Donut Hockey – Basi: Controllo – Stick check, Sweep check, Body check

L'obiettivo del controllo (checking) dell'avversario è di entrare in possesso del donut. Nel Donut Hockey è lecito utilizzare sia il bastone (stick check) sia il corpo (body check) per bloccare un avversario. È tuttavia possibile ricorrere al controllo solo contro un avversario in possesso del donut.

Side stick check (controllo laterale con il bastone)

- Il difensore si avvicina al giocatore in possesso del donut dal lato del suo bastone.
- Impugna il bastone con le due mani.
- Quando si trova all'altezza dell'avversario, fa scivolare il bastone sotto quello dell'avversario.
- Solleva quindi il bastone dell'avversario con un leggero colpetto per liberare il donut.
- Infila il suo bastone nel donut e continua a giocare.

Sweep check (controllo a terra)

- Il difensore è di fronte all'attaccante e segue i suoi spostamenti.
- Solleva il bastone dell'avversario, muovendo il suo bastone al suolo.
- Infila quindi il suo bastone nel donut e volta la schiena all'avversario.

Body check (controllo con il corpo)

- Il difensore si avvicina lateralmente al giocatore in possesso del donut, preferibilmente dal lato del suo bastone.
- Quando arriva alla sua altezza, infila il bastone nel donut.
- Spinge quindi l'avversario con una spalla o il fianco.
- L'avversario perde l'equilibrio e il controllo del donut e il difensore ne entra in possesso.
- Sono vietate azioni di blocco con gomito, ginocchia, con uno scontro fisico eccessivo, da dietro o contro la striscia di delimitazione del campo.

Fonte: Muriel Sutter, autrice ed editrice della serie di manuali Burner Motion, istruttrice LWB, docente all'Università di Basilea, insegnante di educazione fisica

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO