

INFORMATIEBOEKJE

AFDELING WATERPOLO



ELSTER ZWEM- & POLOCLUB

Inhoudsopgave

1. Voor de nieuwe leden
2. Inleiding
3. De trainingen
 - 3.1 Trainingstijden
 - 3.2 Omkleden
4. Regels en afspraken
5. De wedstrijden
 - 5.1 De competitie
 - 5.2 De wedstrijd
6. Club- en spelregels
7. KNZB waterpolo-app
8. Spelregels voor de W-official
9. Time-out regeling

1. Voor de nieuwe leden

Welkom bij de waterpoloafdeling van de Elster Zwem & Polo Club (EZ&PC)

Je hebt gekozen om te gaan zwemmen bij de waterpoloafdeling van EZ&PC. Misschien ben je al langer lid bij EZ&PC of maak je voor het eerst kennis met onze vereniging.

In beide gevallen willen we je met dit boekje wegwijs maken binnen onze vereniging.

Waterpolo is een leuke en gezonde sport, maar ook een intensieve en fysieke sport. Je zult wellicht veel vragen hebben als je bij ons komt zwemmen.

Op alle vragen proberen we je in dit boekje antwoord te geven.

Heb je na het lezen van dit boekje nog vragen, dan kun je die altijd stellen via het waterpolosecretariaat: polosecretariaat@ez-pc.nl.

We wensen je heel veel plezier en spelvreugde toe bij EZ&PC.

De waterpolocommissie, EZ&PC.

2. Inleiding

EZ&PC bestaat uit de volgende afdelingen:

- Basiszwemgroep
- Wedstrijdzwemmen
- Volwassenen
- Zwemmen Met Fysieke Beperking
- Team Bijzondere Kinderen
- Waterpolo

De afdeling Waterpolo heeft een commissie die de gang van zaken binnen de afdeling regelt. De waterpolocommissie bestaat uit de volgende leden:

Voorzitter	: Alex Mons
Secretaris	: Vacant
Competitiezaken	: Angelique van Baal
Jeugd- en scheidsrechterzaken	: Angelique van Baal
Dames, W-officials en startnummers	: Monique Mons
Heren1 en commissielid algemeen	: Sjoerd van Manen
Heren2 en commissielid algemeen	: Bram van Laar

De voorzitter vertegenwoordigt de afdeling in het bestuur en daarbuiten.

Alle zaken die geregeld moeten worden voor de competitiewedstrijden zijn verdeeld over de overige commissieleden.

Heb je na het lezen van dit boekje nog vragen of opmerkingen kun je die stellen via polosecretariaat@ez-pc.nl.

Net als iedere zwemvereniging in Nederland is EZ&PC lid van de Koninklijke Nederlandse Zwembond (KNZB). Nederland is ingedeeld in 5 regio's, die allemaal een bepaalde deel in ons land vertegenwoordigen. EZ&PC valt onder Regio Oost.

3. De trainingen

Trainingen staan uiteraard aan de basis van de wedstrijden die worden gespeeld. Trainen doe je om je techniek, balvaardigheid en coördinatie te verbeteren, en om je kracht, snelheid en uithoudingsvermogen te vergroten. We bieden twee trainingen per week aan en verwachten dat je zo vaak mogelijk komt trainen. Dit om bij de wedstrijden als een team te kunnen spelen.

3.1 Trainingstijden

De trainingen zijn ingedeeld per niveau: jeugd, dames en heren.

De trainingstijden zijn:	Dinsdag	18.00 – 18.45	Leuk Leren Poloën / Jeugd O11 / Jeugd O13
		18.45 – 19.30	Dames / Heren 1 / Jeugd onder 17
		21.30 – 22.45	Heren 2 en 3
	Donderdag	19.15 – 20.00	Leuk Leren Poloën Jeugd O11 / Jeugd)13
		20.00 – 21.15	Dames / Heren 1 / Jeugd onder 17
		21.15 – 22.00	Heren 2 en 3

3.2 Omkleeden

Het kader en de leden worden verzocht om **NIET** voor de balie van De Helster te wachten. De baliemedewerkers en klanten van de gemeente ondervinden hier hinder van. Verzocht wordt om de bankjes rechts naast de ingang (voor de ingang van de sporthal) te gebruiken.

Vijf minuten voor aanvang van de trainingen, mogen de leden doorlopen naar de kleedkamers.

Voor de toegang tot de kleedkamers hanteren we binnen EZ&PC de volgende afspraken:

- De dames kleedkamer is **niet** toegankelijk voor heren. Indien een vader/verzorgster een kleine dochter moet helpen bij het omkleeden, dan dienen zij gebruik te maken van de heren kleedkamer.
- De heren kleedkamer is **niet** toegankelijk voor dames. Indien een moeder/verzorgster een kleine zoon moet helpen bij het omkleeden, dan dienen zij gebruik te maken van de dames kleedkamer.
- De kleedruimte voor gehandicapten mag **alleen** gebruikt worden door gehandicapten.
- Op dinsdagavond moet de jeugd bij aanvang omkleeden in de kleedhokjes en na de training in de kleedzalen. Dit heeft te maken met het schoonmaakrooster van het zwembad.

4. Regels en afspraken

Voor de afdeling waterpolo gelden de volgende regels en afspraken:

- Kaderleden dienen niet later dan de leden het zwembad te betreden.
- Het kader en de leden worden verzocht om NIET voor de balie van De Helster te wachten. Gebruik hiervoor de bankjes naast de ingang van de sporthal.
- Veiligheid is belangrijk: rustig lopen, kauwgom uit de mond en niet duwen of trekken.
- Tijdens de trainingen en de activiteiten mogen geen ringen, armbanden, horloges, kettinkjes, grote oorbellen e.d. gedragen worden. Als je kleine (zweer)knopjes in de oren hebt, moet je een waterpolocap op. Als je die niet hebt kun je daarom vragen bij de trainers.
- Zorg dat je op tijd bent. Inzwemmen hoort ook bij de training. Uiteraard verlaat je de training niet voor afloop tenzij je dit hebt overlegd met een van de trainers en die daarvoor toestemming hebben gegeven.
- Wanneer je niet helemaal in orde bent of een blessure hebt, meld dit dan voor aanvang van de training bij de trainers.
- Voor aanvang van de training dien je je onder de douche even af te spoelen.
- Het is **NIET** toegestaan om tassen/kleding of andere spullen op de blauwe strook op het terras te plaatsen. Je tas neerzetten in de zwemzaal nabij het ondiepe bad of op de banken bij de ramen is een betere locatie.
- Als je lange haren hebt, zwem je altijd met een badmuts.
- Alle materialen, die van de vereniging, van je medezwemmers en die van jezelf, worden netjes behandeld.
- Na afloop van de les kan er gedoucht worden, het is echter niet de bedoeling dat dit uitgebreid gebeurt. In totaal is er 15 minuten tijd voor het douchen en aankleden na afloop van de training.
- Het gebruik van mobiele telefoons in de kleedkamers is niet toegestaan. Vanwege de ingebouwde camera staan wij om privacy redenen het gebruik van mobiele telefoons in de zwemzaal en kleedkamers niet toe.
- Heb respect voor elkaar en voor de trainers/vrijwilligers.

5. De wedstrijden

Naast het trainen worden er tijdens het seizoen wedstrijden gespeeld. De wedstrijden worden gespeeld in competitieverband.

Het team welke aan het eind van het seizoen de meeste punten heeft verzameld is kampioen. Het winnen van een wedstrijd levert 3 punten op, verliezen uiteraard nul punten en een gelijkspel levert een punt op.

5.1 De competities

De waterpolocompetitie is onderverdeeld in afdelingen. De afdelingen zijn:

- Dames en Herenteams – spelend 7 tegen 7
- A-jeugd - onder 19 jaar – spelend 7 tegen 7
- B-jeugd - onder 17 jaar – spelend 7 tegen 7
- C-jeugd - onder 15 jaar – spelend gemengd 7 tegen 7
- D-jeugd - onder 13 jaar – spelend gemengd 7 tegen 7 en gemengd 5 tegen 5
- E-jeugd – onder 11 jaar – spelend gemengd 5 tegen 5

De afdelingen zijn weer onderverdeeld in poules. De poules zijn daarnaast weer onderverdeeld in klassen. Er zitten gemiddeld tien teams in een klasse. Dit daar de waterpolocompetitie in Nederland de grootste in zijn soort is.

De speeltijden zijn per afdeling ook weer verschillend. Vanaf de B-jeugd zijn er ook enkele regelingen aan toegevoegd om het spel aantrekkelijker te maken. Zoals er zijn de 30-sec. regeling en de time-out regeling.

De competitieoosters, de uitslagen en standen voor de teams zijn te vinden in de waterpolo-app of op de website (<https://ez-pc.nl/waterpolo/programma-en-uitslagen/>).

5.2 De wedstrijd

Een wedstrijd wordt gespeeld volgens de reglementen en bepalingen van de KNZB aangevuld met bepalingen vanuit de Regio Oost.

In de competitiebepalingen staat onder andere omschreven:

- de speeltijden met of zonder 30 sec.- en time-out regeling
- begeleiding door spelleider, een of twee scheidsrechters
- uitzonderingen op de spelregels
- verantwoordelijkheden thuis spelende vereniging
- de invallersregeling
- de promotie/degradatieregeling

Bij de verantwoordelijkheden van de thuis spelende vereniging staan regels als het leveren van een jury (W-officials) en indien noodzakelijk een spelleider.

De waterpolocommissie heeft deze verantwoordelijkheden vertaald in clubregels. Op de volgende pagina's worden de club- en spelregels vermeld met toevoeging van competitiebepalingen.

Tevens een uitleg van de time-outregeling en spelregels voor de W-officials.

6. Club- en spelregels

Onderstaande regels zijn samengesteld uit de clubregels, de competitiebepalingen en de spelregels.

Het zijn niet allen competitiebepalingen of spelregels. Het zijn meer regels die men moet weten of nog wel eens voor verwarring zorgen.

Wil je alle spelregels lezen? Ga dan naar de website. Daar staat een document.

(<https://ez-pc.nl/waterpolo/spelregels-waterpolo/>)

1. Als je op een dag niet kunt spelen, **meld je dan zo spoedig mogelijk, doch uiterlijk vóór vrijdag af**. Doe dit om misverstanden te voorkomen **alleen** bij je aanvoerder.

2. Scheidsrechters / Speeltijden (netto) / time out

Heren 1 (RO.H2B)	2 scheidsrechters	4 x 5 min + 30 sec regeling
Heren 2 (RO.H3A)	1 of 2 scheidsrechters	4 x 5 min + 30 sec regeling
Heren 3 (RO.H4D)	1 scheidsrechter	4 x 5 min + 30 sec regeling
Dames 1 (RO.D1A)	2 scheidsrechters	4 x 6 min / 30 sec regeling / time-out
Jeugd O13 (RO.DG3B)	spelleider	4 x 5 min
Jeugd O11 (RO.EG2B)	spelleider	4 x 4 min / kleine goals en speelveld

3. **De spelers wisselen na de tweede periode van spelhelft, de scheidsrechter(s) wisselen na de eerste en derde periode van spelhelft.**

Dit uitgezonderd voor de onderstaande zwembaden waarbij de spelers na elke periode wisselen en de scheidsrechters blijven staan.

Zwembad	Plaats	Vereniging
Bestevaer	Genemuiden	DEK
De Helster	Elst	EZ&PC
Lentebad	Zevenaar	De Breuly
Aat de Jonge Bad	Dronten	ZZZ
De Vijf Heuvels	Markelo	De Hof

4. De gele en rode kaart dienen om de begeleiding en de spelersbank onder controle te houden. De gele kaart dient als waarschuwing voor de coach. De rode kaart, gegeven aan de coach, speler en/of begeleiding betekend dat deze de zwemzaal moet verlaten en zich niet meer met het spel mag bemoeien.
5. **Badmutsen** onder een polocap dienen **dezelfde** kleur te hebben als de polocap.
Een witte polocap betekend een witte badmuts eronder.
Een blauwe polocap betekend een blauwe badmuts eronder.
Een rode polocap betekend een rode badmuts eronder of de kleur van de teamspelers.
Een scheidsrechter kan je verbieden te spelen als dit niet correct is.

6. Er mag niet gespeeld worden met een chloorbril, sluitingen aan de koordjes van de caps en braces, zonder dat hiervoor dispensatie is verleend door de Bondsarts. Meer informatie te verkrijgen bij de waterpolosecretaris.
7. Zowel juryleden als spelers dienen in het bezit te zijn van een geldige KNZB legitimatiekaart. **Spelen op aanvraag is niet toegestaan.**
8. Er wordt **onder geen voorwaarde** onder de naam van iemand anders gespeeld. Dit onder verantwoording van **de aanvoerder** en **de desbetreffende speler**. Eventuele boetes die hier uit kunnen voortkomen worden door de desbetreffende speler betaald.
9. De aanvoerder en de coach van een team is verantwoordelijk voor het goede gedrag en de discipline van de spelers.
10. De boetes bij een tuchtzaak (n.a.v. een UMV of UMV/4) dienen door de desbetreffende speler **zelf** te worden betaald. In de mail van de uitspraak staan de gegevens vermeld voor de overmaking van de kosten. De penningmeester van de vereniging kan hiervoor een rekening sturen.
11. Neem bij thuis- en uitwedstrijden i.v.m. de veiligheid je kleding mee het bad in. Het laten staan in de kleedkamer van je kleding geschiedt op eigen risico.
12. Eventuele roosterwijzingen worden vermeld in de waterpolo-app of op de website (<https://ez-pc.nl/waterpolo/programma-en-uitslagen/>).
13. Tijdens een thuiswedstrijd mag er **geen** gebruik worden gemaakt van het instructiebad door spelers of kinderen.
14. De tribune mag niet met schoenen worden betreden. Dit is enkel toegestaan op blote voeten of met de blauwe slofjes; welke verkrijgbaar zijn aan de balie.
15. Het eerst spelende team bouwt het bad (incl. jurytafel en sponsoruitingen) op en het laatst spelende team ruimt het bad (incl. jurytafel en sponsoruitingen) af.
16. Spelers en scheidsrechters dienen minimaal 15 minuten voor de vastgestelde aanvangstijd speel gereed in de zwemzaal aanwezig te zijn.
17. Als op de vastgestelde aanvangstijd één van de teams of scheidsrechter niet aanwezig is, dient er tenminste 20 minuten te worden gewacht op een mogelijke verlate komst van het team of een andere scheidsrechter, de wedstrijd dient uiterlijk 30 minuten na de oorspronkelijke aanvangstijd te beginnen.

18. Bij het niet opkomen van de scheidsrechter(s) geldt het volgende:
- Indien de aangewezen scheidsrechter(s) 15 minuten voor de vastgestelde aanvangstijd niet aanwezig is (zijn), zijn de aanvoerders verplicht een andere aanwezige scheidsrechter(s) te verzoeken als scheidsrechter te fungeren, behalve wanneer deze lid, trainer/coach van een der betrokken verenigingen is (zijn).
Het laatste is niet van toepassing op de afdelingen D3, H4 en alle jeugdafdelingen.
 - Indien niet wordt voldaan aan art.18, punt a en de wedstrijd is niet gespeeld zullen de desbetreffende teams worden beboet als zijnde niet opgekomen.
 - Wanneer één van de teams weigert om mee te werken aan art. 18, punt a zal dit worden beschouwd als niet opkomen.
 - Indien bij wedstrijden waarbij 2 scheidsrechters zijn aangesteld maar 1 scheidsrechter aanwezig is, dan zal de wedstrijd met 1 scheidsrechter doorgang vinden. Indien mogelijk wordt aan deze scheidsrechter een 2e scheidsrechter toegevoegd zoals in art 18, punt a is beschreven.
19. De thuisploeg speelt met witte caps en start aan de linkerkant van de jurytafel (gezien vanuit de jurytafel). De bezoekende ploeg speelt met blauwe caps of caps met een contrasterende kleur aan de rechterkant van de jurytafel. Een oranje kleur is geen contrasterende kleur.
20. Op ieder willekeurig **moment** mag een speler worden gewisseld, door het veld te verlaten via het terugkomvak bij zijn eigen doellijn. De vervanger mag vanuit het terugkomvak in het veld komen zodra de te vervangen speler in het terugkomvak zichtbaar boven water is gekomen en elkaars hand aantikken. Dit dient rustig en zonder oponthoud te geschieden.
Het terugkomvak bevindt zich in de hoek tegenover de jurytafel.
21. Op iedere willekeurige **plaats** mag er gewisseld worden van spelers tijdens de rusttijden tussen de perioden, nadat er is gescoord, gedurende een time-out en bij het vervangen van een speler met een bloedende wond of blessure.
22. Een doelpunt mag met elk lichaamsdeel worden gemaakt, **uitgezonderd** de gebalde vuist. De bal dient door tenminste twee spelers bewust gespeeld of aangeraakt te worden bij begin of herbegin van de wedstrijd.
23. Het is een doelworp als de bal de doellijn helemaal overschrijdt en het laatst is aangeraakt door enig speler (uitgezonderd de doelman) of als een vrije worp gegeven buiten de 5-meterlijn niet correct is genomen.
24. Het is een hoekworp (2 meter) als de bal de doellijn helemaal overschrijdt en het laatst is aangeraakt door de doelman of wanneer een verdedigende speler de bal opzettelijk over de doellijn plaatst.
25. Vrije worpen, doelworp of hoekworp dienen zo snel mogelijk te worden genomen en de bal dient duidelijk te worden gespeeld.
26. Vrije worpen dienen genomen te worden op de plaats van overtreding. Wanneer de bal verder verwijderd is van het doel van de verdedigende ploeg, wordt de vrije worp genomen vanaf de plaats waar de bal zich bevindt.

Wanneer de fout door een verdedigende speler binnen zijn 2-metergebied is begaan, wordt de vrije worp genomen vanaf de 2-meterlijn tegenover de plaats waar de fout plaatsvond.

27. Bij het nemen van een vrije worp dient de verdedigende speler ruime afstand (1 meter) te behouden t.o.v. de aanvaller. Het blokkeren met twee handen/armen wordt bestraft met een U20. Binnen het 6-metergebied wordt dit bestraft met een strafworp. Het blokkeren mag enkel met één arm stilstaand gestrekt omhoog.
28. Het is een vrije worp voor de verdedigende ploeg als een schot wordt geblokt door een verdedigende speler en de bal over de zijlijn gaat.
29. Het is een vrije worp voor de aanvallende ploeg als een schot wordt geblokt door de doelman en de bal over de zijlijn gaat.
30. Indien een overtreding **buiten** het 6-metergebied heeft plaatsgevonden, mag de vrije worp direct en zonder oponthoud op het doel worden geschoten.
31. Een uitgesloten speler (U20) mag op het teken van de jurytafel **of** de scheidsrechter weer het speelveld inkomen. Deze dient dan wel in zijn terugkomvak te liggen.
32. Een speler met 3 persoonlijke fouten blijft; met de cap op; op de spelersbank zitten gedurende de rest van de wedstrijd.
33. Een speler met een UMV of UMV4 dient de zwemzaal (incl. tribune) direct te verlaten.
34. Een speler mag tijdens de wedstrijd het speelveld slechts verlaten of zitten of staan op de treden of zijkanten van het zwembad in het geval van een ongeval, letsel of ziekte of met toestemming van de scheidsrechter.
In het geval van een bloedende wond dient de speler het water onmiddellijk te verlaten met directe vervanging.

7. De KNZB waterpolo-app

De KNZB Waterpolo app is dé app voor waterpoloërs, toeschouwers, officials en wedstrijdsecretarissen.

Met de app blijf je eenvoudig op de hoogte van alle updates rondom je eigen team en mis je niks van al je andere favoriete teams en spelers.

Doordat de uitslagen door de officials in de app worden vastgelegd, ben je altijd direct LIVE op de hoogte van tussenstanden en uitslagen.

Of je nou speler bent, wel of geen lid bent van een waterpolovereniging, het maakt niet uit. De app is er voor iedereen die van waterpolo houdt!

Volg je favoriete speler(s), teams of clubs en bekijk alle standen, uitslagen en programma's. Ook laat de app leuke statistieken zien die je helpen in de voorbereiding op je wedstrijd. Tel daar bij op dat je je aan- of afwezigheid bij een wedstrijd via de app kan doorgeven, direct de route naar een uitwedstrijd kan zien en je hebt een app die zorgt voor de optimale beleving van je sport.

Voor meer informatie en links: <https://www.sportlink.nl/knzb-waterpolo/>

De KNZB waterpolo-app is beschikbaar in de App store en de Play Store.

Ik ga voor het eerst werken met de app van Sportlink. Wat moet ik doen?

Ga naar <https://sportlinkservices.freshdesk.com/nl/support/solutions/folders/9000166079>

8. Spelregels voor de W-official

Het DWF (Digitale Wedstrijd Formulier) is verplicht voor alle regio's. We maken gebruik van het DWF van Sportlink op een tablet.

Hieronder volgen een paar spelregels en de uitleg daarvan voor de juryleden. Het is voor de W-officials bedoeld om, zo nodig, hun kennis te actualiseren.

Een fout, begaan door de jurytafel, direct corrigeren.

Overleg hierover met de scheidsrechter. Neem de tijd om het formulier aan te passen.

De tijd gaat terug naar het moment waarop de fout is begaan. De wedstrijd herbegint vanaf dat moment. Op het wedstrijdformulier moeten de volgende correcties worden gedaan.

- Alle doelpunten vanaf dat moment gemaakt, worden niet meer geteld, dus verwijderd.
- Alle U20-straffen en strafworfouten vanaf dat moment worden niet meer geteld, dus verwijderd.
- Alle uitsluitingen door een letsel komen vanaf dat moment te vervallen, dus verwijderd.
- Alle straffen overeenkomstig WP 21.10 en 21.11 (UMV en U20) blijven **wel** geteld.

De straf tijd van de straf U20, U20 en U20 gaat direct in op het moment van herbegin na het voorval met de jurytafel.

Een fout door de jurytafel kan zijn:

- Vergeten de blauwe of witte vlag omhoog te steken als een speler weer aan het spel mag deelnemen.
- Vergeten de rode vlag op te steken bij een derde persoonlijke fout, zodat de betreffende speler gewoon aan het spel blijft deelnemen.
- Fouten met de tijd: de klok laten doorlopen, of juist niet laten doorlopen, onjuiste tijd ingesteld van de te spelen periode.
- Fouten met de 30 seconden regel.
- Laatste minuut niet aangegeven.

Wanneer moet de 30 seconden klok worden teruggezet naar 0 of 30?

- Bij een bal over de zijlijn, ongeacht welke speler dat veroorzaakt heeft.
- Bij een schot op het doel (het hoeft geen doelpunt te worden).
- Bij een doelpunt.
- Bij elke zware overtreding.
- Bij een neutrale inworp.
- Bij een balwisseling (door een overtreding, vrije worp of door regulier spel).
- Bij een begin van de wedstrijd of herbegin van een periode.
- Bij elke hoekworp.
- Bij elke doelworp.

Wat zijn de vlag- of fluitsignalen?

Alleen de rode vlag:

- Bij de derde persoonlijke fout.

Alleen fluitsignaal:

- Ongerechtigde speler (bijv. achtste speler in het water tijdens het spel of een speler met drie persoonlijke fouten of U20).
- Overige voorvallen, zoals een probleem bij de jurytafel (de klok loopt niet meer e.d.)

Rode vlag en fluitsignaal:

- Bij de derde persoonlijke fout, wanneer dat een strafworp is. De scheidsrechter moet geattendeerd worden op deze derde persoonlijke fout, omdat de speler eerst vervangen moet worden voordat de strafworp mag worden genomen).
- Bij verkeerd inkomen na een strafperiode.
- Bij verkeerd wisselen van spelers tijdens het spel.

Blauwe vlag:

- Gestrafte speler van blauw mag terugkomen na verstrijken 20 sec. straftijd.

Witte vlag:

- Gestrafte speler van wit mag terugkomen na verstrijken 20 sec. straftijd.

Blauwe en gele vlag, resp. witte en gele vlag:

- Vervanger van blauw resp. wit mag terugkomen na verstrijken 4 min. straftijd bij UMV4.

Wat te doen bij een Time-out?

- Laat direct na de aanvraag van de time-out de klok voor de time out lopen en geef na 45 sec. een fluitsignaal. Dit is het teken voor de spelers om elke positie in het veld in te nemen.
- Geef na 1 minuut weer een fluitsignaal. Dit is het teken dat het spel weer moet herbeginnen.
- Op het DWF start de tijd automatisch zodra je dit activeert en registreert. Het geven van de fluitsignalen moet wel gedaan worden.

Invullen persoonlijke fouten:

- Elke persoonlijke fout (U20 - U20/S - UMV - UMV/S - UMV4 - S) betekent een kruisje in de kolom "pers. fouten" achter de betreffende speler.
- Heeft een zware fout 2 straffen (U20/S - UMV/S - UMV4) dan blijft het 1 kruisje achter de naam en geen 2.
- Voor elke zware overtreding, waarvoor de scheidsrechter een persoonlijke fout geeft met een vervanging (UMV - UMV4 - UMV/S), wordt 1 kruisje in de kolom "pers. fouten" gezet en vervolgens een streep door de rij. Bovendien wordt er ook een streep gezet achter de speler in die kolom, die een letsel oploopt, waardoor die niet meer aan de wedstrijd mee kan doen.

Op het DWF worden de 'kruisjes' voor de persoonlijke fouten automatisch geplaatst na registratie. De streep bij zware overtredingen wordt gemarkeerd met een rode vlag. Bij letsel komt er achter de speler een icoon te staan met letsel erin.

Uiteraard blijft persoonlijke controle op het bovenstaande altijd bestaan.

Meer informatie over het DWF in de 'Werkinstructie DWF Sportlink' welke te vinden is op de website (<https://ez-pc.nl/waterpolo/werkinstructie-dwf/>).

HELP ELKAAR ERAAN HERINNEREN DAT JE ACHTER DE JURYTAFEL MOET ZITTEN.

9. Time-out regel (van toepassing voor Dames1)

De Time out regel wordt gebruikt in de Bondscompetitie en in de Regio Oost in de afdelingen D1 en H1 en de kampioenspoule van de A, B en C-jeugd.

Een grotere groep scheidsrechters, juryleden etc. zal met deze regel te maken krijgen, hieronder volgt een overzicht van de bijbehorende spelregels en een paar tips.

Spelregelsituatie	Toelichting
Tip: De s.r. vraagt, voorafgaande aan de wedstrijd, aan de jurytafel of men bekend is met de regels van de time out.	Indien de jurytafel je met grote ogen aankijkt, is er nog tijd om het een en ander zodanig te corrigeren, dat ook deze wedstrijd met time out op een juiste wijze kan beginnen.
Tip: De jurytafel moet beschikken over een extra klok voor het bijhouden van de time out tijd. Een fluit is voldoende voor het aangeven van einde tijd.	
Iedere ploeg mag tijdens de reguliere speeltijd 2 time outs aanvragen.	Een 3de time out mag uitsluitend tijdens de verlenging worden aangevraagd.
De coach van de balbezittende ploeg kan op elk moment tijdens de wedstrijd een time out aanvragen bij de s.r. of de jurytafel door het roepen van "time out" en het maken van het T-gebaar met zijn handen. Indien een team geen coach heeft mag uitsluitend de doelverdediger een time out aanvragen.	<ul style="list-style-type: none">■ Het zal wennen zijn om te reageren op een kreet van de coach, zeker als het in het zwembad wat lawaaiig is. Kijk in ieder geval kort en zie of de coach het T-gebaar maakt.■ De bal moet in bezit komen van de s.r. Elk moment van de wedstrijd betekent dus ook direct na een doelpunt, direct voorafgaande aan het nemen van een strafworp, hoekworp e.d.
Direct na de aanvraag stopt de wedstrijd door het fluitsignaal van de s.r. of van de jurytafel.	Let op: <ul style="list-style-type: none">■ De 30 sec. klok wordt niet teruggezet naar 0 of 30 sec.!!!!■ De time out klok wordt gestart.
De spelers moeten daarna zo snel mogelijk terug keren naar hun eigen speelhelft.	Vanaf hun eigen speelhelft wordt de time out door de spelers en coach afgehandeld.
Na 45 sec. mogen de spelers hun positie op de helft van de tegenstander innemen.	De 45 sec. wordt aangegeven door een kort fluitsignaal van de jurytafel.

<p>Na 1 minuut geeft de jurytafel aan bij de s.r. dat de tijd verstreken is. De s.r. hervat de wedstrijd met een fluitsignaal en een vrije bal op of achter de middellijn van de balbezittende ploeg. <i>Uitzondering:</i> Als de time out was aangevraagd vóór het nemen van een strafworp of hoekworp, dan blijft die worp gehandhaafd.</p>	<p>De jurytafel fluit kort en geeft zo aan dat de 1 minuut verstreken is. De vrije bal wordt dan dus niet op de middellijn gegeven, maar op de plaats van de strafworp of hoekworp. Aldaar wordt de wedstrijd in die gevallen hervat.</p>
<p>Nog enkele belangrijke zaken aangaande de time out:</p>	
<p>Als een coach tijdens de wedstrijd een time out te veel aanvraagt, wordt het spel stilgelegd en wordt op de middellijn een vrije bal gegeven aan de tegenpartij.</p>	<p>Er staan geen verdere sancties op deze fout van de coach.</p>
<p>Als de ploeg <u>niet in balbezit</u> is en de coach vraagt een time out aan wordt het spel stilgelegd en wordt een strafworp gegeven aan de tegenpartij.</p>	<p>Op het wedstrijdformulier hoeft bij 'wedstrijdverloop' deze overtreding niet te worden vermeld.</p>
<p>Tijdens de time out mag een vervanger vanaf iedere willekeurige plaats in het speelveld komen.</p>	
<p>Er mag <u>niet direct</u> vanuit het herbegin op het doel geschoten worden. Het is geen doelpunt, er moet een vrije bal gegeven worden aan de tegenpartij.</p>	<p>Er zijn een paar situaties waarvoor geldt dat een direct schot na herbegin niet mag. Dit is er 1 van.</p>