

Hockey

Hockey is een sport die al duizenden jaren bestaat. In het begin waren er veel verschillende manieren om het spel te spelen. Wel gebruikte men altijd een stok. Pas na de middeleeuwen ging men het spel spelen zoals wij dat nu doen.

Eerst werd de sport alleen in het Verenigd Koninkrijk gespeeld, op ijs. Later werd in de warmere maanden ook getraind op gras. Hieruit ontstond het huidige veldhockey. In Nederland kennen we de sport vanaf 1896.

Het spel wordt gespeeld door twee teams van 11 spelers. Tien spelers in het veld en een keeper. Elke speler heeft een stick. De stick heeft een bolle en een platte kant en is gemaakt van hout en/of kunststof. Doordat de bolle kant rechts zit en de platte kant links kun je de sticks alleen rechtshandig gebruiken. Linkshandige sticks zijn niet toegestaan.

De bal die gebruikt wordt weegt ongeveer 160 gram. De buitenkant van de bal is meestal glad. Het veld is over het algemeen gemaakt van kunstgras, maar het kan altijd voorkomen dat een wedstrijd op een echt grasveld moet worden gespeeld. Het speelveld is rechthoekig. Het is ruim 91 meter lang en 55 meter breed.

De veldspelers moeten scheenbeschermers dragen en een stick in hun handen hebben. Een gebitsbeschermer is niet verplicht maar wel verstandig! Voor de keeper is een helm verplicht. Bescherming voor voeten, benen, lijf, ellebogen en handen is niet verplicht, maar wel prettig.

Een wedstrijd duurt 2 keer 35 minuten. Daartussen zit een rust van 5 minuten. Er zijn twee scheidsrechters die er voor zorgen dat de wedstrijd eerlijk gespeeld wordt. Iedere scheidsrechter bewaakt één helft van het speelveld.

