

# HOCKEYCLUB DELFSHAVEN

**Datum: 11 mei 2020**

**Aan: alle senioren van HC Delfshaven en ouders van jeugdleden**

**Van: bestuur HC Delfshaven**

**Wat: herstart trainingen senioren**

## START HOCKEY

Vanaf deze week mogen de senioren (18+) weer samen trainen in de buitenlucht! Hierbij worden de hygiënemaatregelen van het RIVM gevolgd. Daarbij geldt dat iedereen zich tijdens het sporten aan 1,5 meter afstand moet houden. Alleen trainingen zijn toegestaan, oefenwedstrijden mogen niet. Clubhuizen en kleedkamers blijven gesloten. Ondanks de beperkingen zijn we blij dat we weer het veld op kunnen!

Het landelijk algemeen sportprotocol is geschreven door NOC\*NSF in samenwerking met de verschillende sportbonden, waaronder ook de hockeybond (KNHB). Het is een levend document dat continu op de actuele ontwikkelingen wordt aangepast. Daarom vind je de meest recente versie via deze link: <https://nocnsf.nl/sportprotocol>.

Een kleine aanvulling hierop: kom zo veel mogelijk met de fiets.

Vooralsnog beginnen we bij HC Delfshaven met trimhockey op de donderdag 20:00 - 21:30 uur (zie voor meer hieronder). Ben je nieuw of wil je een keer meedoen? Meld je dan aan via de website of neem contact op met [senioren@hcdelfshaven.nl](mailto:senioren@hcdelfshaven.nl).

Als er voldoende belangstelling is dan kan eventueel de Sevens (meer hieronder) ook weer opgestart worden in aangepaste vorm en aangepaste aanvangstijd.

## TRIMHOCKEY

Elke donderdagavond is er trimhockey, 20.00 - 21.30 uur. Trimhockey is bedoeld voor mensen die geen of weinig hockeyervaring hebben en die toch op een ontspannen manier de hockeysport willen bedrijven. Een leuke manier om kennis te maken met hockey, hockeyvaardigheden te

verbeteren en een partijtje te spelen. Daarna kun je nog iets drinken in ons clubhuis: sportief, leerzaam en gezellig! (zodra dit weer mag!)

## SEVENS

Voor hockeyers met wat meer ervaring is er een interne 'Hockey7' of 'Sevens' competitie-avond. Deze nieuwe wedstrijdvorm is bedoeld voor hockeyers die niet elk weekend in competitieverband willen hockeyen maar wel competitief willen blijven spelen.

We spelen tweewekelijks op de maandagavond vanaf 20.30 uur 1 of 2 wedstrijden, afhankelijk van de opkomst. Voorlopig werken we met mixed teams zonder leeftijdsgrenzen. Er zijn 7 spelers per team, geen scheidsrechters of keepers, en we spelen op een half veld. Er mag alleen laag gepusht worden. En natuurlijk is het mogelijk om na afloop wat in ons clubhuis te drinken! (zodra dit weer mag!)

## ZONDAGCOMPETITIE

Net als alle andere hockeyclubs willen we heel graag starten met een HC-Delfshaven Dames en Heren 1. Heb je interesse om samen met de club je schouders onder de senioren zondagcompetitie te zetten, neem dan contact op via [senioren@hcdelfshaven.nl](mailto:senioren@hcdelfshaven.nl) of spreek Rutger Wever aan op de club. Totdat het zover is, ben je van harte welkom bij de Sevens en/of de Trimhockey avonden.

## LID WORDEN

Ben je ouder dan 18 en wil je ook bij HC Delfshaven hockeyen? Dan kun je je aanmelden als lid [via onze website](#) en deelnemen aan de trimhockey, Sevens en binnenkort ook als competitie-lid. De kosten zijn € 135,00 op jaarbasis of € 33,50 als je een kwartaalabonnement neemt.

Wil je meer informatie? Mail dan naar [senioren@hcdelfshaven.nl](mailto:senioren@hcdelfshaven.nl).