

A la salle du Genêt la Garnache
Les Horaires d'entraînements
ECOLE DE HOCKEY
Le jeudi de 17h30 à 18h30

- DE 11 ANS
Le jeudi de 17h30 à 19h

- DE 13 ANS
Le jeudi de 19h à 20h30

- DE 15 ANS
Le jeudi de 19h à 20h30

- DE 20 ANS ET SENIORS
Le mardi de 21h à 22h30
Le vendredi de 21h à 23h

Les matchs à domicile ont lieu
le samedi de 16h à 20h



Pour plus de renseignement
venez nous rencontrer lors des
horaires d'entraînements ou
bien contacter le
www.lgrh.fr



Présentation du Rink Hockey

Reconnu discipline de Haut Niveau par le Ministère des Sports, le Rink-Hockey est un sport collectif très rapide pratiqué au masculin et au féminin. Alliance d'adresse et de technicité, ce sport procure beaucoup de plaisir aux amateurs de vitesse et de sensations fortes.

Depuis la base jusqu'à l'élite, le hockeyeur doit s'attacher à développer sa vitesse d'évolution et sa dextérité, mais aussi sa vision du jeu.

Sport collectif de petit terrain favorisant les contre-attaques, le *Rink-Hockey* développe un jeu très tactique qui offre un spectacle réjouissant.

Partez vous aussi à sa découverte et devenez un adepte

Ce sport, comme son nom ne l'indique pas, est du hockey sur patins à roulettes traditionnels à 4 roues, appelés quads. Il se pratique sur un terrain de 40 sur 20 mètres avec des crosses de 1m10 de long et une balle de 155g environ. Chaque équipe est composée de 4 joueurs de champs et d'un gardien de but, et autant de remplaçants, s'affrontant pendant 2 mi-temps de 25 minutes.

Hormis l'équipement du gardien qui est spécial, les protections des joueurs de champs se limitent au port de jambières, genouillères et d'une coquille.

A la différence du hockey sur glace, les contacts violents sont prohibés et contrairement au hockey sur gazon, les crosses sont plates et jouables des deux côtés.

