

REINSHAGENER TURNERBUND 1910 e.V.



Herzlich willkommen in der
Hockeyabteilung des RTB!



Kurze Übersicht

- Wobei soll diese Einführung helfen?
 - Allgemeine Kenntnisse über den Hockeysport
 - Checkliste für den Einstieg in den Hockeysport
 - Ausrüstungsempfehlung



Allgemeine Kenntnisse über den Hockeysport

- Feldhockey ist die erfolgreichste Ballsportart in DE 
- Wir spielen Feld- und Hallenhockey
 - Feldhockey in der Zeit von April bis Oktober 
 - Hallenhockey in der Zeit von November bis März 
- Es spielen immer zwei Teams gegeneinander
- Das Team mit den meisten Toren gewinnt das Spiel 

Checkliste fürs Training

- Spaß gehört immer dazu
- Pünktliches Erscheinen
- Trainingsbereit erscheinen
- Schläger (in der ersten Zeit stellen wir gerne einen Leihschläger)
- Sportschuhe (Feldhockeyschuhe bzw. Hallenschuhe mit heller Sohle)
- Hockey-Schienbeinschoner (mit Knöchelschutz)
- Mundschutz/Zahnschutz
- Trinkflasche (keine Glasflasche)

Ausrüstung - Schuhe



Hallenschuhe:

- Empfehlung: Handball- oder Hockeyschuhe (dicke Sohle, hoher und breiter Stand)
- Helle Sohle

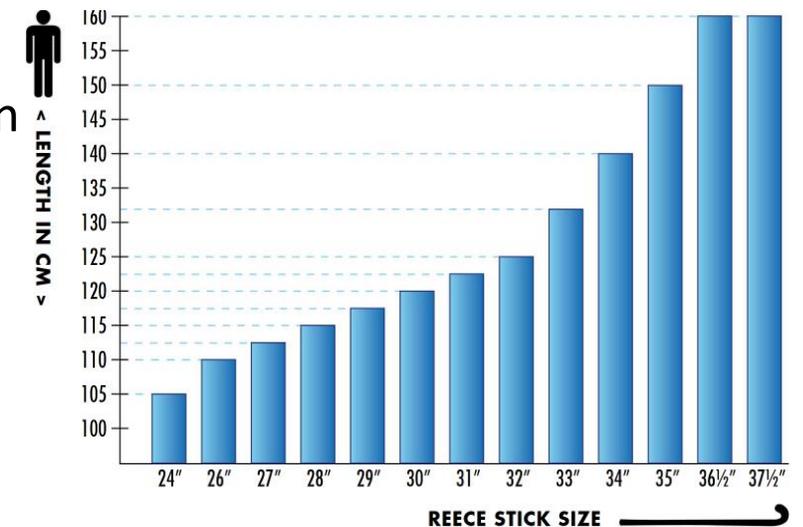


Feldschuhe:

- Empfehlung: Feldhockeyschuhe mit Noppen
 - Fußballschuhe mit Stollen sind auf Hockeyplätzen verboten
- Hockeyschuhmarken: Adidas, Osaka, Asics, Reece, Indian Maharadja, Mizuno, Brabo, Nike, Grays

Ausrüstung - Schläger

- Für Hallen- und Feldhockey werden zwei unterschiedliche Schläger benötigt. Hallenhockeyschläger haben eine dünne Keule, Feldhockeyschläger haben eine dicke Keule
- Benötigte Schlägergröße:
 - Faustregel: Der Schläger muss immer bis zum Bauchnabel des Kindes gehen
 - Formel: Höhe vom Boden bis zum Bauchnabel in CM/2,54 = X → Ergebnis auf eine volle Zahl aufrunden
 - Bitte bedenken beim Messen die Feldhockeyschuhe zu tragen
 - Die Schlägergrößen beginnen bei 24" und Enden bei 37,5"



Ausrüstung - Mundschutz

- Der Verein und die Trainer empfehlen ausdrücklich das Tragen eines Mundschutzes! Die Notwendigkeit eines Zahnschutzes sollte im Hockeysport nie unterschätzt werden!
- Ein Zahnschutz kann die Einwirkung eines Aufpralls abschwächen und dämpfen, indem er die einwirkenden Kräfte besser verteilt und Zähne und Kiefer stabilisiert.
- Der Preis für ein Mundschutz beginnt bei ca. 10€ und ist in diversen Hockeyläden, sowohl online als auch vor Ort, erhältlich



White - Black
889108 - 2800

Ausrüstung - Schienbeinschoner

- Schienbeinschoner sind beim Hockey unverzichtbar
 - Bitte beachten, dass es extra Schienbeinschoner für Hockey gibt
 - Generell schützen Schienbeinschoner das Schienbein, sowie die Knöchel vor Verletzungen
 - Die Schienbeinschoner sollten bis unters Knie gehen und den Fußknöchel schützen
 - Der Preis für ein Paar Schienbeinschoner beginnt bei ca. 20€ und ist in diversen Hockeyläden, sowohl online als auch vor Ort, erhältlich



Black
882109 - 8000

Ausrüstung - Handschuhe

- Handschuhe gibt es für die Halle und fürs Feld
 - Insbesondere in der Halle ist der Handschuh (linke Hand) absolute Pflicht und unverzichtbar, da sonst schwere Handverletzung geschehen können
 - Auf dem Feld spielt der Handschuh eine etwas untergeordnete Rolle
 - Wichtig ist, dass der Handschuh die Mittelhandknochen und die Finger schützt



Hockeymarken

- Adidas, Gryphon, Malik, TK, Indian Maharadja, Nike, Grays, Reece, Dita, Osaka
- Hockeyshops:

- www.hockeyshop.de

HOCKEYSHOP.DE

- www.hockeyfriends.com

**HOCKEY
FRIENDS
.COM**

- www.hockey4u.de

HOCKEY4U

- Die Shops haben in der Regel eigene Läden in den größeren Städten (Köln, Essen)
- Solltet ihr Hilfe bei der Auswahl der richtigen Schläger benötigen, könnt ihr jederzeit die Trainer ansprechen

RTB-Ausstattung

- Wir haben mit dem Ausstatter Reece einen Vereinsshop angelegt, in dem ausgewählte Trikots, Hosen, Hoodies usw. mit Vereinslogo und Nummer bestellt werden können. Die Trikotnummer ist bitte mit dem jeweiligen Jugendtrainer abzustimmen, um Doppelungen zu vermeiden.
- <https://clubs.reeceaustralia.com/de/reinshagener-turnerbund/vereinskollektion>