

OldStars *walking hockey* spelregels



Introductie

OldStars *walking hockey* hanteert dezelfde regels als het reguliere hockey, maar met een aantal uitzonderingen. Deze uitzonderingen dragen voor een belangrijk deel bij aan het spelplezier. Het respecteren van de regels door de doelgroep betekent dat het plezier in het spel maximaal ervaren wordt. Vanuit deze gedachte zijn de regels ook opgezet. Uiteraard zijn de deelnemers fanatiek en willen zij graag winnen. Maar winnen staat niet voorop bij OldStars *walking hockey*. Verantwoord bewegen, meedoen, ontmoeten en gezelligheid wel. Het kan uiteraard voorkomen dat de spelleider een fout maakt, evenals de deelnemers. Accepteer de beslissingen te allen tijde en houd het leuk met elkaar.

OldStars *walking hockey* kent een uitgebreid beschreven gedachtengoed. Dit gedachtengoed is, inclusief richtlijnen daarvoor, opgenomen in het visiedocument van de spelvorm. Het handhaven van de spelregels betreft dus niet alleen de spelregels (richtlijn vier van het visiedocument), maar juist ook de sociale spelregels. Deze sociale regels zijn 1) fysiek fit zijn, 2) sociaal fit zijn en 3) toernooien, competitie en uitwisselingen. Voor het plezier in de spelvorm is het belangrijk dat zowel de sociale regels als de spelregels gevolgd worden.

1. Een team bestaat uit 5 spelers (wisselers niet meegerekend) met een leeftijd van 50+.
2. Er wordt gespeeld zonder keepers.
3. Het speelveld bedraagt 23m x 27.5m (1/8 hockeyveld).
4. Er wordt gespeeld met reguliere doelen (alleen plankhoogte telt).
5. De speelduur bedraagt 2 x 15 min.
6. Er wordt gespeeld met reguliere hockeystick en bal.
7. Een team bestaat uit mannen en/of vrouwen. Bij mix moeten er minimaal 2 spelers van beide geslachten deelnemen aan het spel.
8. De bal moet onder de knie blijven.
9. De stick moet onder de heup blijven.
10. Het slaan van de bal is niet toegestaan.
11. Een geldig doelpunt wordt gescoord door de ene partij als de bal in zijn geheel de doellijn passeert.
12. Er mag van elke plek op het veld worden gescoord.
13. Nadat er een doelpunt wordt gemaakt neemt het team waarbij het doelpunt is gescoord de bal uit vanaf het midden van het veld.
14. De bal mag het lichaam niet raken.
15. De spelers mogen elkaar niet raken (niet met het lichaam en niet met de stick).
16. Een stilstaande speler die de bal aanneemt, mag niet worden aangevallen.
17. Een minder mobiele speler moet de gelegenheid worden gegeven een bal aan te nemen. (Voorafgaand aan de wedstrijd kan het betreffende team bij de spelbegeleider en de tegenpartij aangeven om welke speler dit gaat zodat iedereen daar rekening mee kan houden).
18. Als de bal het speelveld verlaat;
 - a. via de zijlijn; dan wordt de bal op de plaats waar de bal het speelveld heeft verlaten ingeslagen door de partij die de bal niet het laatste heeft aangeraakt.
 - b. via de achterlijn;
 - I. Als de bal het laatste is aangeraakt door de verdedigende partij, wordt een hoekslag genomen op circa 5 meter van de achterlijn op de zijlijn door de aanvallende partij;
 - II. Als de bal het laatste is aangeraakt door de aanvallende partij, wordt de bal circa 3 meter van het doel van de verdedigende partij ingeslagen.
 - III. Bij een doelpunt wordt de bal uitgenomen op de middenstip door de partij waarbij net een doelpunt is gescoord.
19. Als er een overtreding wordt gemaakt wordt er een vrije slag toegekend op de plek waar de overtreding wordt gemaakt aan de andere partij.
20. Voor alle spelhervattingen geldt dat de spelers van de partij die de bal niet in beweging brengt een afstand van ca. 5 meter in acht nemen.
21. Er is één spelleider die het spel begeleidt en de spelregels handhaaft.

Meer informatie

Voor vragen over OldStars *walking hockey*
kun je contact opnemen met het projectteam
OldStars Sport via e-mail info@oldstars.nl



OldStars Sport wordt mede mogelijk gemaakt door:



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

