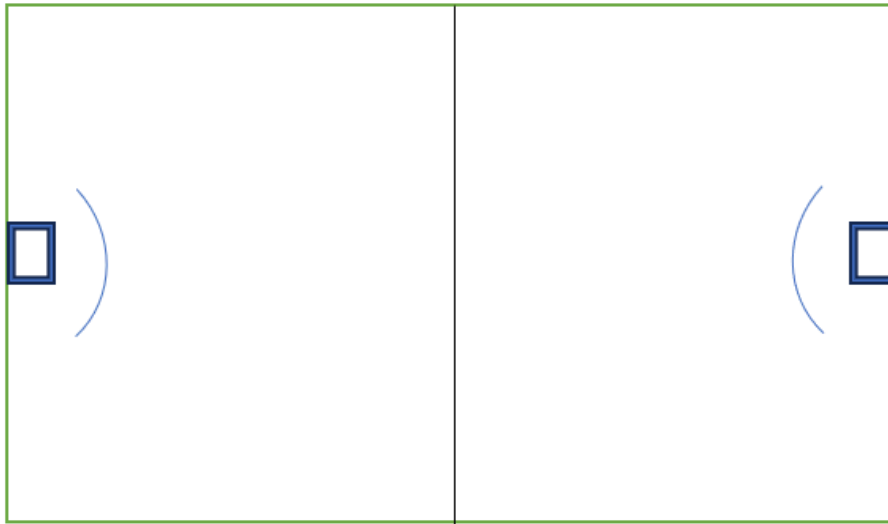


## Spelregels TJOEKBAL (gr 7/8) (middagprogramma)

### Doel van het spel

Door middel van overspelen met je teamgenoten wil je 1 van de 2 tjoeks bereiken, om de bal erin te gooien en buiten de cirkel weer in het veld te laten stuiteren. De tegenstander wil dit voorkomen door de bal af te pakken of de bal te onderscheppen wanneer deze in de tjoek is gegooid.

### Veld



### Speelveld:

20x 12 meter en de cirkel is een straal van 2,5 meter

### Aantal veldspelers:

6 tegen 6

### Materialen:

- 2 tjoeks
- 2 cirkels voor bij de tjoek (pionnen en lint)
- Handbal <https://www.bronsport.nl/handbal-guta-maat-0-mini.html>

### Spelbedoeling:

Het spel wordt altijd in het midden uitgenomen, bij de start en na elk doelpunt. Het team die als eerst staat aangegeven krijgt de bal uit. Door middel van overspelen kan je dichterbij de tjoek komen. Je mag 3 stappen zetten met de bal. Je mag in beide tjoeks scoren. Wanneer je de bal in de tjoek gooit en hij landt op de grond heb je een punt. Vervolgens wordt de bal in het midden weer uitgenomen en vervolgt het spel. Er hoeft niet weer opnieuw gefloten te worden, het spel gaat gelijk door.

### Spelregels:

- Er mag gescoord worden in beide tjoeks.
- De hele tjoek telt, ook de rand.

- Heb je gescoord, dan is de bal voor de tegenpartij.
- Bij een achterbal wordt het spel hervat vanuit het midden
- Bij een doelpunt wordt het spel hervat vanuit het midden
- Als de bal aan de zijkant eruit gaat, is het een inworp van de zijkant
- Heb je de bal onderschept van de tegenstander, dan mag je meteen proberen te scoren.
- Er mogen drie stappen met de bal gezet worden.
- De spelers met de bal heeft vrij balbezit.
- Beide teams mogen **niet** in het doelgebied komen.
- Kom je in **doelgebied** als aanvallende partij, krijgt de andere partij de bal uit in het midden.
- Als je als verdedigende partij in de cirkel komt is het een strafworp
- Strafworp wordt genomen vanaf 7 meter. De bal wordt gegooid in de tjoek, alle spelers staan op de middenlijn.
- Spelers mogen de bal niet onder de knie raken. Dan is de bal voor de tegenpartij
- Frontaal verdedigen is toegestaan. Een speler mag **niet fysiek worden**.
- De bal onderscheppen mag
- Bij een overtreding moet de tegenstander 3 meter afstand nemen en wordt er weer verder gespeeld. Dit is vanaf de positie waar de overtreding is gemaakt.
- Je mag **niet** vanaf de zijlijn en vanaf het midden in de Tjoek gooien.

### **Bij onduidelijkheid beslist de wedstrijdleiding!**

#### **Team te laat**

Wanneer een team niet aanwezig is na het wisselsignaal gaat de volgende strafregel in:

- Aanwezig binnen 2 minuten na het wisselsignaal. Het team start met (een) tegendoelpunt(en) (dodgebal 5, tjoekbal 5, matbal 5, lijnbal 2, touch-rugby 5)
- Aanwezig na 2 minuten na het wisselsignaal. De wedstrijd is verloren met een vastgestelde score (dodgebal 10-0, tjoekbal 10-0, matbal 10-0, lijnbal 5-0, touch-rugby 10-0).