

Unihockey – Formes de jeu: Changements volants

Celui qui marque un but prend la place d'un joueur adverse! Cet exercice présente l'avantage de brasser en permanence les équipes.



Former deux équipes pour jouer à trois contre trois. Le joueur qui marque change d'équipe et il est remplacé par un adversaire qui rétablit l'équilibre numérique.

C'est le buteur ou l'enseignant qui choisissent le remplaçant. L'alternative consiste à disposer d'une liste (par exemple alphabétique) qui désigne les joueurs qui changent d'équipe.

Source: [Reto Balmer, responsable de la formation chez swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO