

Schema Leuk Leren Poloën

Zaterdag 14-9-19	Zevenaar Klein veld 16:00 Groot veld 16:45	Thetis - Breuly EZ&PC- Breuly EZ&PC- Thetis Breuly - RZC
Zaterdag 21-9-19	Elst Klein veld 19:00 Groot veld 19:45	Breuly - EZ&PC Thetis - EZ&PC Thetis - Breuly RZC - Thetis
Zaterdag 16-11-19	Bemmel Groot veld 15:45	Thetis - Breuly
Zaterdag 14-12-19	Renkum Klein veld 15:00 Groot veld 15:45	EZ&PC -Thetis Breuly- Thetis Breuly - EZPC RZC- Breuly
Zaterdag 18-1-20	Zevenaar Klein veld 16:00 Groot veld 16:45	Thetis - Breuly EZ&PC- Breuly EZ&PC- Thetis RZC - Thetis
Zaterdag 15-2-20	Bemmel Klein veld 15:00 Groot veld 15:45	Breuly - EZ&PC Thetis - EZ&PC Thetis - Breuly Thetis - Breuly
Zaterdag 7-3-20	Renkum Klein veld 15:00 Groot veld 15:45	EZ&PC -Thetis Breuly- Thetis Breuly - EZPC RZC- Breuly
Zaterdag 5-4-20	Elst Groot veld 16:30	Thetis Breuly
Zaterdag 18-4-20	Bemmel Klein veld 17:00 Groot veld 17:45	Breuly - EZ&PC Thetis - EZ&PC Thetis - Breuly Thetis - RZC
Zondag 16-5	Gendt, Walburgen Feestelijke afsluiting +BBQ	Alle teams!

Spelregels:

Standaardregels:

- Eerste genoemde team heeft de witte caps op
- Tussen elke periode is er 2 minuten rust
- De tijd loop altijd gewoon door, er is geen jurytafel
- Tussen de 2^e en 3^e periode wordt er van helft gewisseld
- Na de wedstrijd elkaar een hand geven en bedanken voor de wedstrijd
- 5 tegen 5
- Aan het begin van d wedstrijd de bal in het midden gooien.

Spelregels kleintjes:

Iedere wedstrijd spelen er 2 teams, 1 team heeft dan even 'pauze' en kan zwemmen in het de lege andere helft van het zwembad.

Je speelt 2x5 minuten, met 2 minuten pauze. Daarna is het volgende wedstrijdje (ook 2x 5 minuten met 2 minuten pauze). En daarna het laatste wedstrijdje. Let op het team wat als 2^e pauze heeft, moet wisselen van caps (1^e wedstrijd wit, 2^e wedstrijd blauw)

- Speelveld is een half bad over de breedte
- Geen scheidsrechter maar een spelleider, die zo nu en dan wat uitlegt
- Bal onder water: vrije bal voor tegenpartij
- Vrije bal: eerst overspelen voordat je scoort
- 2 handen vangen, 1 hand gooien
- Over spelers heen zwemmen: vrije bal
- Spelen met kleine bal
- Terug naar eigen helft bij doelpunt
- Er mag voortdurend gewisseld worden.

Spelregels grote:

- Vangen en gooien met 1 hand
- Spelen met dames bal
- 4x5 minuten geen 30 seconde
- Er mag tijdens het spel gewisseld worden, maar wel in de hoek
- 5 meter lijn is een 4 meter lijn
- Spelen over verkleind veld, met mini goals
- Vrije worp moet snel genomen worden, je mag affluiten als speler te lang wacht.
- 2 meter worp; als de bal als laatste door de keeper is aangeraakt
- De scheidsrechter is ook bij het leuk leren poloën, een spelleider, dus leg vooral uit wat je doet en waarom.
- Strafworp als er een grote fout binnen de 4 meter lijn gemaakt wordt
 - o Met 2 handen de bal tegenhouden
 - o Bal onder water houden
 - o Als je een speler onder water duwt die geen bal heeft zodat hij niet kan scoren
 - o Als je de arm weg trekt van een speler zodat hij de bal niet kan vangen