

Donut Hockey – Technique: Mises en échec – Side stick check, sweep check et body check

Le but de la mise en échec est de s'emparer du donut. Pour cela, le défenseur peut engager son bâton (stick check), ainsi que son corps (body check). La mise en échec est autorisée uniquement contre un adversaire en possession du donut.

Side stick check

- Le défenseur s'approche du joueur du côté de son bâton.
- Il tient son bâton à deux mains.
- Arrivé à hauteur de son adversaire, il glisse son propre bâton sous le sien.
- Il soulève le bâton adverse par un léger coup pour libérer le donut.
- Il place ensuite son bâton dans le donut et continue à jouer.



Sweep Check (Wisch-Check)

- Le défenseur est face à l'attaquant et suit son déplacement.
- Il soulève le bâton adverse en balayant avec son propre bâton.
- Il place ensuite son bâton dans le donut et tourne le dos à son adversaire.



Body check



- Le défenseur s'approche du joueur par le côté bâton de préférence.
- Arrivé à sa hauteur, il place son bâton dans le donut.
- Il pousse ensuite l'adversaire avec l'épaule ou la hanche.
- L'attaquant, déséquilibré, perd le contrôle du donut. Le défenseur s'en empare.
- L'engagement de la tête, des coudes, des genoux, du bâton, de même que les charges par l'arrière et contre les parois sont interdits.

Source: Muriel Sutter, auteure et éditrice de la série de livres Burner Motion, chargée de cours à l'université de Bâle, enseignante d'éducation physique



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO