

# ***DEUTSCHER HOCKEY- BUND e.V.***

Empfehlung  
Spielformen und  
Turniersysteme  
U8 U10 U12

Stand: 01.01.2021



Nach der Veröffentlichung (06.11.2009) der Empfehlungen zu Spielformen und Turniersysteme der Bereiche U8, U10 und U12 durch den DHB haben sich in vielen Landeshockeyverbänden einigermaßen einheitliche Durchführungsbestimmungen durchgesetzt. Eine Aktualisierung der Empfehlungen erfolgte am 01.01.2021.



## **U 8 (Mädchen & Knaben D)**

Spielform Feldhockey:

Mini-Hockey 4 gegen 4

Spielform Hallenhockey:

Mini-Hockey 4 gegen 4

Begründung:

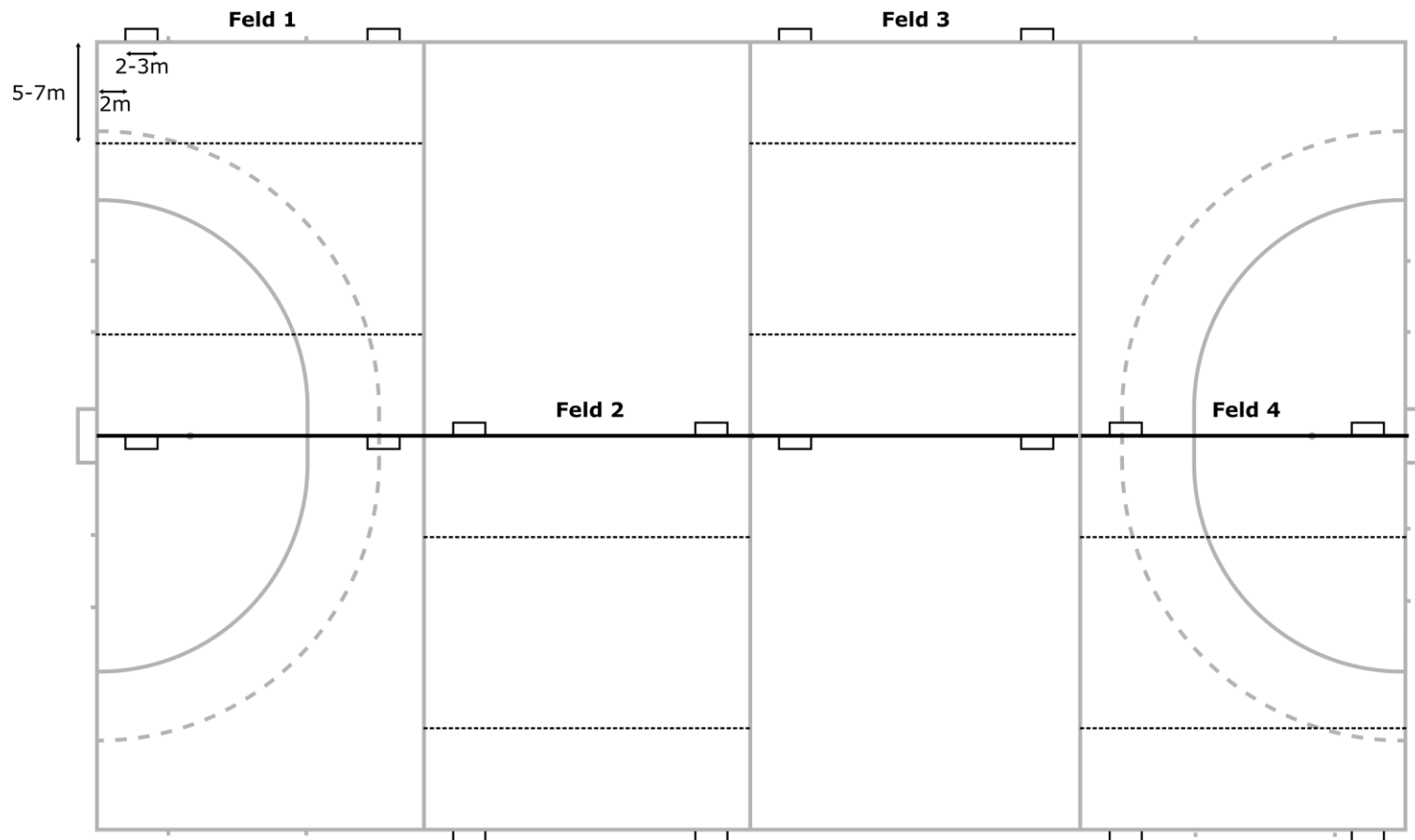
Im Mini-Hockey-Spiel 4 gegen 4 kommt es häufiger zu ballbezogenen Spielhandlungen als im Kleinfeld- und Hallenhockey. Spielfreude und technisch-taktische Entwicklungsreize werden damit besonders gefördert. Durch die reduzierte Spielfeldgröße und erhöhte Anzahl von individuellen Ballkontakten auf allen Spielfeldpositionen wird die frühe Entwicklung der Spielintelligenz gefördert.



## U 8 Feldhockey – Organisation & Aufbau

Je nach Feldgröße können zwei bis acht Spielfelder aufgebaut werden.

Material je Spielfeld: 4x Tore (Breite 2-3 m); 2x Torschusszonen (Breite 5-7 m)





## **U 8 Feldhockey – Spielregeln**

- / Zugelassene Techniken:
  - Ballabgabe: Schieben, Schrubbschlag und Schiebeschlag  
*Kleine Hepper sind erlaubt, solange diese ungefährlich für alle Mit- und Gegenspieler sind*
  - Ballannahme: alle Techniken
  - Ballführung: alle Techniken
- / Ein Freischlag für die gegnerische Mannschaft wird verhängt bei:
  - Absichtliches Spielen des Balls mit dem Fuß und/oder der runden Seite des Schlägers
  - Wenn der Ball über die Seitenlinie ins Aus gespielt wird
  - Absichtlicher Regelverstoß gegen einen Mit- oder Gegenspieler
- / Durchführung eines Freischlags:
  - Selfpass erlaubt
  - Abstandsregelung von 5 m muss eingehalten werden
  - Wird der Ball in der gegnerischen Hälfte außerhalb der Torschusszone ausgeführt, so darf der Ball nicht unmittelbar in die Torschusszone gespielt werden
- / Lange Ecke: entfällt
  - Alternative: Abschlag vom Rand der Torschusszone aus
- / Strafecke: entfällt
  - Alternative: Torschuss auf das leere Tor von der Torschusszonenlinie aus  
*Wurde durch den Fehler ein Tor verhindert, wird ein „Penalty Shoot-Out light“ durchgeführt.*



## **U 8 Feldhockey – Penalty Shoot-Out light**

### **Vorbereitung:**

- / Während des Shoot-Outs befinden sich **die Spieler beider Teams** hinter der Mittellinie.
- / Der Schiedsrichter platziert den Ball auf dem Anspielpunkt auf Höhe eines Tores in der Spielfeldmitte; es wird nur auf ein Tor gespielt.
- / Ein Spieler des gegnerischen Teams verteidigt das Tor beim Strafschuss.

### **Durchführung:**

- / Der abwehrende Spieler steht zwischen den Toren auf der Grundlinie, bis der den Strafschuss ausführende Spieler den Ball erstmals berührt hat.
- / Auf Pfiff des Schiedsrichters, führt der Spieler den Ball in Richtung des gegnerischen Schusskreises und versucht ein Tor zu erzielen.
- / Der Angreifer hat 10 s Zeit für die Ausführung.
- / Als zulässige Torschusstechnik ist lediglich das Schieben des Balls erlaubt.
- / Die Aktion ist beendet wenn durch den Angreifer ein Tor erzielt wurde, der Angreifer einen Regelverstoß begangen hat, der Ball den Schusskreis verlässt, der Ball über die Seiten-, Grund- oder Torlinie ins Aus rollt, ohne das ein neuer Penalty verhängt oder ein Tor gegeben wird, der Zeitraum von 10 s für die Ausführung des Penalty abgelaufen ist, ein neuer Penalty verhängt wurde
- / Wurde ein Tor erzielt, findet das Anspiel in der Mitte des Spielfeldes statt.
- / Wurde kein Tor erzielt, findet ein Abschlag für die abwehrende Mannschaft statt.
- / Bekommt eine Mannschaft in einem Spiel mehrere Penalties zugesprochen, müssen die durchführenden Spieler gewechselt werden.



## **U 8 Feldhockey – Turnierempfehlungen**

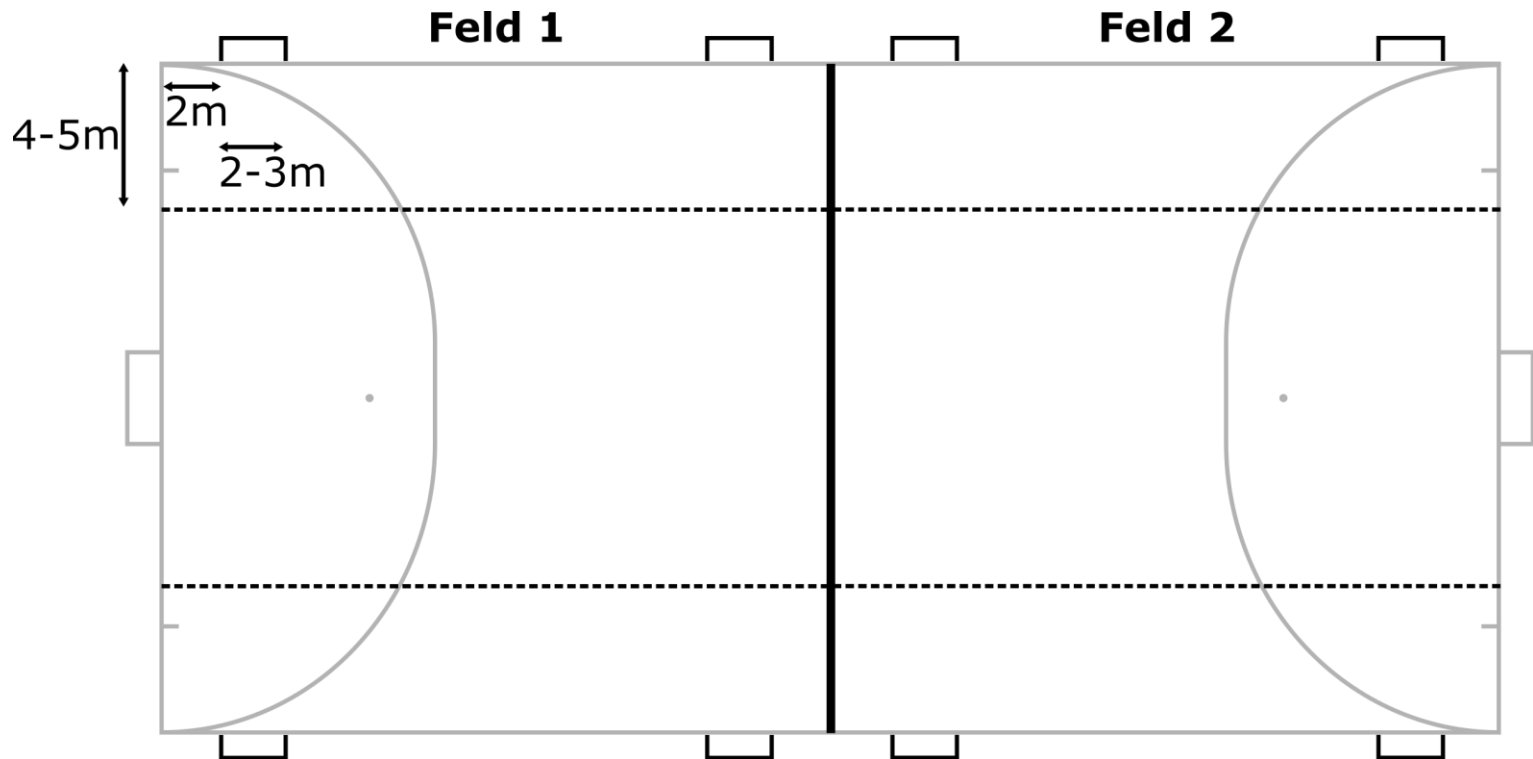
- / Turnierform mit bis zu 4 Spielen pro Mannschaft
- / Spieldauer je Spiel 2 x 10 min
- / Schiedsrichter: mind. ein\*e Schiedsrichter\*in; Ziel: Unterstützung des Spielflusses
- / Meldung von gleichstarken Mannschaften (2 bis 4); Talentierte Spieler\*innen können in einer „PlusLiga“ spielen
- / Eine Stammspielermeldung ist nicht erforderlich.
- / Die Spiele der jeweiligen Clubs sollten so zeitversetzt angesetzt werden, dass ein Trainer zwei Mannschaften betreuen kann.
- / In der webbasierten Dokumentation sollte die Spielfolge erscheinen, keine Ergebnisse dokumentiert und keine Rangfolgen gebildet werden.
- / Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison jeweils 4 Turniere umfassen.
- / Höchste Spielklasse: Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison mindestens einen Spieltermin mehr umfassen (6 Turniere je nach Verfügbarkeit).
- / In einem Saisonabschluss-Turniertag sollte es Teilnehmer-Urkunden für alle Spielerinnen und Spieler geben.



## U 8 Hallenhockey – Organisation & Aufbau

Je nach Feldgröße können ein bis zwei Spielfelder aufgebaut werden.

Material je Spielfeld: 4x Tore (Breite mind. 2,2 m); 2x Torschusszonen (Breite 4-5 m)







## **U 8 Hallenhockey – Spielregeln**

### **/ Zugelassene Techniken:**

- Ballabgabe: Schieben

*Kleine Hepper sind als Torschuss erlaubt, solange diese ungefährlich für alle Mit- und Gegenspieler sind  
Handhaltung am Schläger sollten auseinander sein (keine Schlagvarianten!)*

- Ballannahme: alle Techniken
- Ballführung: alle Techniken

### **/ Ein Freischlag für die gegnerische Mannschaft wird verhängt bei:**

- Absichtliches Spielen des Balls mit dem Fuß und/oder der runden Seite des Schlägers
- Wenn der Ball über die Seitenlinie ins Aus gespielt wird
- Absichtlicher Regelverstoß gegen einen Mit- oder Gegenspieler

### **/ Durchführung eines Freistoßes:**

- Selfpass erlaubt
- Abstandsregelung von 3 m muss eingehalten werden
- Wird der Ball in der gegnerischen Hälfte außerhalb der Torschusszone ausgeführt, so darf der Ball nicht unmittelbar in die Torschusszone gespielt werden

### **/ Lange Ecke: entfällt**

- Alternative: Abschlag vom Rand der Torschusszone aus

### **/ Strafecke: entfällt**

- Alternative: Torschuss auf das leere Tor von der Torschusszonenlinie aus  
*Wurde durch den Fehler ein Tor verhindert, wird ein „Penalty Shoot-Out light“ durchgeführt.*



## **U 8 Hallenhockey – Penalty Shoot-Out light**

### **Vorbereitung:**

- / Während des Shoot-Outs befinden sich **die Spieler beider Teams** hinter der Mittellinie.
- / Der Schiedsrichter platziert den Ball auf dem Anspielpunkt auf Höhe eines Tores in der Spielfeldmitte; es wird nur auf ein Tor gespielt.
- / Ein Spieler des gegnerischen Teams verteidigt das Tor beim Strafschuss.

### **Durchführung:**

- / Der abwehrende Spieler steht zwischen den Toren auf der Grundlinie, bis der den Strafschuss ausführende Spieler den Ball erstmals berührt hat.
- / Auf Pfiff des Schiedsrichters, führt der Spieler den Ball in Richtung des gegnerischen Schusskreises und versucht ein Tor zu erzielen.
- / Der Angreifer hat 10 s Zeit für die Ausführung.
- / Als zulässige Torschusstechnik ist lediglich das Schieben des Balls erlaubt.
- / Die Aktion ist beendet wenn durch den Angreifer ein Tor erzielt wurde, der Angreifer einen Regelverstoß begangen hat, der Ball den Schusskreis verlässt, der Ball über die Seiten-, Grund- oder Torlinie ins Aus rollt, ohne das ein neuer Penalty verhängt oder ein Tor gegeben wird, der Zeitraum von 10 s für die Ausführung des Penalty abgelaufen ist, ein neuer Penalty verhängt wurde
- / Wurde ein Tor erzielt, findet das Anspiel in der Mitte des Spielfeldes statt.
- / Wurde kein Tor erzielt, findet ein Abschlag für die abwehrende Mannschaft statt.
- / Bekommt eine Mannschaft in einem Spiel mehrere Penalties zugesprochen, müssen die durchführenden Spieler gewechselt werden.



## **U 8 Hallenhockey – Turnierempfehlungen**

- / Turnierform mit bis zu 4 Spielen pro Mannschaft
- / Spieldauer je Spiel 2 x 10 min
- / Schiedsrichter: mind. ein\*e Schiedsrichter\*in; Ziel: Unterstützung des Spielflusses
- / Meldung von gleichstarken Mannschaften (2 bis 4); Talentierte Spieler\*innen können in einer „PlusLiga“ spielen.
- / Eine Stammspielermeldung ist nicht erforderlich.
- / Die Spiele der jeweiligen Clubs sollten so zeitversetzt angesetzt werden, dass ein Trainer zwei Mannschaften betreuen kann.
- / In der webbasierten Dokumentation sollte die Spielfolge erscheinen, keine Ergebnisse dokumentiert und keine Rangfolgen gebildet werden.
- / Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison jeweils 4 Turniere umfassen.
- / Höchste Spielklasse: Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison mindestens einen Spieltermin mehr umfassen (6 Turniere je nach Verfügbarkeit).
- / In einem Saisonabschluss-Turniertag sollte es Teilnehmer-Urkunden für alle Spielerinnen und Spieler geben.



## U 8 (Mädchen & Knaben D) – Zusammenfassung

---

	<b>Spielform</b>	<b>Wichtigste Regeländerung</b>	<b>Turniersysteme</b>
<b>Empfehlungen Feldhockey</b>	Mini-(Feld)Hockey 4 gegen 4 auf vier Tore	<ul style="list-style-type: none"><li>– Techniken Schieben, Schubb- und Schiebeschlag</li><li>– Ball darf max. kniehoch gespielt werden</li><li>– Spieldauer</li><li>– Spielfeldgröße</li><li>– Torschusszone 7 m</li><li>– Lange Ecke entfällt, Alternative: Abschlag</li><li>– Strafecke entfällt, Alternative: Penalty Shoot-Out Light oder Torschuss ab Torschusszonenlinie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Turnierform mit Vielseitigkeitsform</li><li>– Ergebnisse, keine Tabellen</li><li>– Talentierte Spieler*innen in Plus-Liga</li></ul>
<b>Empfehlungen Hallenhockey</b>	Mini- (Hallen)Hockey 4 gegen 4 auf vier Tore	<ul style="list-style-type: none"><li>– Techniken Schieben</li><li>– Ball muss auf dem Boden gespielt werden</li><li>– Spieldauer</li><li>– Spielfeldgröße</li><li>– Torschusszone 4-5 m</li><li>– Lange Ecke entfällt, Alternative: Abschlag</li><li>– Strafecke entfällt, Alternative: Penalty Shoot-Out Light oder Torschuss ab Torschusszonenlinie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Turnierform ohne/mit Vielseitigkeitsform</li><li>– Ergebnisse, keine Tabellen</li><li>– Talentierte Spieler*innen in Plus-Liga</li></ul>

---



## **U 10 (Mädchen & Knaben C)**

Spielform Feldhockey:

Kleinfeldhockey 6+TW gegen 6+TW

Spielform Hallenhockey:

Hallenhockey 5+TW gegen 5+TW

Begründung:

Die ballbezogenen Spielhandlungen werden insbesondere unter Schnelligkeitsbedingungen gefordert. Die Durchführung von Schnelligkeitsformen unterstreicht die Bedeutung der Schnelligkeitsförderung in dieser Altersstufe.

Die Torwartposition wird neben allen anderen Positionen gleichbedeutend entwickelt.

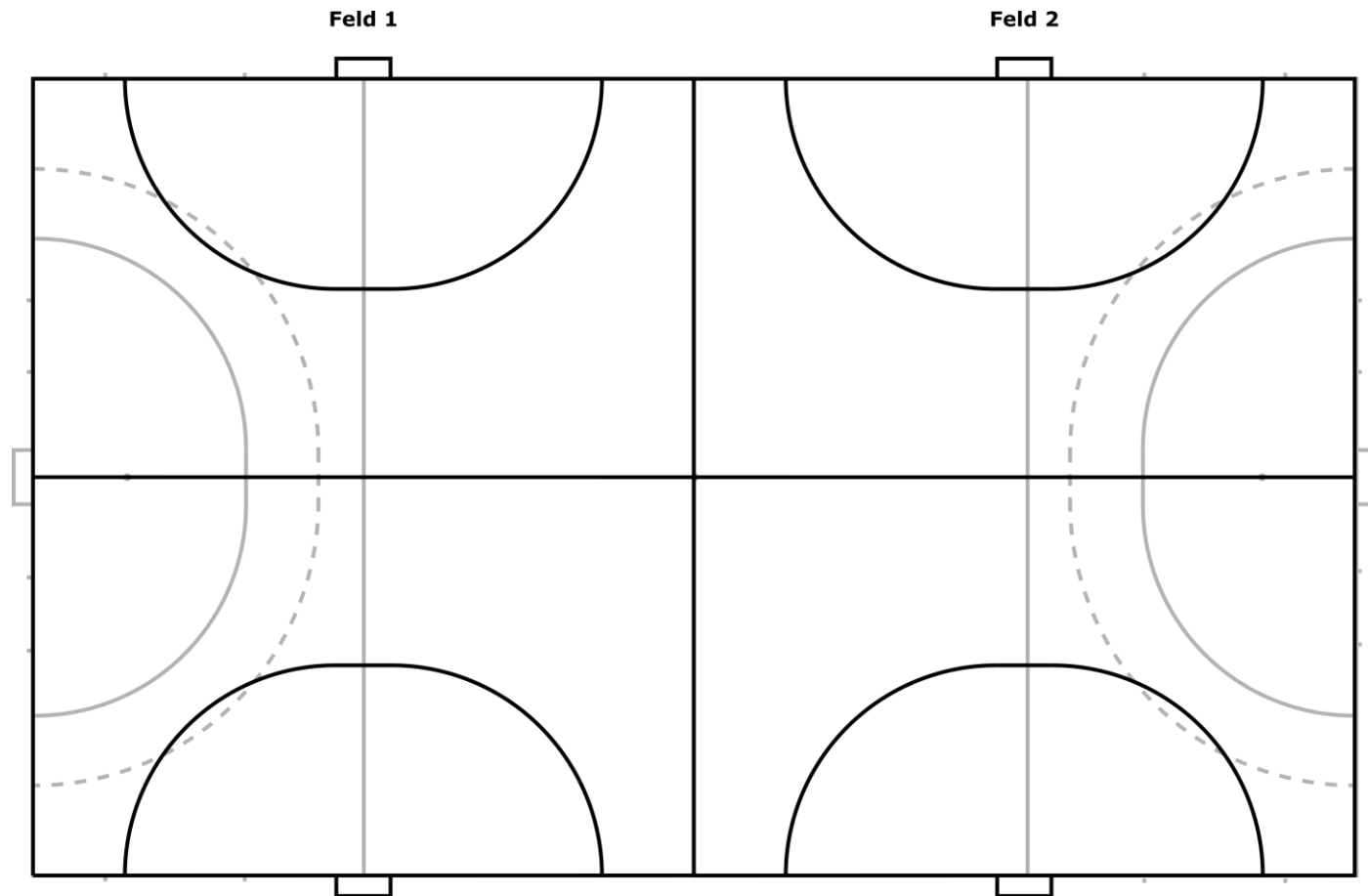
6 Feldspieler sind eine analoge Vorbereitung auf die taktischen Systeme im Dreiviertelfeld- und im Feldhockey.



## **U 10 Feldhockey – Organisation & Aufbau**

Je nach Feldgröße können ein bis zwei Spielfelder aufgebaut werden.

Material je Spielfeld: 2x Tore (Breite 3,66 m)





## **U 10 Feldhockey – Spielregeln**

- / Zugelassene Techniken: Alle Techniken der Ballabgabe, Ballannahme und Ballführung
- / Ein Freischlag für die gegnerische Mannschaft wird verhängt bei:
  - Absichtliches Spielen des Balls mit dem Fuß und/oder der runden Seite des Schlägers
  - Wenn der Ball über die Seitenlinie ins Aus gespielt wird
  - Absichtlicher Regelverstoß gegen einen Mit- oder Gegenspieler
- / Durchführung eines Freischlags:
  - Selfpass erlaubt
  - Abstandsregelung von 5 m muss eingehalten werden
  - Wird der Freischlag in der gegnerischen Hälfte außerhalb des Schusskreises ausgeführt, so darf der Ball nicht unmittelbar in die Torschusszone gespielt werden, sondern muss erst 5 m bewegt werden.
- / Lange Ecke: nach DHB-Regelwerk,
  - Ausführungsort ist auf der Mittellinie, seitenlinienparallel zu dem Ort, an dem der Ball die Grundlinie überschritten hat
- / Strafecke: entfällt
  - Alternative: „Penalty Shoot-Out “ oder „Strafecke light“



## **U 10 Feldhockey – Penalty Shoot-Out**

### **Vorbereitung:**

- / Während des Shoot-Outs befinden sich **die Spieler beider Teams** hinter die Mittellinie
- / Der Schiedsrichter platziert den Ball auf dem **Anstoßpunkt in der Spielfeldmitte**.
- / **Nur der Torhüter** verteidigt das Tor beim Strafschuss.

### **Durchführung:**

- / Der Torhüter muss auf der Torlinie bleiben, bis der den Strafschuss ausführende Spieler den Ball erstmals berührt hat, anschließend darf sich der Torwart an einer beliebigen Stelle innerhalb des Schusskreises aufhalten.
- / Auf Pfiff des Schiedsrichters, führt der Spieler den Ball in Richtung des gegnerischen Schusskreises und versucht ein Tor zu erzielen.
- / Der Angreifer hat 10 s Zeit für die Ausführung.
- / Die Aktion ist beendet wenn durch den Angreifer ein Tor erzielt wurde, der Angreifer einen Regelverstoß begangen hat, der Ball den Schusskreis verlässt, der Ball über die Seiten-, Grund- oder Torlinie ins Aus rollt, ohne das ein neuer Penalty verhängt oder ein Tor gegeben wird, der Zeitraum von 10 s für die Ausführung des Penalty abgelaufen ist, ein 7-m verhängt wurde, ein neuer Penalty verhängt wurde
- / Wurde ein Tor erzielt, findet das Anspiel in der Mitte des Spielfeldes statt.
- / Wurde kein Tor erzielt, findet ein Abschlag für die abwehrende Mannschaft statt.
- / Bekommt eine Mannschaft in einem Spiel mehrere Penalties zugesprochen, müssen die durchführenden Spieler gewechselt werden.





## **U 10 Feldhockey – Strafecke light**

### **Vorbereitung:**

- / Es werden folgende Positionen besetzt: Angriff mit Reingebler & Strafeckenschütze;  
Abwehr mit Torwart.

### **Durchführung:**

- / Nach Freigabe der Strafecke wird der Ball durch den Reingebler zum Strafeckenschützen gespielt.
- / Der Ball muss mind. einmal außerhalb des Schusskreises angenommen worden sein.
- / Der Ball muss innerhalb auf das Tor geschossen werden; eine Ablage auf den Rausgeber oder eigenes Umspielen ist nicht erlaubt.



## **U 10 Feldhockey – Turnierempfehlungen**

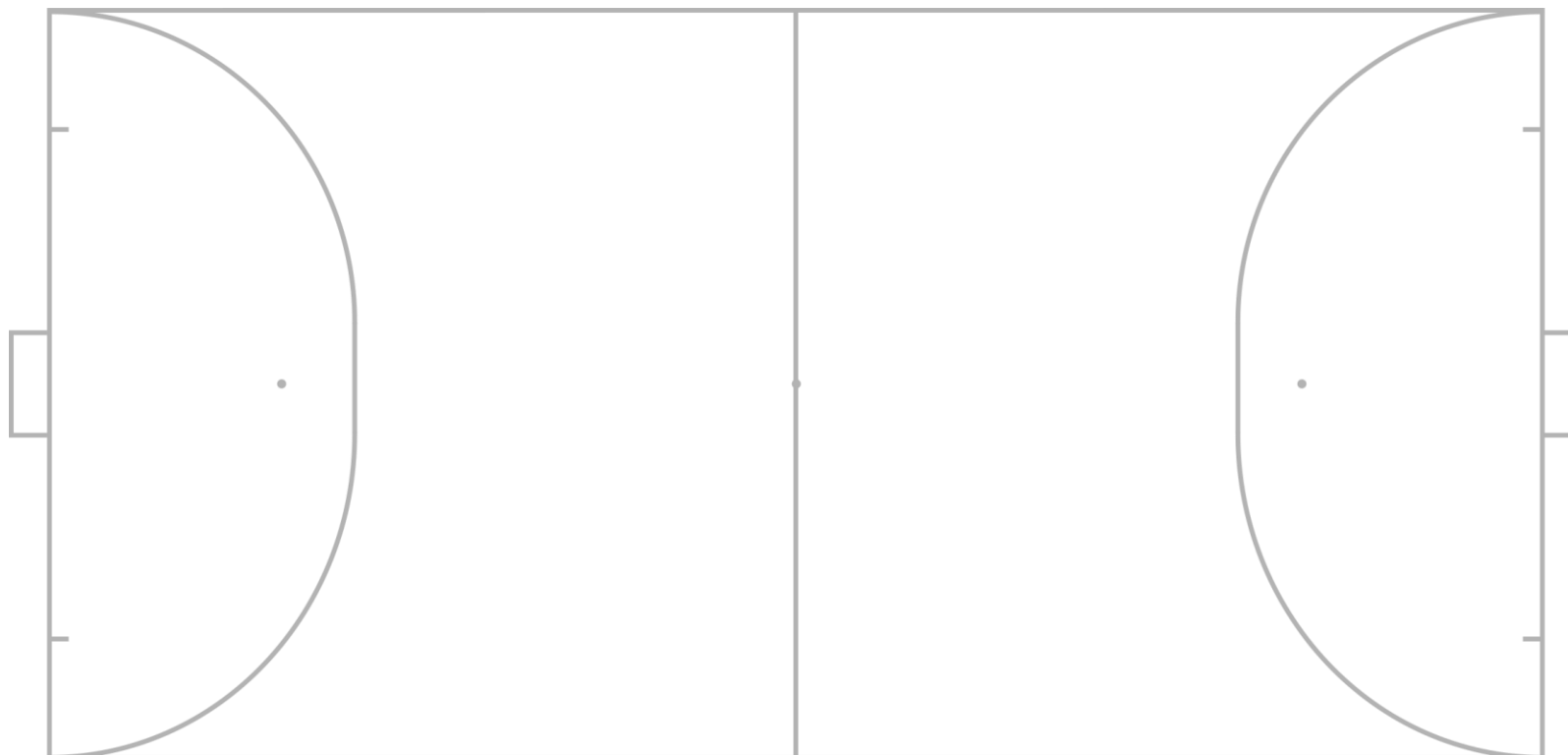
- / Turnierform mit bis zu 4 Spielen pro Mannschaft
- / Spieldauer je Spiel 2 x 10 min - 2 x 15min
- / Schiedsrichter: mind. zwei Schiedsrichter\*innen; Ziel: Unterstützung des Spielflusses
- / Die Trainer und Betreuer der Clubs können unterschiedlich niveaustarke Mannschaften (2 bis 4) in die gegliederten Turniersysteme melden; Talentierte Spieler\*innen können in einer „PlusLiga“ spielen.
- / Eine Stammspielermeldung ist nicht erforderlich.
- / Die Spiele der jeweiligen Clubs sollten so zeitversetzt angesetzt werden, dass ein Trainer zwei Mannschaften betreuen kann.
- / In der webbasierten Dokumentation sollten die Ergebnisse erscheinen und Rangfolgen gebildet werden.
- / Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison jeweils 4 Turniere umfassen.
- / Höchste Spielklasse: Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison mindestens einen Spieltermin mehr umfassen (6 Turniere je nach Verfügbarkeit).
- / In großen Turniersystemen können Final-Turniere und Platzierungs-Turniere erforderlich sein.



## **U 10 Hallenhockey – Organisation & Aufbau**

Der Aufbau ist identisch zum Hallenhockey im Erwachsenenbereich.

Material je Spielfeld: 2x Tore (Breite 3 m)





## **U 10 Hallenhockey – Spielregeln**

- / Zugelassene Techniken: Alle Techniken der Ballabgabe, Ballannahme und Ballführung
- / Ein Freischlag für die gegnerische Mannschaft wird verhängt bei:
  - Absichtliches Spielen des Balls mit dem Fuß und/oder der runden Seite des Schlägers
  - Wenn der Ball über die Bande ins Seitenlinienaus gespielt wird
  - Absichtlicher Regelverstoß gegen einen Mit- oder Gegenspieler
- / Durchführung eines Freischlags:
  - Selfpass erlaubt
  - Abstandsregelung von 3 m muss eingehalten werden
  - Wird der Ball in der gegnerischen Hälfte außerhalb der Torschusszone ausgeführt, so darf der Ball nicht unmittelbar in die Torschusszone gespielt werden (?)
- / Lange Ecke nach DHB-Regelwerk
- / Strafecke: entfällt
  - Alternative: „Penalty Shoot-Out “



## **U 10 Hallenhockey – Penalty Shoot-Out**

### Vorbereitung:

- / Während des Shoot-Outs befinden sich **die Spieler beider Teams** hinter die Mittellinie
- / Der Schiedsrichter platziert den Ball auf dem **Anstoßpunkt in der Spielfeldmitte**.
- / **Nur der Torhüter** verteidigt das Tor beim Strafschuss.

### Durchführung:

- / Der Torhüter muss auf der Torlinie bleiben, bis der den Strafschuss ausführende Spieler den Ball erstmals berührt hat, anschließend darf sich der Torwart an einer beliebigen Stelle innerhalb des Schusskreises aufhalten.
- / Auf Pfiff des Schiedsrichters, führt der Spieler den Ball in Richtung des gegnerischen Schusskreises und versucht ein Tor zu erzielen.
- / Der Angreifer hat 6 s Zeit für die Ausführung.
- / Die Aktion ist beendet wenn durch den Angreifer ein Tor erzielt wurde, der Angreifer einen Regelverstoß begangen hat, der Ball den Schusskreis verlässt, der Ball über die Seiten-, Grund- oder Torlinie ins Aus rollt, ohne das ein neuer Penalty verhängt oder ein Tor gegeben wird, der Zeitraum von 6 s für die Ausführung des Penalty abgelaufen ist, ein 7-m verhängt wurde, ein neuer Penalty verhängt wurde
- / Wurde ein Tor erzielt, findet das Anspiel in der Mitte des Spielfeldes statt.
- / Wurde kein Tor erzielt, findet ein Abschlag für die abwehrende Mannschaft statt.
- / Bekommt eine Mannschaft in einem Spiel mehrere Penalties zugesprochen, müssen die durchführenden Spieler gewechselt werden.



## **U 10 Feldhockey – Strafecke light**

### **Vorbereitung:**

- / Es werden folgende Positionen besetzt: Angriff mit Reingebler & Strafeckenschütze; Abwehr mit Torwart.

### **Durchführung:**

- / Nach Freigabe der Strafecke wird der Ball durch den Reingebler zum Strafeckenschützen gespielt.
- / Der Ball muss mind. einmal außerhalb des Schusskreises angenommen worden sein.
- / Der Ball muss innerhalb auf das Tor geschossen werden; eine Ablage auf den Rausgeber oder eigenes Umspielen ist nicht erlaubt.



## **U 10 Hallenhockey – Turnierempfehlungen**

- / Turnierform mit bis zu 4 Spielen pro Mannschaft
- / Spieldauer je Spiel 2 x 10 min - 2 x 15min
- / Schiedsrichter: mind. zwei Schiedsrichter\*innen; Ziel: Unterstützung des Spielflusses
- / Die Trainer und Betreuer der Clubs können unterschiedlich niveaustarke Mannschaften (2 bis 4) in die gegliederten Turniersysteme melden; Talentierte Spieler\*innen können in einer „PlusLiga“ spielen.
- / Eine Stammspielermeldung ist nicht erforderlich.
- / Die Spiele der jeweiligen Clubs sollten so zeitversetzt angesetzt werden, dass ein Trainer zwei Mannschaften betreuen kann.
- / In der webbasierten Dokumentation sollten die Ergebnisse erscheinen und Rangfolgen gebildet werden.
- / Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison jeweils 4 Turniere umfassen.
- / Höchste Spielklasse: Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison mindestens einen Spieltermin mehr umfassen (6 Turniere je nach Verfügbarkeit).
- / In großen Turniersystemen können Final-Turniere und Platzierungs-Turniere erforderlich sein.



## U 10 (Mädchen & Knaben C) – Zusammenfassung

---

	<b>Spielform</b>	<b>Wichtigste Regeländerung</b>	<b>Turniersysteme</b>
<b>Empfehlungen Feldhockey</b>	Kleinfeldhockey 6+TW gegen 6+TW	<ul style="list-style-type: none"><li>– Spieldauer</li><li>– Spielfeldgröße</li><li>– Lange Ecke ab Mittellinie</li><li>– Strafecke entfällt, Alternative: Penalty Shoot-Out</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Turnierform mit Schnelligkeitsform</li><li>– Ergebnisse mit Tabellen</li><li>– Final- &amp; Platzierungsturniere</li><li>– Talentierte Spieler*innen in Plus-Liga</li></ul>
<b>Empfehlungen Hallenhockey</b>	Hallenhockey 5+TW gegen 5+TW	<ul style="list-style-type: none"><li>– Spieldauer</li><li>– Lange Ecke ab Mittellinie</li><li>– Strafecke entfällt, Alternative: Penalty Shoot-Out</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Turnierform mit Schnelligkeitsform</li><li>– Ergebnisse mit Tabellen</li><li>– Final- &amp; Platzierungsturniere</li><li>– Talentierte Spieler*innen in Plus-Liga</li></ul>

---





## **U 12 (Mädchen & Knaben B)**

Spielform Feldhockey:

Dreiviertelfeldhockey 8+TW gegen 8+TW

Spielform Hallenhockey:

Hallenhockey 5+TW gegen 5+TW

Begründung:

Die ballbezogenen Spielhandlungen werden sehr feldhockeytaktiknah gefordert.

Die Strafecke wird als feldhockeytypische Strafe entwickelt.

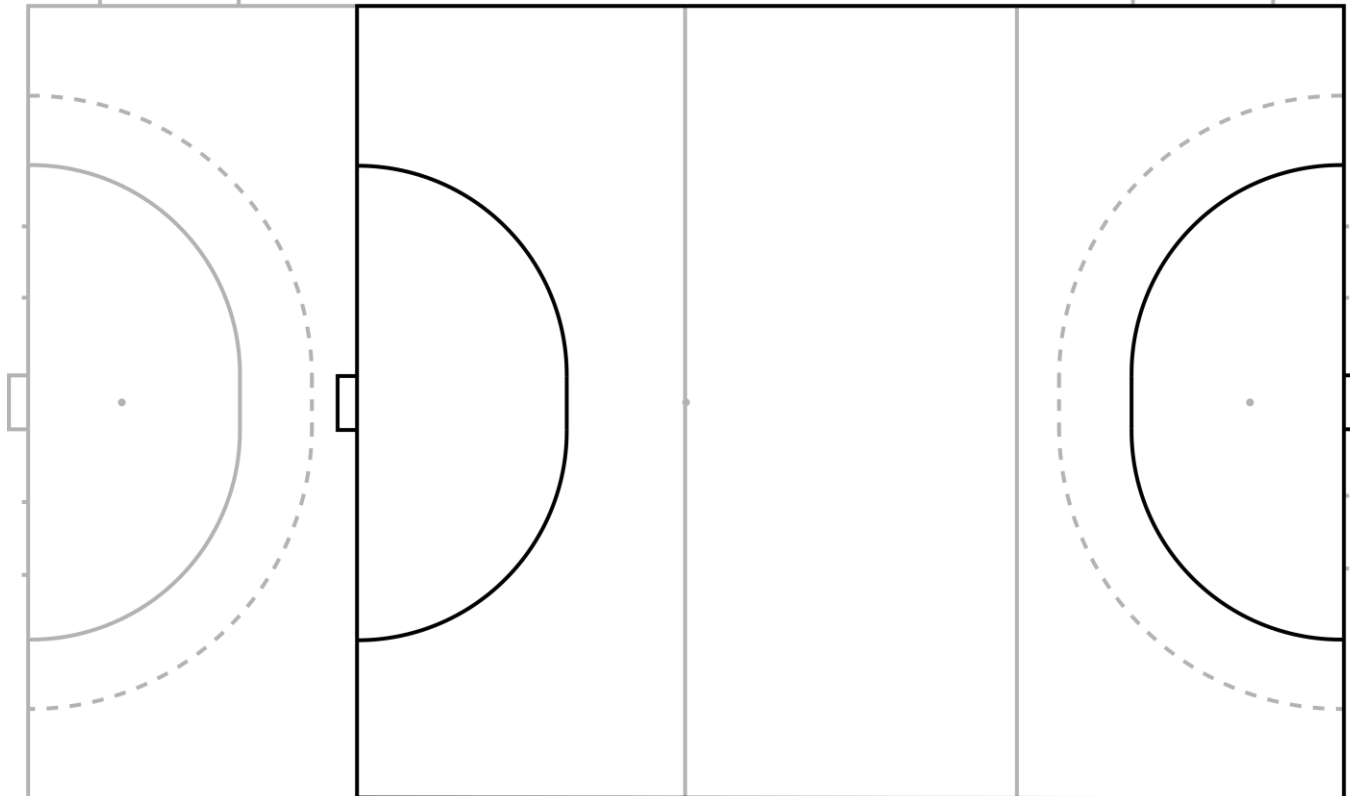
8 Feldspieler sind eine analoge Vorbereitung auf die taktischen Systeme im Feldhockey.



## **U 12 Feldhockey – Organisation & Aufbau**

Es wird ein Spielfeld aufgebaut.

Material je Spielfeld: 2x Tore (Breite 3,66 m)





## **U 12 Feldhockey – Spielregeln**

- / Zugelassene Techniken: Alle Techniken der Ballabgabe, Ballannahme und Ballführung
- / Ein Freischlag für die gegnerische Mannschaft wird verhängt bei:
  - Absichtliches Spielen des Balls mit dem Fuß und/oder der runden Seite des Schlägers
  - Wenn der Ball über die Seitenlinie ins Aus gespielt wird
  - Absichtlicher Regelverstoß gegen einen Mit- oder Gegenspieler
- / Durchführung eines Freischlags:
  - Selfpass erlaubt
  - Abstandsregelung von 5 m muss eingehalten werden
  - Wird der Ball in der gegnerischen Hälfte außerhalb der Torschusszone ausgeführt, so darf der Ball nicht unmittelbar in die Torschusszone gespielt werden
- / Lange Ecke nach DHB-Regelwerk
- / Strafecke nach DHB-Regelwerk
  - Alle verteidigenden Spieler, die nicht direkt an der Abwehr der Strafecke beteiligt sind, müssen sich jenseits der gegnerischen Viertellinie befinden.



## **U 12 Feldhockey – Turnierempfehlungen**

- / Turnierform à 3 Mannschaften (2-4 Spiele)
- / Spieldauer je Spiel 2 x 20 min
- / Schiedsrichter: mind. zwei Schiedsrichter\*innen; Ziel: Unterstützung des Spielflusses
- / Die Trainer und Betreuer der Clubs können unterschiedlich niveaustarke Mannschaften (2 bis 4) in die gegliederten Turniersysteme melden; Talentierte Spieler\*innen können in einer „PlusLiga“ spielen.
- / Eine Stammspielermeldung kann in großen Turniersystemen erforderlich sein.
- / Die Spiele der jeweiligen Clubs sollten so zeitversetzt angesetzt werden, dass ein Trainer zwei Mannschaften betreuen kann.
- / In der webbasierten Dokumentation sollten die Ergebnisse erscheinen und Rangfolgen gebildet werden.
- / Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison jeweils 4 Turniere umfassen.
- / Höchste Spielklasse: Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison mindestens einen Spieltermin mehr umfassen (6 Turniere je nach Verfügbarkeit).
- / In großen Turniersystemen können Final-Turniere und Platzierungs-Turniere erforderlich sein.



**U 12 Hallenhockey – Organisation & Aufbau**

**U 12 Hallenhockey – Spielregeln**

**Siehe DHB-Regelwerk**



## **U 12 Feldhockey – Turnierempfehlungen**

- / Turnierform à 3 Mannschaften (2-4 Spiele)
- / Spieldauer je Spiel 2 x 20 min
- / Schiedsrichter: mind. zwei Schiedsrichter\*innen; Ziel: Unterstützung des Spielflusses
- / Die Trainer und Betreuer der Clubs können unterschiedlich niveaustarke Mannschaften (2 bis 4) in die gegliederten Turniersysteme melden; Talentierte Spieler\*innen können in einer „PlusLiga“ spielen.
- / Eine Stammspielermeldung kann in großen Turniersystemen erforderlich sein.
- / Die Spiele der jeweiligen Clubs sollten so zeitversetzt angesetzt werden, dass ein Trainer zwei Mannschaften betreuen kann.
- / In der webbasierten Dokumentation sollten die Ergebnisse erscheinen und Rangfolgen gebildet werden.
- / Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison jeweils 4 Turniere umfassen.
- / Höchste Spielklasse: Die Gesamtzahl der Turniere sollte pro Saison mindestens einen Spieltermin mehr umfassen (6 Turniere je nach Verfügbarkeit).
- / In großen Turniersystemen können Final-Turniere und Platzierungs-Turniere erforderlich sein.



## U 12 (Mädchen & Knaben B) – Zusammenfassung

---

	<b>Spielform</b>	<b>Wichtigste Regeländerung</b>	<b>Turniersysteme</b>
<b>Empfehlungen Feldhockey</b>	Kleinfeldhockey 8+TW gegen 8+TW	– Spieldauer – Spielfeldgröße	– Einzelspiele in Turnierform (à drei Mannschaften) in gegliedertem Ligasystem – Ergebnisse mit Tabellen – Final- und Platzierungs- Turnieren
<b>Empfehlungen Hallenhockey</b>	Hallenhockey 5+TW gegen 5+TW	– Spieldauer	– Einzelspiele in Turnierform (à drei Mannschaften) in gegliedertem Ligasystem – Ergebnisse mit Tabellen – Final- und Platzierungs- Turnieren

---

# ***ÜBERSICHT FELDHOCKEY***



# Deutscher Hockey-Bund e.V.

## Empfehlung Spielformen und Turniersysteme U8 U10 U12

### Stand: 01.01.2021



<b>Feldhockey</b>	<b>DHB Regeln</b>	<b>Empfehlung U 8</b>	<b>Empfehlung U 10</b>	<b>Empfehlung U 12</b>
	Feldhockey	Mini-Hockey	Kleinfeldhockey	Dreiviertelfeld-Hockey
	10+TW – 10+TW	4 – 4	6+TW – 6+TW	8+TW – 8+TW
Spielfeldgröße	§ 1 91,40 x 55 m [Länge x Breite]	27,5 x 22,9 m	55 x 45,5 m	68,6 x 55 m
Tore	§ 1 3,66 x 2,14 m [Breite x Höhe] (Torbreit 0,46 m)	2-3 m x 0,6 cm	3,66 x 2,14 m (Torbreit 0,46 m)	3,66 x 2,14 m (Torbreit 0,46 m)
Schusskreis	§ 1 14,63 m Radius von den Torpfosten	Torschusszone 5-7 m	14,63 m Radius von den Torpfosten	14,63 m Radius von den Torpfosten
Mannschaften	§ 2 1 TW, 10 Feldspieler/-innen, 5 Einwechselspieler/-innen	4 Feldspieler/-innen; Empfohlen: 4 Einwechselspieler/-innen	1 TW, 6 Feldspieler/-innen, Empfohlen: 5 Einwechselspieler/-innen	1 TW, 8 Feldspieler/-innen, Empfohlen: 3-6 Einwechselspieler/-innen
Ein- /Auswechseln	§ 2 Dauernd (Feldspieler ohne/TW mit Spielunterbrechung) durch Abklatschen an der Mittellinie; nicht bei Strafecke	Dauernd (Feldspieler ohne Spielunterbrechung) durch Abklatschen an der Mittellinie	Dauernd (Feldspieler ohne/TW mit Spiel- unterbrechung) durch Abklatschen an der Mittellinie; nicht bei Strafecke	Dauernd (Feldspieler ohne/TW mit Spiel- unterbrechung) durch Abklatschen an der Mittellinie; nicht bei Strafecke
Spieldauer & Auszeit	§ 5 4 x 15 min Halbzeitpause 10 min Erste & dritte Pause 2 min	2 x 10 min Halbzeitpause 5 min  keine Auszeit	2 x 10-15 min Halbzeitpause 5 min  Keine Auszeit	2 x 20 min Halbzeitpause 10 min  eine Auszeit (2 min) pro Spiel

# Deutscher Hockey-Bund e.V.

## Empfehlung Spielformen und Turniersysteme U8 U10 U12

### Stand: 01.01.2021



<b>Feldhockey</b>	<b>DHB Regeln</b>	<b>Empfehlung U 8</b>	<b>Empfehlung U 10</b>	<b>Empfehlung U 12</b>
	Feldhockey	Mini-Hockey	Kleinfeldhockey	Dreiviertelfeld-Hockey
	10+TW – 10+TW	4 – 4	6+TW – 6+TW	8+TW – 8+TW
	§ 7 Ausführungsort auf der Seitenlinie an der der Ball das Spielfeld verlassen hat	Ausführungsort auf der Seitenlinie an der der Ball das Spielfeld verlassen hat	Ausführungsort auf der Seitenlinie an der der Ball das Spielfeld verlassen hat	Ausführungsort auf der Seitenlinie an der der Ball das Spielfeld verlassen hat
Grundlinienaus durch die Angreifer	§ 7 Abschlag seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf Höhe des Schusskreisrandes	Abschlag seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf der Torschusszonenlinie	Abschlag seitenlinienparallel auf zum Ort des Grundlinienaus auf Höhe des Schusskreisrandes	Abschlag seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf Höhe des Schusskreisrandes
Grundlinienaus durch die Verteidiger	§ 7 Eckenausführungsort seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf der Viertellinie für die Angreifer	Entfällt Abschlag von der Torschusszonenlinie	Eckenausführungsort seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf der Mittellinie für die Angreifer	Eckenausführungsort seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf der Viertellinie für die Angreifer
Ausführung	§ 7, ✓ Selfpass erlaubt	✓ Selfpass erlaubt	✓ Selfpass erlaubt	✓ Selfpass erlaubt
Abschlag,	§ 12, ✓ Abstandsregelung: 5 m	✓ Abstandsregelung: 5 m	✓ Abstandsregelung: 5 m	✓ Abstandsregelung: 5 m
Freischlag, Seitenaus, Ecke	§ 13 ✓ Freischlag vor dem gegnerischen Schusskreis (gegnerisches Viertel): Bewegung des Balls 5 m	✓ Freischlag vor der gegnerischen Torschusszone (gegnerische Hälfte): Ball darf nicht direkt in die Torschusszone gespielt werden	✓ Freischlag vor dem gegnerischen Schusskreis (gegnerische Hälfte): Bewegung des Balls 5 m	✓ Freischlag vor dem gegnerischen Schusskreis (gegnerisches Viertel): Bewegung des Balls 5 m

# Deutscher Hockey-Bund e.V.

## Empfehlung Spielformen und Turniersysteme U8 U10 U12

### Stand: 01.01.2021



<b>Feldhockey</b>	<b>DHB Regeln</b>	<b>Empfehlung U 8</b>	<b>Empfehlung U 10</b>	<b>Empfehlung U 12</b>
	Feldhockey	Mini-Hockey	Kleinfeldhockey	Dreiviertelfeld-Hockey
	10+TW – 10+TW	4 – 4	6+TW – 6+TW	8+TW – 8+TW
Erzielen eines Tores	§ 8 Gültiges Tor bei a) Spielen oder Berühren des Balls durch die Angreifer innerhalb des Schusskreises und b) vollständiges Überqueren des Balls über die Torlinie zwischen den Torpfosten unterhalb der Querlatte	Gültiges Tor bei a) Spielen oder Berühren des Balls durch die Angreifer innerhalb der Torschusszone und b) vollständiges Überqueren des Balls über die Torlinie zwischen den Torpfosten unterhalb der Querlatte	Gültiges Tor bei a) Spielen oder Berühren des Balls durch die Angreifer innerhalb des Schusskreises und b) vollständiges Überqueren des Balls über die Torlinie zwischen den Torpfosten unterhalb der Querlatte	Gültiges Tor bei a) Spielen oder Berühren des Balls durch die Angreifer innerhalb des Schusskreises und b) vollständiges Überqueren des Balls über die Torlinie zwischen den Torpfosten unterhalb der Querlatte
Spielen des Balles	§ 9 Schieben, Schlagen, Schlenzen und Spielen über Schulterhöhe	Schieben, Schlag: Schrubbschlag, Schiebeschlag	Schieben, Schlagen, Schlenzen und Spielen über Schulterhöhe	Schieben, Schlagen, Schlenzen und Spielen über Schulterhöhe
Fehler der verteidigenden Mannschaft in der Torschusszone / im Schusskreis	§ 12, Strafecke 13	Penalty Shoot-Out light ✓ Anspielpunkt: Mittellinie ✓ Start Abwehr (Feldspieler): hinter Torlinie ✓ Zeitbegrenzung 10 s  Alternative: Torschuss von der Markierung der Torschusszone aus	Penalty Shoot-Out ✓ Anspielpunkt: Mittellinie ✓ Start Abwehr (Torwart): hinter Torlinie ✓ Zeitbegrenzung 10 s  Alternative: Strafecke light	Strafecke

# Deutscher Hockey-Bund e.V.

## Empfehlung Spielformen und Turniersysteme U8 U10 U12

### Stand: 01.01.2021



<b>Feldhockey</b>	<b>DHB Regeln</b>	<b>Empfehlung U 8</b>	<b>Empfehlung U 10</b>	<b>Empfehlung U 12</b>
	Feldhockey	Mini-Hockey	Kleinfeldhockey	Dreiviertelfeld-Hockey
	10+TW – 10+TW	4 – 4	6+TW – 6+TW	8+TW – 8+TW
Absichtliches Foul oder Aktion, 13 zur Verhinderung eines Tores der verteidigenden Mannschaft	§ 12 7 m	Schiebepass von der Torschusszonenlinie	7 m	7 m
Abstand	§ 13 5 m außer bei Freischiößen näher als 5 m zum eigenen Schusskreis	5 m	5 m außer bei Freischiößen näher als 5 m zum eigenen Schusskreis	5 m außer bei Freischiößen näher als 5 m zum eigenen Schusskreis
Persönliche Strafen	§ 14 Grün: Verwarnung mit 2 Min. Zeitstrafe  Gelb: Zeitstrafe 5-15 Min.  Gelb-Rot: Spielausschluss des Spielers mit 1 Spiel Sperre  Rot: Spielstrafe mit mindestens 2 Spielen Sperre	Erklärung/Ermahnung bei besonders grobem/gefährlichem Spiel	Grün: Verwarnung mit 2 Min. Zeitstrafe  Gelb: Zeitstrafe 2-5 Min.  Gelb-Rot: Spielausschluss des Spielers mit 1 Spiel Sperre  Rot: Spielstrafe mit mindestens 2 Spielen Sperre	Grün: Verwarnung mit 2 Min. Zeitstrafe  Gelb: Zeitstrafe 2-10 Min.  Gelb-Rot: Spielausschluss des Spielers mit 1 Spiel Sperre  Rot: Spielstrafe mit mindestens 2 Spielen Sperre

# ***ÜBERSICHT HALLENHOCKEY***

# Deutscher Hockey-Bund e.V.

## Empfehlung Spielformen und Turniersysteme U8 U10 U12

### Stand: 01.01.2021



<b>Hallenhockey</b>	<b>DHB Regeln</b>	<b>Empfehlung U 8</b>	<b>Empfehlung U 10</b>	<b>Empfehlung U 12</b>
	Hallenhockey	Mini-Hockey	Hallenhockey	Hallenhockey
	5+TW – 5+TW	4 – 4	5+TW – 5+TW	5+TW – 5+TW
Spielfeldgröße	§ 1 40 x 20 m [Länge x Breite]	20 x 20 m	40 x 20 m	40 x 20 m
Tore	§ 1 3 x 2 m [Breite x Höhe]	2-3 m x 0,6 cm	3 x 2 m	3 x 2 m
Schusskreis	§ 1 9 m Radius von den Torpfosten	Torschusszone 4-5 m	9 m Radius von den Torpfosten	9m Radius von den Torpfosten
Mannschaften	§ 2 1 TW, 5 Feldspieler/-innen, 6 Einwechselspieler/-innen	4 Feldspieler/-innen; Empfohlen: 4 Einwechselspieler/-innen	1 TW, 5 Feldspieler/-innen, 6 Einwechselspieler/-innen	1 TW, 5 Feldspieler/-innen, 6 Einwechselspieler/-innen
Ein- /Auswechseln	§ 2 Dauernd  (Feldspieler ohne/TW mit Spielunterbrechung) durch Abklatschen an der Mittellinie; nicht bei Strafecke	Dauernd  (Feldspieler ohne Spielunterbrechung) durch Abklatschen an der Mittellinie	Dauernd TW nur gegen TW  (Feldspieler ohne/TW mit Spiel- unterbrechung) durch Abklatschen an der Mittellinie; nicht bei Strafecke	Dauernd TW nur gegen TW  (Feldspieler ohne/TW mit Spiel- unterbrechung) durch Abklatschen an der Mittellinie; nicht bei Strafecke
Spieldauer & Auszeit	§ 5 2x 15-30 min (4 x 10 min) Halbzeitpause 5-10 min  Eine Auszeit je Spiel/ Halbzeit	2 x 10 min Halbzeitpause 5 min  keine Auszeit	2 x 10-15 min Halbzeitpause 5 min  Keine Auszeit	2 x 20 min Halbzeitpause 10 min  eine Auszeit (2 min) pro Spiel

# Deutscher Hockey-Bund e.V.

## Empfehlung Spielformen und Turniersysteme U8 U10 U12

### Stand: 01.01.2021



Hallenhockey	DHB Regeln	Empfehlung U 8	Empfehlung U 10	Empfehlung U 12
	Hallenhockey	Mini-Hockey	Hallenhockey	Hallenhockey
	5+TW – 5+TW	4 – 4	5+TW – 5+TW	5+TW – 5+TW
Seitenlinienaus § 7	Ausführungsort 1m von der Seitenlinie entfernt an der der Ball das Spielfeld verlassen hat	Ausführungsort 1m von der Seitenlinie entfernt an der der Ball das Spielfeld verlassen hat	Ausführungsort 1m von der Seitenlinie entfernt an der der Ball das Spielfeld verlassen hat	Ausführungsort 1m von der Seitenlinie entfernt an der der Ball das Spielfeld verlassen hat
Grundlinienaus § 7 durch die Angreifer	Abschlag seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf Höhe des Schusskreisrandes, innerhalb des Schusskreises	Abschlag seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf der Torschusszonelinie	Abschlag seitenlinienparallel auf zum Ort des Grundlinienaus auf Höhe des Schusskreisrandes, innerhalb des Schusskreises	Abschlag seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf Höhe des Schusskreisrandes, innerhalb des Schusskreises
Grundlinienaus § 7 durch die Verteidiger	Ausführungsort seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf der Mittellinie	Entfällt Abschlag von der Torschusszonelinie	Ausführungsort seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf Mittellinie	Ausführungsort seitenlinienparallel zum Ort des Grundlinienaus auf Mittellinie
Ausführung § 7, ✓	Selfpass erlaubt	✓ Selfpass erlaubt	✓ Selfpass erlaubt	✓ Selfpass erlaubt
Abschlag, § 12, ✓	Abstandsregelung: 3 m	✓ Abstandsregelung: 3 m	✓ Abstandsregelung: 3 m	✓ Abstandsregelung: 3 m
Freischlag, § 13 ✓	Freischlag vor dem gegnerischen Schusskreis (gegnerische Hälfte): Bewegung des Balls 3 m	✓ Freischlag vor der gegnerischen Torschusszone (gegnerische Hälfte): Ball darf nicht direkt in die Torschusszone gespielt werden	✓ Freischlag vor dem gegnerischen Schusskreis (gegnerische Hälfte): Bewegung des Balls 3 m	✓ Freischlag vor dem gegnerischen Schusskreis (gegnerische Hälfte): Bewegung des Balls 3 m

# Deutscher Hockey-Bund e.V.

## Empfehlung Spielformen und Turniersysteme U8 U10 U12

### Stand: 01.01.2021



Hallenhockey	DHB Regeln	Empfehlung U 8	Empfehlung U 10	Empfehlung U 12
	Hallenhockey	Mini-Hockey	Hallenhockey	Hallenhockey
	5+TW – 5+TW	4 – 4	5+TW – 5+TW	5+TW – 5+TW
Erzielen eines Tores	§ 8 Gültiges Tor bei a) Spielen oder Berühren des Balls durch die Angreifer innerhalb des Schusskreises und b) vollständiges Überqueren des Balls über die Torlinie zwischen den Torpfosten unterhalb der Querlatte	Gültiges Tor bei a) Spielen oder Berühren des Balls durch die Angreifer innerhalb der Torschusszone und b) vollständiges Überqueren des Balls über die Torlinie zwischen den Torpfosten unterhalb der Querlatte	Gültiges Tor bei a) Spielen oder Berühren des Balls durch die Angreifer innerhalb des Schusskreises und b) vollständiges Überqueren des Balls über die Torlinie zwischen den Torpfosten unterhalb der Querlatte	Gültiges Tor bei a) Spielen oder Berühren des Balls durch die Angreifer innerhalb des Schusskreises und b) vollständiges Überqueren des Balls über die Torlinie zwischen den Torpfosten unterhalb der Querlatte
Spielen des Balles	§ 9 Schieben, hohe Bälle als Torschuss innerhalb des Schusskreises erlaubt	Schieben, kleine Hepper als Torschuss innerhalb der Torschusszone erlaubt	Schieben, hohe Bälle als Torschuss innerhalb des Schusskreises erlaubt	Schieben, hohe Bälle als Torschuss innerhalb des Schusskreises erlaubt
Fehler der verteidigenden Mannschaft in der Torschusszone / im Schusskreis	§ 12, Strafecke	Penalty Shoot-Out light ✓ Start Angriff: Mittellinie ✓ Start Abwehr (Feldspieler): hinter Torlinie ✓ Zeitbegrenzung 10 s  Alternative: Torschuss von der Markierung der Torschusszone aus	Penalty Shoot-Out ✓ Start Angriff: Mittellinie ✓ Start Abwehr (Torwart): hinter Torlinie ✓ Zeitbegrenzung 6 s  Alternative: Strafecke light	Strafecke



# Deutscher Hockey-Bund e.V.

## Empfehlung Spielformen und Turniersysteme U8 U10 U12

### Stand: 01.01.2021



Hallenhockey	DHB Regeln	Empfehlung U 8	Empfehlung U 10	Empfehlung U 12
	Hallenhockey	Mini-Hockey	Hallenhockey	Hallenhockey
	5+TW – 5+TW	4 – 4	5+TW – 5+TW	5+TW – 5+TW
Absichtliches Foul oder Aktion, 13 zur Verhinderung eines Tores der verteidigenden Mannschaft	§ 12 7 m	Schiebepass von der Torschusszonenlinie	7 m	7 m
Abstand	§ 13 3 m außer bei Freischiößen näher als 3 m zum eigenen Schusskreis	3 m	3 m außer bei Freischiößen näher als 3 m zum eigenen Schusskreis	3 m außer bei Freischiößen näher als 3 m zum eigenen Schusskreis
Persönliche Strafen	§ 14 Grün: Verwarnung Zeitstrafe 1 Min. Gelb: Zeitstrafe 2-10 min Gelb-Rot: Spielausschluss des Spielers mit 1 Spiel Sperre Rot: Spielstrafe mit mindestens 2 Spielen Sperre	Erklärung/Ermahnung bei besonders grobem/gefährlichem Spiel	Grün: Verwarnung Zeitstrafe 1 Min. Gelb: Zeitstrafe 2-5 min Gelb-Rot: Spielausschluss des Spielers mit 1 Spiel Sperre Rot: Spielstrafe mit mindestens 2 Spielen Sperre	Grün: Verwarnung Zeitstrafe 1 Min. Gelb: Zeitstrafe 2-10 min Gelb-Rot: Spielausschluss des Spielers mit 1 Spiel Sperre Rot: Spielstrafe mit mindestens 2 Spielen Sperre



Ergänzende Kommentare oder Anregungen zu Veränderungen können sie gerne an uns richten:

Deutscher Hockey-Bund e.V.  
Jugendsekretariat

[jugend@deutscher-hockey-bund.de](mailto:jugend@deutscher-hockey-bund.de)

Ein besonderer Dank gilt Silke Fried, Anne Krause und Oliver Sobotta, die in beratender Funktion grundlegend zur Aktualisierung des ursprünglich von Wolfgang Hillmann verfassten Dokuments beigetragen haben.