



NBB
NEDERLANDSE
BASKETBALL BOND

NEDERLANDSE BASKETBALL BOND

VERSNEELD INNEMEN van de bal (nieuwe spelregel)

Seizoen 2025-2026

- definitief ingevoerd in alle U10- tot en met U22-jeugdcompetities, landelijk en regionaal.



NBB
NEDERLANDSE
BASKETBALL BOND

Waarom deze nieuwe spelregel?

De Nederlandse Basketball Bond is continue bezig met het ontwikkelen van de competities met als doel een zo leuk en leerzaam mogelijk wedstrijd aanbod te creëren. Daarom is in seizoen 2023 – 2024 gestart met de pilot 'versneld innemen van de bal'. Deze aanpassing op de spelregels is bedoeld om het spel te versnellen en spelers vaker in transitie situaties te brengen waarin op hoog tempo keuzes moeten worden gemaakt. Dat is niet alleen leuk, maar ook goed voor de ontwikkeling van jonge basketballers.

In de eerste helft van het basketbalseizoen 2023-2024 is gestart met een pilot in de Mannen U12 Eredivisie. De eerste ervaringen en resultaten waren positief, waardoor de pilot in de tweede helft van het seizoen 2023-2024 is uitgebreid naar verschillende jeugdcompetities tot en met 16 jaar, landelijk en regionaal. Met ingang van het seizoen 2024-2025 is deze vernieuwde spelregel definitief ingevoerd in alle U12- tot en met U16-jeugdcompetities, landelijk en regionaal.

In het seizoen 2024-2025 werd deze nieuwe spelregel nog als pilot uitgebreid naar alle U10- en U18- tot en met U22-jeugdcompetities, landelijk en regionaal. Na een opnieuw succesvolle pilot is de spelregel ook definitief ingevoerd in deze leeftijdscategorieën met ingang van het seizoen 2025-2026.

Wat is de spelregel 'versneld innemen van de bal'?

De regel "versneld innemen van de bal" houdt in dat bij een overtreding (zoals lopen en second dribbel) op de eigen verdedigingshelft de speler de bal niet hoeft te checken bij de scheidsrechter, maar direct mag innemen en doorspelen.

Deze regel geldt niet als:

- Er sprake is van een fout, want dan dient de scheidsrechter dit aan te geven bij de tafel.
- Als er bij de tafel door een van teams (coach) tijdig een time out of wissel is aangevraagd.

Spelregel versneld innemen van de bal

1. Bij een van de overtredingen: bal uit, lopen, second dribbel, voetbal, 3-seconden, 5-seconden (ball pressure & bal inname en 24-seconden) neemt het team dat de bal ontvangt op de dichtstbijzijnde plek de bal in; de bal hoeft niet met de scheidsrechter te worden gecheckt.
2. Wanneer voor een van de in artikel 1 benoemde overtredingen wordt gefloten, laat de aanvaller direct de bal los.



NBB
NEDERLANDSE
BASKETBALL BOND

3. Alleen op de verdedigingshelft kan de bal worden ingenomen zonder dat de bal bij de scheidsrechter wordt gecheckt.
4. Deze spelregel is niet van toepassing wanneer bij de tafel een wissel of time-out is aangevraagd.*
5. Wanneer een speler of coach de in artikel 2 of 4 benoemde spelregel opzettelijk vertraagt, kan dit volgens de richtlijnen van een technische fout worden bestraft.
6. De scheidsrechter kan de spelregel versneld innemen van de bal overrulen wanneer hij wat bij de tafel moet aangeven, er sprake is van een blessure of wanneer hij dat noodzakelijk acht.
7. Bij het fluitsignaal wordt de tijd stilgezet.
8. Bij het innemen van de bal geldt de 5-seconden regel.
9. De schotklok regels worden op dezelfde manier gehanteerd.
10. De spelregel versneld innemen van de bal geldt voor de volledige 40 minuten van de wedstrijd en eventuele extra tijd.
11. De spelregel versneld innemen van de bal kan worden toegepast in combinatie met de aangepaste full court defense regels bij de U10 en U12.**

**) Een wisselspeler dient klaar te zitten bij de jurytafel. Het versneld innemen van de bal kan niet worden onderbroken wanneer de wissel eerder wordt aangevraagd dan dat de speler klaar zit bij de jurytafel.*

****) Wanneer de aanvallende partij versneld inneemt, is de verdedigende partij nog steeds verplicht zich te houden aan de daarvoor opgestelde regels van full court defense.*

Tip

Het innemen van de bal zonder deze te checken bij de scheidsrechter is in de basis niets nieuws. Op een pleintje en tijdens de training op de club gebeurt dit namelijk al. Wel adviseert de NBB te oefenen op deze situatie. Zo weet je zeker dat de spelers bekend zijn met de spelregel en wellicht kun je wat extra fast break punten scoren of voorkomen!

Uitleg video

Op het [YouTube account van de Nederlandse Basketball Bond](#) wordt de spelregel stap-voor-stap visueel uitgelegd.