omstandigheden**

Als buitensporter ben je in de winter blootgesteld aan lage temperaturen. Gelukkig kun je je goed wapenen tegen de kou met je uitrusting en kun je nog prima sporten in de winter. Het verschilt sterk per persoon hoe goed je tegen de kou kunt. In het algemeen geldt dat slechte weersomstandigheden en natte en bezwete kleding je als sporter minder weerbaar maken tegen kou. Ook je fysieke gesteldheid maakt verschil: een mindere fysieke gesteldheid zorgt ervoor dat je sneller afkoelt. Kinderen verliezen relatief gemakkelijk warmte doordat hun lichaamsoppervlak relatief groot is ten opzichte van hun gewicht. Verder hebben oudere sporters en sporters met chronische ziekten vaak meer moeite op temperatuur te blijven. Over het algemeen vraagt de winter om extra maatregelen als je gaat sporten. Onderkoeling en blessures liggen op de loer. Belangrijk is om je niet te laten verrassen door de weersomstandigheden en je dus goed voor te bereiden!

### **(Extreem) koude weersomstandigheden**

Bij (extreem) koude weersomstandigheden is er sprake van lage temperaturen/vorst, al dan niet gepaard gaande met veel wind en/of regen; sneeuw; hagel of ijzel. Deze weersomstandigheden zijn vaak seizoensgebonden, maar kunnen ook plotseling plaatsvinden bij of na een hevige onweersbui, ook in de zomer. In winters weer valt -in combinatie met extra maatregelen (zie tips)- prima te sporten. Er zijn echter situaties waarin sporten minder- of zelfs onverantwoord is. In veel van die situaties speelt de temperatuur een rol. De temperatuur uitgedrukt in graden Celcius (°C) is niet altijd een precieze indicatie van de gevoelstemperatuur (ook wel windchill genoemd). Voor de gevoelstemperatuur geldt: hoe kouder het is en hoe harder het waait des te kouder voelt het aan. Lichte vorst kan daardoor bij stevige wind als heel onaangenaam aanvoelen. Het KNMI waarschuwt meestal als de luchttemperatuur in combinatie met de windsnelheid tot een gevoelstemperatuur van -15°C of lager zal leiden (zie de tabel verderop in dit protocol).

### **Beoordeling**

Het is voor wat betreft de beoordeling lastig om vooraf te bepalen of er wel of niet gespeeld kan worden bij bepaalde temperaturen onder nul in combinatie met een bepaalde windkracht. Lokale situaties/omstandigheden spelen namelijk een belangrijke rol. In een omgeving waar door bomen de wind getemperd wordt, kan wellicht met dezelfde wind en temperatuur gespeeld worden ten opzichte van een veld dat vrij ligt. Een besluit nemen voor een (de)centrale afgelasting is (vaak)

lastig. Wanneer er sprake is van een (de)centrale afgelasting, zal dat bekend worden gemaakt via de [afgelastingspagina](#) op de website van de KNHB. Indien de KNHB niet besluit om tot een (de)centrale afgelasting over te gaan, vragen wij verenigingen om bij (extreem) koude weersomstandigheden zelf het risico van de situatie vast te stellen.

Houd hierbij rekening met de windkracht en eventuele neerslag die de gevoelstemperatuur kunnen beïnvloeden. Kijk ook naar de weersvoorspellingen (KNMI) en maak op basis hiervan een beslissing. Neem in de beoordeling ook de leeftijd en de bewegingsintensiteit van de spelers en speelsters mee: de bewegings- en handelingssnelheid van kinderen in de F-jeugd is lager dan van kinderen in de B-jeugd en bij hen zal dus sneller een bepaalde gevoelstemperatuur een overweging zijn om de wedstrijd niet door te laten gaan.

<b>Situatie</b>	<b>Richtlijn</b>
Code geel KNMI (windchill <-15°C)	Lokale beoordeling door vereniging
Code oranje KNMI (windchill <-20°C)	(De)centrale afgelasting door KNHB > zie KNHB.nl
Code rood KNMI	(De)centrale afgelasting door KNHB > zie KNHB.nl
Besneeuwd veld	Advies: veld niet bespelen, afgelasting door thuisvereniging.
Bevroren veld (uitgangspunt: veiligheid)	Zie adviezen bespeelbaarheid op KNHB.nl <a href="https://www.knhb.nl/kenniscentrum/verenigingsondersteuning/accommodatie">https://www.knhb.nl/kenniscentrum/verenigingsondersteuning/accommodatie</a>

#### **Tips voor sporten in koud weer**

1. Check de weersvoorspellingen zodat je niet voor verrassingen komt te staan.
2. Zorg voor een goede warming-up en cooling-down ter voorkoming van blessures.
3. Pas je kleding aan de weersomstandigheden aan; verstandig sporten begint met goede kleding waarin je jezelf goed kunt bewegen. Trek voldoende warme kleding aan, denk hierbij niet alleen aan je romp maar zorg ook voor je ledematen. Bij kou trekt het bloed namelijk als eerste uit je ledematen weg. Zorg er dus voor dat deze warm genoeg blijven. Teveel kleding is daarentegen ook niet goed. Je lichaam moet namelijk nog wel kunnen ademen.
4. Houd rekening met de gevoelstemperatuur. Bij een gure wind kan het vele malen kouder aanvoelen dan wat de thermometer aangeeft.
5. Is het erg koud, dan is een muts geen overbodige luxe. Je verliest immers zo'n veertig procent van je energie via je hoofd!
6. Zorg ook voor extra dranken en tussendoortjes. Als het koud is, heb je meer energie nodig om warm te blijven. En laat je niet misleiden door het weer: op een zonnige winterdag lijkt het of je niet zweet. Dit is maar schijn! Drinken onderweg en na afloop is, net als op een zomerdag, altijd belangrijk.

#### **Hockeyen met warm weer**

Het komt regelmatig voor dat temperaturen lokaal op kunnen lopen tot 30°C. Met warm weer wordt er gewoon gehockeyd maar de KNHB adviseert verenigingen en teams in zo'n geval wel om rekening te houden met het zomerse weer en de nodige voorzorgsmaatregelen te nemen. Bij play-offs beslist de betrokken Bondsgedelegeerde.

Let op: Het inkorten van de wedstrijd(duur) is niet toegestaan!

#### **Tips voor sporten met warm weer**

Blijven bewegen is goed, als je in goede conditie bent en geen gezondheidsproblemen hebt. Maar overdrijf het niet en pas het sporten aan met deze warmte. Het weer kan grote invloed hebben in het ontstaan van blessures. Sport met warm weer verstandig. Wij geven verenigingen en spelers de volgende tips mee voor sporten in warm weer.

- Drink zowel voor, tijdens als na de wedstrijd voldoende.
- Smeer je (minstens een half uur van tevoren) in met genoeg zonnebrandcrème voordat je gaat sporten.

- Pas je kleding aan de weersomstandigheden aan. Draag goede warmte- en vochtregulerende kleding. Een oplopende lichaamstemperatuur in combinatie met een hoge luchtvochtigheid zorgt voor achteruitgang van je prestaties en vergroot de kans op kramp, flauwvallen of een zonnesteek.
- Zoek tijdens pauzes en wissels de schaduw op. Drink en koel je lichaam. Zorg voor voldoende schaduw in de dug-out en plaats zo nodig parasols/beschutting over de dug-out.
- Luister naar je lichaam. Het kan heel goed zijn dat je bij warme omstandigheden mindere prestaties levert dan normaal, je hartslag stijgt namelijk sneller. Als je je niet lekker voelt, stop dan of neem even een pauze. Vooral ongetrainde mensen moeten er rekening mee houden dat ze waarschijnlijk minder lang of minder intensief kunnen trainen dan normaal.

**Advies KNHB bij onweer**

Bij onweer adviseert de KNHB scheidsrechters de wedstrijd te staken zodra er minder dan tien seconden tussen bliksemflits en donderslag verstrijken. Vermijd onnodig risico en neem altijd het zekere voor het onzekere. Zoek zo snel mogelijk een veilig heenkomen en wacht tot de bui voorbij is. Verlaat het veld, de dug-out is geen veilig onderkomen. Zijn er geen beveiligde panden of schuilgelegenheden aanwezig, kies dan voor de auto.