

Donut Hockey – Technique: Feintes – Pass fake

La feinte de passe permet d'effacer l'adversaire pour effectuer une passe ou un tir direct.



- L'attaquant simule une passe à un coéquipier en le regardant et en pivotant le haut du corps dans sa direction.
- Il débordé ensuite rapidement l'adversaire, puis tire ou effectue une passe.

Remarque

Plusieurs manœuvres permettent de déborder l'adversaire. Voici les principaux facteurs de réussite d'une feinte:

- Distance optimale avec l'adversaire
- Conduite maîtrisée du donut
- Changement rapide de rythme et de vitesse
- Déplacement dans les espaces libres

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