

Category #1 :

SCORING DRILL

Category #2 :

HIGH TEMPO

Title: Passe E-020

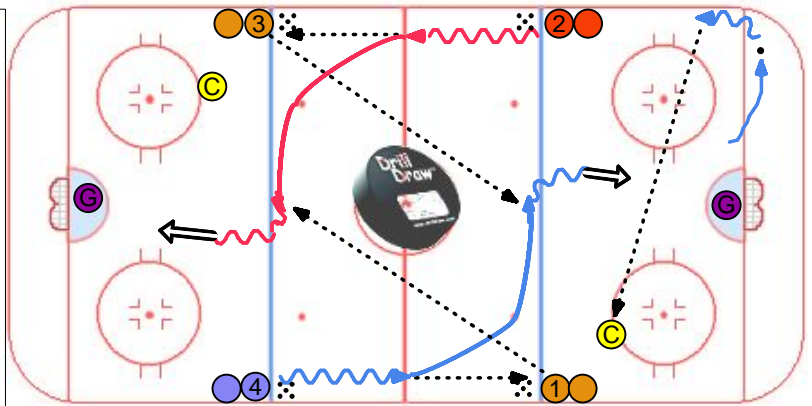
Content elements: Skating/Passing/Shoot.

Components :

TECHNICAL

Description

② et ④ partinent avec la rondelle et passe au joueur devant eux ③. Ils coupe ensuite vers le centre et reçoivent la passe du joueur ① du côté opposé, se dirigent vers le but et lancent.



** Fait avec DrillDraw **

Key Points :

Demander la passe

Précision

Bon lancer

Vitesse

Titre : Passe E-015

Catégorie #1 :

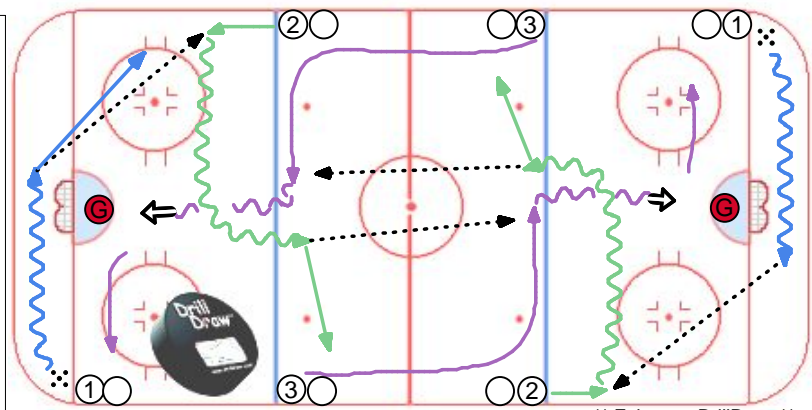
SCORING DRILL

Catégorie #2 :

TIMING

Description

① patine avec la rondelle derrière le filet et la passe à ② qui se dirige vers la zone central et passe la rondelle à ③ qui se dirige au filet et lance.



** Fait avec DrillDraw **

Points clés:

Tête haute

Demander la passe

Bon lancer

Retour

Titre : Passe E-011

Catégorie #1 :

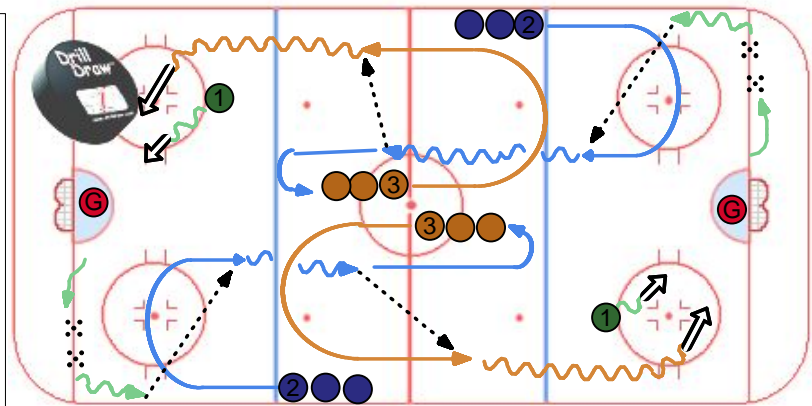
SCORING DRILL

Catégorie #2 :

TIMING

Description

① patine avec la rondelle et lance au filet. Il récupère une autre rondelle et fait la passe à ② patine avec la rondelle et la repasse ensuite à ③ qui se dirige au filet pour lancer. ③ récupère ensuite une rondelle dans le coin et passe à ② ... et ainsi de suite.



** Fait avec DrillDraw **

Points clés:

Tête haute

Demander la passe

Bon lancer

Retour

Titre : Sortie de zone E-001

Catégories #1 :

TACTIQUE COLLECTIVE

Catégories #2 :

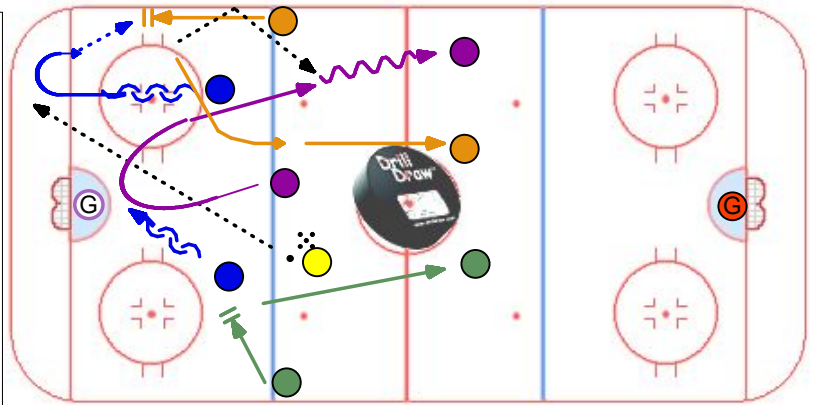
SORTIE DE ZONE

Description

L'entraîneur ● lance la rondelle dans le coin de la patinoire.

Un défenseur ● la récupère, tandis que l'autre se positionne devant le filet. Les ailiers ● prennent leur position respective selon le côté où la sortie zone sera effectuée.

Le défenseur ● passe la rondelle à ● qui après quelques enjambés passe la rondelle ● par la bande. ● revient vers le centre et l'attaque se fait à 3.



** Fait avec DrillDraw **

Points clés :

Positionnement

Qualité / Passes

Qualité / Réceptions

Titre : Sortie de zone E-002

Catégories #1 :

SYSTÈME DE JEU

Catégories #2 :

Sortie de Zone

Description

VARIANTE 1:

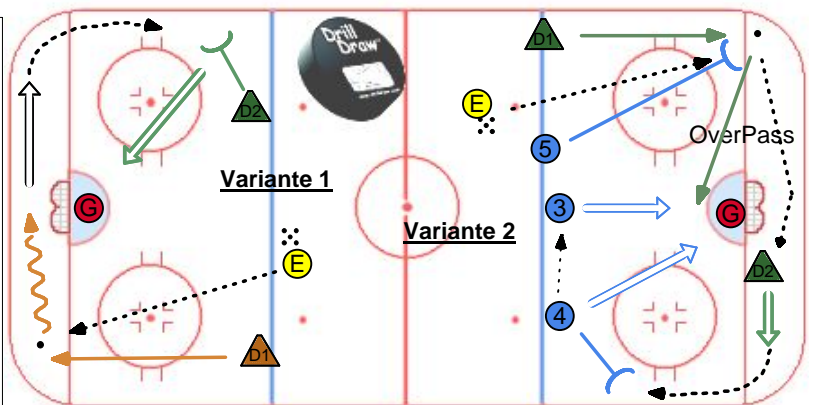
▲ patine vers le coin, ramasse le rondelle, contourne le filet et observe le jeu. Il sort la rondelle en utilisant la bandée.

▲ empêche la rondelle de sortir de la zone et tire au but.

(▲ peut aller pour le retour)

VARIANTE 2:

5 fait pression sur ▲ qui passe à ▲ et qui lance la rondelle contre la bande. 4 intercepte la rondelle pour soit tirer au but où passer à 3 qui lui tir au but. ▲ prend le retour.



** Fait avec DrillDraw **

Points clés :

Contrôle de rondelle

Lire/Réagir

Exécution

Timing

Titre : Sortie de zone E-004

Catégorie #1 :

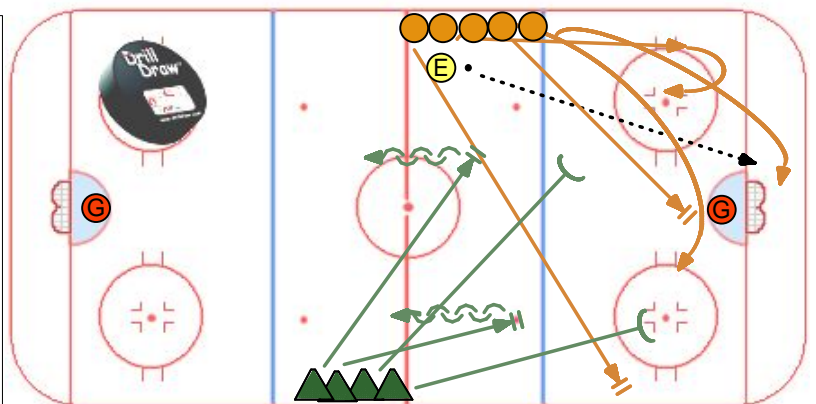
COLLECTIVE TACTICS

Catégorie #2 :

Break-out

Description

Situation de sortie de zone à 5 vs 4



** Fait avec DrillDraw **

Points clés:

Contrôle

Précision