



Hockey-Fibel

Wissenswertes rund um den Hockeysport
für Eltern und Neueinsteiger

BHC
BUERSCHER

Buerscher Hockey-Club e.V.
Breddestr. 21 ♦ 45894 Gelsenkirchen
E-Mail: vorstand@buerscher-hc.de
www: <https://buerscher-hc.de>

#bueristhockey

Präambel

Die in dieser Fibel gewählten Sprachformen sind lediglich Ausfluss eines grammatikalischen Geschlechts und treffen keinerlei Aussage über das biologische Geschlecht (männlich, weiblich, divers) der jeweils benannten Personen.

Einleitung

Liebe Hockeyfreunde,

hiermit möchten wir euch einen kurzen Überblick und wichtige Informationen rund um den Hockeysport geben, damit ihr euch sowohl als neuer Spieler als auch als Eltern schnell zurechtfinden könnt. Dabei gehen wir auf Allgemeines (Ausrüstung, Organisatorisches rund um den Verein) als auch auf die grundsätzlichen Regeln und Besonderheiten des Hockeysports ein.

Bitte versteht diese Informationen als Einstiegshilfe und nicht als vollständige und 100% korrekte Beschreibung aller Regeln. Diese Zusammenstellung ist aus den Erfahrungen von Quereinsteigern entstanden und klärt viele Fragen, die typischerweise am Anfang aufkommen.

Wir wollen, dass ihr den größtmöglichen Spaß sowohl als aktiver als auch als passiver Hockeysportbegeisterter haben könnt.



Buerscher Hockey-Club e.V.
Breddestr. 21 ♦ 45894 Gelsenkirchen
E-Mail: vorstand@buerscher-hc.de
www: <https://buerscher-hc.de>

#bueristhockey

Ausrüstung

Welche Ausrüstung braucht ein Hockeyspieler?

Für das Training sollten schnellstmöglich folgende Ausrüstung erworben werden:

Die Basics

Schläger

Natürlich braucht ein Spieler einen Hockeyschläger. Diese gibt es in unterschiedlichen Größen und jeweils als Feld- und Hallenschläger. Die Feldschläger sind etwas robuster als die Hallenschläger, da auf dem Feld andere Schlagtechniken erlaubt sind. Die benötigte Schlägergröße richtet sich nach der Körpergröße.

Schuhe

Für das Spiel auf dem Feld eignen sich spezielle Hockeyschuhe oder auch Schuhe mit sogenannter Multinoppensohle. In der Halle sind Hallenturnschuhe mit heller oder abriebfester Sohle ausreichend.

Sonstige Kleidung

Zum Training kann getragen werden, was bequem ist. Zum Spiel tragen die Spieler Trikots, Hosen / Röcke und Stutzen. Dies kann bei den Trainern erfragt werden.

Tasche

Irgendwann ist sicherlich eine Hockeytasche sinnvoll. Diese bietet ein zusätzliches Fach für den Schläger.

Haargummi

Bei längeren Haaren absolut sinnvoll.

Körperschutz

Schienbeinschoner

Bei den Schienbeinschonern sollte darauf geachtet werden, dass diese Protektoren für die Knöchel haben.

Handschuh

Speziell für den Hockeysport gibt es Handschuhe für die linke Hand. Dies ist die Hand, die den Schläger am oberen Ende des Griffes fasst. Da die Spieler häufig ein sogenanntes „Brett“ legen, d. h. den Schläger auch flach auf den Boden legen um den Ball zu blocken, kann der harte Ball oder ein anderer Schläger die Hand treffen. Daher ist es notwendig, diese speziell zu schützen.

Zahnschutz

Leider kann es passieren, dass ein Spieler (unabsichtlich) mit einem Schläger oder Ball im Gesicht getroffen wird. Daher ist es wichtig, einen Zahnschutz zu tragen. Für Zahnspangenträger sind spezielle Zahnschutze erhältlich.

Saisons

Hockey wird im Verlaufe des Jahres in eine Hallen- und eine Feldsaison eingeteilt. In der Feldsaison (Ostern bis Herbstferien) wird im Sommer draußen gespielt und trainiert, in der Hallensaison (Herbstferien bis Ostern) in der Halle.

Auf dem Feld gibt es je nach Altersklasse und Meldung beim Verband unterschiedliche Feldgrößen, vom Kleinfeld über Dreiviertelfeld bis zum Großfeld.

In der Hallensaison werden häufig Turniertage mit mehreren Spielen gespielt. In der Feldsaison gibt es sowohl Spieltage mit mehreren Spielen als auch Einzelspiele, je nach Liga und Mannschaft.

Mannschaften

Es gibt folgende Mannschaften im Hockey:

- Minis (U6)
- Bambinis (U8)
- männliche / weibliche U10 (mU10 / wU10)
- männliche / weibliche U12 (mU12 / wU12)
- männliche / weibliche U14 (mU14 / wU14)
- männliche / weibliche U16 (mU16 / wU16)
- männliche / weibliche U18 (mU18 / wU18)
- Herren / Damen
- Senioren / Seniorinnen

Die Zugehörigkeit richtet sich immer nach dem jeweiligen Geburtsjahr des Spielers. Ein Wechsel in eine nächsthöhere Mannschaft erfolgt immer zu Beginn der Feldsaison.

Einordnung nach Geburtsjahr

Männlich	2025	2026	2027	2028	2029	Weiblich
mU18	2007/08	2008/09	2009/10	2010/11	2011/12	wU18
mU16	2009/10	2010/11	2011/12	2012/13	2013/14	wU16
mU14	2011/12	2012/13	2013/14	2014/15	2015/16	wU14
mU12	2013/14	2014/15	2015/16	2016/17	2018/19	wU12
mU10	2015/16	2016/17	2017/18	2018/19	2019/20	wU10
mU8	2017/18	2018/19	2019/20	2020/21	2021/22	wU8
mU6	<=2019	<=2020	<=2021	<=2022	<=2023	wU6

Es ist prinzipiell möglich in der eigenen Altersklasse und eine der nächsthöheren Altersklasse zu spielen (auch „hochspielen“ genannt).

Mannschaftsstärke

Halle: 5 Spieler + Torhüter

- Kleinfeld: 6 Spieler + Torhüter (U10)
5 Spieler + Torhüter (U10 und aufwärts)
- Dreiviertelfeld: 8 Spieler + Torhüter
- Großfeld: 10 Spieler + Torhüter

Ausnahmen sind die Minis und die Bambinis, die mit jeweils zwei Toren pro Mannschaft, vier Feldspielern und ohne Torhüter spielen. In der Regel werden zu Turnieren etwa drei Auswechselspieler mitgenommen. Theoretisch können auch mehr Auswechselspieler mitgenommen werden. Auf welchem Feld gespielt wird, wird je nach Saison durch die Anmeldung der Mannschaft geklärt.

Veranstaltungen

Turniere / Spiele

Ein Verein ist immer auf die Mithilfe der Eltern und Spieler angewiesen. So ist es notwendig, dass sich Fahrer finden, die zu den Auswärtsturnieren fahren und die Mannschaften auch gerne anfeuern. Hier ist es sinnvoll, wenn sich die Eltern / Fahrgemeinschaften eigenständig abstimmen, damit die Trainer von dieser Organisation befreit sind. Ort, Zeit und Aufstellung kommt von den Trainern rechtzeitig im Vorfeld. Auch eine rechtzeitige Zu- oder Absage ist für die Trainer immens wichtig. Bei Heimturnieren werden im Vorfeld Personen benötigt, die beim Aufbau helfen. Es müssen Tore, Tische und ggf.



Buerscher Hockey-Club e.V.
Breddestr. 21 ♦ 45894 Gelsenkirchen
E-Mail: vorstand@buerscher-hc.de
www: <https://buerscher-hc.de>

#bueristhockey

Banden aufgebaut werden. Zudem ist Kaffee zu kochen und auch während des Spiels der Verkauf von Speisen und Getränken zu gewährleisten. Auch hier ist eigenverantwortliche Unterstützung sehr hilfreich. Kuchen-, Brezelspenden o. ä. für den Verkauf sind gerne gesehen. Dies bessert die Vereinskasse auf. Damit ein Verein funktioniert sollten sich möglichst alle Eltern mit einbringen.

Anhockeln / Abhockeln

Einmal im Jahr muss der Platz des BHC auf die Feldsaison (Anhockeln) vorbereitet, bzw. nach der Feldsaison (Abhockeln) winterfest gemacht werden. Hier ist Laub zu fegen, Unkraut zu beseitigen, die Garage und die Hütte aufzuräumen und auch Ausrüstung (Banden etc.) zu reparieren. Hier ist zahlreiche Mithilfe sehr willkommen. Im Zuge dieser Aktionen wird auch gerne im Anschluss gegrillt, Salat gegessen, geplaudert und auch ein wenig Hockey (auch gerne mit Nicht-Hockey-Spielern) gespielt.

Feste / sonstige Veranstaltungen

In der Regel findet einmal im Jahr eine Weihnachtsfeier statt. Hier geht es hauptsächlich um ein gemütliches Beisammensein. Die spezielle Planung und der Verlauf werden via WhatsApp über die Community und in den Mannschaftsgruppen des BHC kommuniziert. In unregelmäßigen Abständen werden zusätzlich Hockey-Camps organisiert. Zudem gibt es, wie in jedem Verein, natürlich vereinspezifische Versammlungen (bspw. Jahreshauptversammlung).



Buerscher Hockey-Club e.V.
Breddestr. 21 ♦ 45894 Gelsenkirchen
E-Mail: vorstand@buerscher-hc.de
www: <https://buerscher-hc.de>

#bueristhockey

Kleine Regelkunde

Dies stellt kein vollständiges Regelwerk dar, soll aber helfen, den Einstieg zu erleichtern, das Spiel besser zu verstehen und natürlich den Zuschauern / Eltern die Möglichkeit geben, kompetent von der Seitenlinie aktiv mitzufiebern.

Allgemeines

Zur jeweiligen Mannschaftsstärke wurde schon zuvor etwas gesagt. Gespielt wird in zwei Halbzeiten und es gibt zwei Schiedsrichter an den Seitenlinien, welche versetzt stehen. In der zweiten Halbzeit wechseln entweder die Mannschaften oder die Schiedsrichter die Seiten.

Das Spiel beginnt traditionell mit einer Begrüßung der gegnerischen Mannschaft und der Schiedsrichter in der Spielfeldmitte sowie einem vereinspezifischen „Schlachtruf“.

Grundsätzlich dürfen Feldspieler den Ball nur mit dem Schläger berühren. Dieser darf den Ball auch nur mit der flachen Seite (Vorhandseite) oder mit den Außenkanten berühren. Berührt der Ball die runde Seite des Schlägers, so ist ein Freischlag die Folge. Wird der Ball mit einem anderen Teil des Körpers berührt (häufig ist dies der Fuß), so erhält das andere Team einen Freischlag.

Der Torhüter darf den Ball mit jedem Teil des Körpers berühren, allerdings darf er diesen nicht blockieren (z. B. indem er sich auf den Ball legt). Dies hat eine Strafecke zur Folge.

Wie hoch der Ball gespielt werden darf, hängt davon ab, ob in der Halle oder auf dem Feld gespielt wird. Näheres dazu bei den Unterschieden zwischen Halle und Feld.



Buerscher Hockey-Club e.V.
Breddestr. 21 ♦ 45894 Gelsenkirchen
E-Mail: vorstand@buerscher-hc.de
www: <https://buerscher-hc.de>

#bueristhockey

Grundsätzlich sind Torschüsse nur innerhalb des Schusskreises erlaubt. Tore, welche nicht innerhalb des Schusskreises erzielt wurden, zählen nicht. Daher wird der Ball dann auch gerne durchgelassen um einen Abschlag zu bekommen. Ein Torschuss innerhalb des Schusskreises darf sowohl in der Halle als auch auf dem Feld hochgespielt werden.

Im Feld darf dazu auch außerhalb des Schusskreises hochgespielt werden, sofern kein Spieler dabei gefährdet wird.

Der Ball darf nicht vorsätzlich ins eigene Tor-Aus gespielt werden, sonst droht eine Strafecke.

Zudem ist das sogenannte „Stockschlagen“ nicht erlaubt. Es darf also nicht absichtlich gegen den Stock des ballführenden Spielers geschlagen werden. Auch ein Übergreifen mit dem Schläger über den Schläger des Ballführenden ist nicht erlaubt. Allerdings ist dieses Verhalten für einen Laien schwer zu erkennen.

Sollte der Ball zwischen den Schlägern zweier Spieler über mehrere Sekunden verkeilt sein, so kann der Schiedsrichter einen „Bully“ pfeifen. Hier wird der Ball hingelegt, zwei sich gegenüberstehende Spieler stellen ihre Schläger links und rechts daneben und schlagen zuerst auf den Boden, dann gegeneinander, dann wieder auf den Boden und versuchen den Ball dann schnell unter Kontrolle zu bekommen.

Geht der Ball durch die eigene Mannschaft ins Tor-Aus, so gibt es eine sogenannte lange Ecke. Dies jedoch nur auf dem Feld, nicht in der Halle.

Beim Hockey gibt es generell kein Abseits und auch keine Eigentore (ein Tor wird dann gezählt, wenn im Schusskreis ein Angreifer den Ball berührt hat).

Grundsätzliche Schlagtechniken

Schlenzen / Lupfen

Der Ball wird mit dem Schläger geschoben und dabei meist vom Boden hochgespielt. Manchmal wird der Ball dabei in den Schläger eingehängt und durch eine Drehbewegung beschleunigt.

Schieben

Ähnlich dem Schlenzen, nur bleibt der Ball dabei flach.

Schlagen

Der Schläger wird mit einer Ausholbewegung in der Luft gegen den Ball geschlagen. (Nur Feld!)

Schrubben

Ähnlich dem Schlagen, nur wird der Schläger nicht in der Luft ausgeholt, sondern über den Boden „geschrubbt“.

Argentinische Rückhand

Immer populärer werdende Technik, welche ein Rückhandspiel des Balles mit der Außenseite des Schlägers darstellt.

„Brett legen“

Hier handelt es sich nicht um eine Schlagtechnik sondern um eine Blocktechnik. Der Schläger wird möglichst auf den Boden gelegt um den Ball zu stoppen oder ein Vorbeispielen zu verhindern.

Freischläge / Strafecken

Freischläge beziehen sich auf Vergehen (z. B.: Fußberührung eines Gegenspielers) auf dem gesamten Spielfeld außerhalb des Schusskreises, sowohl in der Halle als auch auf dem Feld.

Strafecken beziehen sich auf Vergehen der verteidigenden Mannschaft innerhalb des eigenen Schusskreises.

Bei Freischlägen sind die Situation und der Ort der Ausführung sowie die jeweilige Mannschaft zu unterscheiden:

Bei einem Freischlag gibt es in der Regel keinen Anpfiff durch den Schiedsrichter. Der Ball muss kurz ruhen und kann dann sofort gespielt werden. Dies macht das Spiel besonders schnell. Wichtig dabei ist, dass die Gegenspieler einen Abstand von drei Metern in der Halle (auf dem Feld fünf Meter) halten. Der Ball darf dann nicht direkt in den Schusskreis gespielt werden, es sei denn der Spieler läuft zuvor drei Meter (auf dem Feld fünf Meter) mit dem Ball.

Geht der Ball auf dem Feld ins Seitenaus, so gibt es ein sogenanntes Einschieben bzw. Einschlagen von der Seitenauslinie. In der Halle kommt dies nicht zur Anwendung, da das Spielfeld von einer Bande an den Seitenauslinien begrenzt ist.

Bei einem Vergehen der abwehrenden Mannschaft im eigenen Schusskreis kommt es zu einer Strafecke.

Bei der Strafecke wird von einem Eckpunkt auf der Torlinie der Ball von einem Angreifer zugespielt. Vier Abwehrspieler stehen neben dem Tor auf der Torauslinie. Mehrere davon können eine Schutzmaske tragen. Drei Angreifer stehen außerhalb des Schusskreises. Wird der Ball durch den Schiedsrichter freigegeben, spielt der Angreifer den Ball zu ihren Mitspielern. Diese müssen den Ball außerhalb des Schusskreises annehmen oder den Ball aus dem Schusskreis führen. Dann können sie mit dem Ball in den Schusskreis und direkt auf das Tor spielen und somit versuchen, ein Tor zu erzielen. Die Verteidiger versuchen dies ab dem Zeitpunkt der Hereingabe zu verhindern. Mit der Hereingabe wird das Spiel fortgeführt. Die Verteidiger dürfen

den Schusskreis nicht mit der Maske verlassen und müssen diese vorher ablegen.

Bei absichtlichen Regelverstößen der verteidigenden Mannschaft (z. B. Tor wird mit dem Körper auf der Torlinie verhindert) innerhalb des eigenen Schusskreises, kommt es zu einem Siebenmeter. Hier versucht – analog zum Elfmeter im Fußball – der Siebenmeterschütze ein Tor vom Siebenmeterpunkt gegen den Torhüter zu erzielen.

In der Altersklasse U10 wird statt der Strafecke ein sogenannter Penalty ausgeführt. Beim Penalty läuft ein Spieler alleine auf den Torhüter zu und versucht ein Tor zu erzielen. Der Spieler hat hierfür acht Sekunden Zeit. Sind die acht Sekunden abgelaufen oder der Ball im Toraus, so ist der Penalty gescheitert.

Unterschiede Feld / Halle

Hockey wird im Jahresspielbetrieb in eine Hallensaison und eine Feldsaison unterteilt. Unabhängig von der Feldgröße, der Spielzeit und der Anzahl der Spieler auf dem Spielfeld gibt es noch einige weitere Unterschiede im Regelwerk, welche nachfolgend kurz aufgezeigt werden sollen.

Erlaubte Schlagtechniken

Im Gegensatz zum Feld ist in der Halle das Schlagen des Balles nicht erlaubt. Ebenso darf – Ausnahme Torschuss – der Ball in der Halle nicht hochgespielt werden.

Banden

In der Halle werden am Seitenaus Banden aufgebaut, welche auch ins Spielgeschehen eingebunden werden. Ein Überspielen der Bande führt zu einem Freischlag.

Ecken

In der Halle gibt es keine langen Ecken, lediglich Strafecken. Ein Aus an der Torlinie führt zu einem Abschlag am Schusskreis.

Nützliche Links

Unsere Webseite www.buerscher-hc.de

Facebook-Kanal www.facebook.com/BuerscherHockeyClub

Instagram-Kanal www.instagram/buerscher_hockey_club

Webseite des WHV www.whv-hockey.de

Webseite des DHB www.magazin.hockey.de/



Buerscher Hockey-Club e.V.
Breddestr. 21 ♦ 45894 Gelsenkirchen
E-Mail: vorstand@buerscher-hc.de
www: <https://buerscher-hc.de>

#bueristhockey