

Beste zaalhockeyers,

De afgelopen tijd zijn we druk bezig geweest om ervoor te zorgen dat we weer kunnen zaalhockeyen. En dat is gelukt! Ook de 8-tallen gaan dit jaar zaalhockeyen in competitievorm.

De contactpersonen voor het zaalhockey zijn:
Ronald Colijn (algemene zaken)
Kees van Rooij (wedstrijdzaken)
Arjan van Engelen (communicatie wedstrijdzaken)
Ray van Meel (technische zaken, algemeen)
Jan-Peter Dragt (technische zaken, trainingszaken)
Esther Korsten (jongste jeugd, algemeen)

Voor specifieke vragen willen we jullie vragen zo veel mogelijk de contactpersonen zelf te benaderen. Altijd graag zaalhockey@mhcd.nl cc'en.

Communicatie

Op de website van MHCD komt een button "zaalhockey". Hier vind je specifieke informatie over zaalhockey, zaalhockey in zijn algemeenheid en zaalhockey bij MHCD. Verschillende vragen worden hier kort beantwoord. Bijvoorbeeld wat je moet doen als je team niet kan trainen. Ook worden de nieuwsbrieven hier geplaatst.

Trainingen

Op **maandag 6 november 2017** starten de zaalhockeytrainingen. Het trainingsschema verschijnt zo snel mogelijk in de MHCD App (*in de bijlage is het trainingsschema ook opgenomen*). Om ervoor te zorgen dat iedereen (minimaal) één keer getraind heeft in de zaal voor de eerste competitiewedstrijd, starten we net als andere jaren een maand voor de competitie met trainen.

Trainingen voor de senioren worden in overleg met de aanvoerders van de seniorenteam ingepland.

Omdat de zaalhockeytrainingen de veldhockeytrainingen kunnen overlappen, willen we jullie vragen om de zaaltraining voor te laten gaan. Het is erg leerzaam en leuk om nu al een keer in de zaal te hebben getraind, ook nog voor de veldcompetitie! De **veldtrainers** geven aan hetzelfde team in de zaal training.

Dit jaar maken we gebruik van de nieuwe sporthal "De Dillenburcht" (Prins Hendrikstraat 82, Drunen) en "De Brug" (dit is de sporthal naast basisschool de Olof Palme -Aziëlaan 43, Drunen-). Vanuit de gemeente Heusden zijn er strengere eisen voor het beschermen van de sporthallen gesteld. Verder biedt De Dillenburcht ons, door de grootte, de mogelijkheid om met twee teams tegelijkertijd te trainen. Instructies voor het opbouwen van de zaal en de huisregels voor de zalen staan in de bijlage op de **volgende pagina**. Deze worden ook binnenkort op de website geplaatst.

Materialen

In De Dillenburcht ligt een tas met zaalhockeyballen (beheerder weet waar de ballen liggen). Dit zijn 30 ballen, zorg ervoor dat er aan begin van de training wordt gecontroleerd of er 30 ballen inzitten en dat er aan het eind van de training weer 30 ballen inzitten. Als je merkt dat er geen 30 ballen inzitten wanneer je begint met de training geef dit dan door aan zaalhockey@mhcd.nl. Zaalhockeyballen zijn erg kostbaar en het is voor het trainingsplezier minder leuk om met minder ballen te trainen, ben er dus zuinig op!

Let op: het is niet toegestaan om met veldhockeysticks te zaalhockeyen, ook al is de krul ingetapet. Daarnaast is het alleen toegestaan om met binnen schoenen (geen zwarte zolen) de zaal te betreden.

Verdere informatie volgt de komende weken. Heel veel succes met de eerste trainingen!

Met sportieve groeten,
De zaalcommissie

BIJLAGE: Zaalhockey training en de afspraken

- Alle trainingen zijn in De Dillenburcht en De Brug.
- Alle teams trainen 7x in blokken van 2 weken. Dit betekent dat er ongeveer om de 2 weken wordt getraind.
- **De kleedkamers mogen NIET met zaalhockeysticks betreedt worden.**
- Aan het begin van de training balken klaarleggen en bescherming aanbrengen en aan het einde weer opruimen (zie plattegrond van De Dillenburcht voor het opbouwen van de zaal voor twee teams).
- **Aan het begin van de training moeten in De Dillenburcht schermen achter de goals geplaatst worden, deze staan in de berging. De goals in Dillenburcht voor op de kleinere veldjes staan in de berging en zijn de rode unihockeygoals.**
- **In de Brug moeten er dikke matten achter de goal geplaatst worden. Gebruik daar pionnen als goals, zaalhockeygoals zijn daar niet beschikbaar.**
- Kom op tijd, en bij voorkeur iets eerder om de balken en de bescherming klaar te leggen, zodat je het maximale uit de training haalt.
- De trainer op het veld verzorgt ook de training in de zaal.
- Zorg dus binnen het team voor een goede communicatie met de trainer en coach.
- Alle trainingstijden staan in de MHCD App en op de MHCD website.
- Als er om wat voor reden een training uitvalt dit zo spoedig mogelijk doorgeven op zaalhockey@mhcd.nl. Zodat wij een ander team op die tijd kunnen indelen.
- Trainingstijd is schaars dus gebruik deze goed.
- Onderling ruilen mag zolang je het meldt op zaalhockey@mhcd.nl.
- Ballen: er is een tas met 30 ballen beschikbaar bij de beheerder. Voor de training en na de training ballen tellen! Verschillen doorgeven via zaalhockey@mhcd.nl.
Vorig jaar ging dit aardig maar laten we proberen het dit jaar nog beter te doen.
Zaalhockeyballen zijn namelijk erg kostbaar. Dus als je er een mist aan het einde van de training: zoeken!!!
- Veel trainingsplezier!

BIJLAGE: Plattegrond De Dillenburcht

Zie de legenda voor het aanbrengen van de VERPLICHTE beschermingsschermen.

