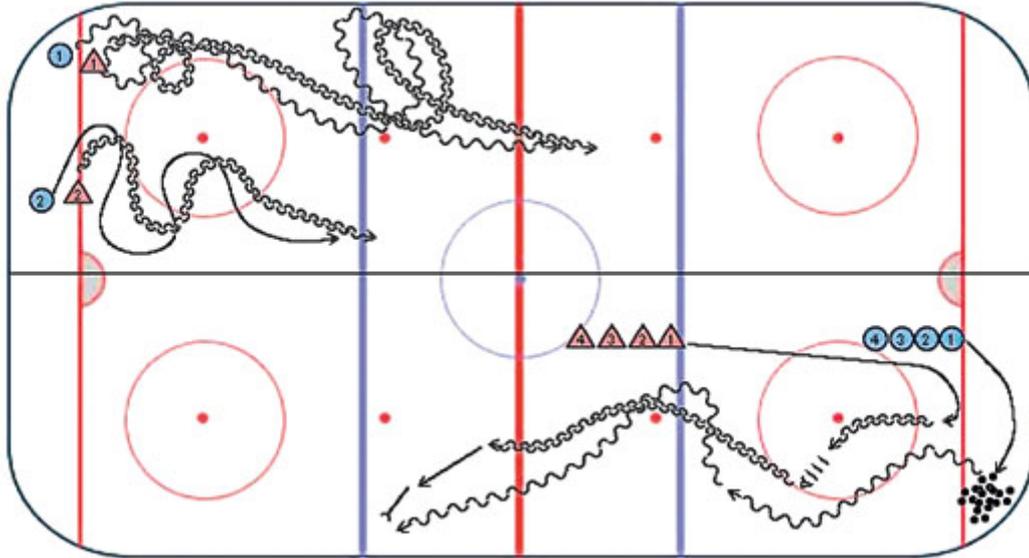


Hockey sur glace: Un contre un

Cet exercice met en scène des duels de la ligne de but à la ligne bleue. L'attaquant essaie d'atteindre cette dernière le plus rapidement possible. Le défenseur l'en empêche.



Sur toute la patinoire, avec ou sans puck. L'attaquant débute sur sa ligne de but. Le défenseur essaie de se mettre sur le chemin de l'adversaire, de le repousser et de gagner ainsi du temps. L'attaquant doit atteindre la ligne bleue offensive le plus vite possible (chronométrer). Quelle équipe parvient à faire perdre le plus de temps à son adversaire?



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO