

# HOCKEYCLUB DELFSHAVEN

**Datum: 30 september 2019**  
**Aan: (ouders van) competitieleden**  
**Betreft: zaalhockey 2019-2020**  
**Van: Technische commissie HC Delfshaven**

## ZAALHOCKEY

Als je competitieled bent, kun je in de wintermaanden meedoen met zaalhockey. Zaalhockey lijkt op gewoon hockey, maar heeft wel een paar speciale regels. Zo is de bal bijvoorbeeld minder hard en speel je met een lichtere hockeystick.

Zaalhockeywedstrijden worden gespeeld door twee teams met ieder zes spelers. Daarvan zijn doorgaans 5 veldspelers en 1 keeper. Een team mag maximaal zes wisselers op de bank hebben.

## TRAINEN & WEDSTRIJDEN

Vanaf zaterdag 7 december wordt er binnen een tijdsperiode van 10 weken, 6 maal 2 wedstrijdjes op een dag gespeeld. Let op: de wedstrijden zijn in het weekend, dus dat kan zowel de zaterdag als de zondag zijn. Vanaf half november tot en met begin februari traint elk team 1 uur. Tijdens het zaalhockeyseizoen (december, januari, februari) ligt de veldcompetitie stil.

De dagen en tijden van de wedstrijden komen te zijner tijd in LISA te staan, de indeling van de training volgt als we een compleet overzicht hebben van alle spelers. Tijdens de zaaltrainingen leren de kinderen andere en nieuwe technieken, die soms specifiek zijn voor zaalhockey.

## **SPORTCENTRUM WEST + PIER 80**

De meeste thuiswedstrijden zijn in de sporthal van Sportcentrum West aan de Spaansegweg 2-4 in Rotterdam. Een deel van de trainingen is daar ook, een ander deel is op locatie PIER 80 aan de Rösener Manzstraat 80.

## **MATERIALEN EN KOSTEN**

Voor zaalhockey heb je naast de verplichte scheenbeschermers en bitje ook nog ander materiaal nodig. De stick moet een zaalstick zijn; deze is platter en lichter dan een gewone stick. En uiteraard zaalschoenen en een handschoen voor de linkerhand.

Zaalhockey kost € 50,00 voor alle wedstrijden en trainingen en dit zal geïncasseerd worden zodra je je hebt opgegeven.