

Titre : Patine-passe et tir

Catégorie #1

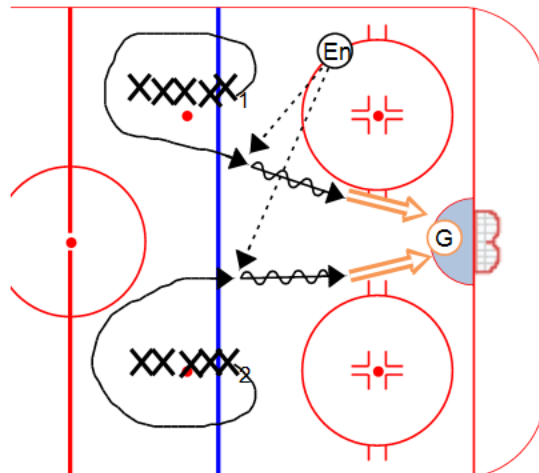
Exercice avec rondelle

Catégorie #2

Gardien

Description

Au coup de sifflet, X1 patine en contournant le groupe et revient vers le filet. L'entraîneur lui fait la passe et le joueur tir vers le gardien. Aussitôt que le lancer est fait, X2 patine en contournant son groupe et revient vers le filet. L'entraîneur lui fait la passe et le joueur tir vers le gardien...et ainsi de suite. C'est un côté à la fois. En variante, vous pouvez demander au joueurs de déjouer le gardien, pour finir le temps de votre exercice.



Points clés :
