

# Stage hockey sur glace 2014



DRAGONS DE ROUEN

3 semaines de stage

11-15 aout

17-22 aout

24-29 aout

**Du 11 au 15 aout**

## **Spécifique Par Poste**

**Gardiens (12 Places) :**

Déplacement, jeu de crosse, coordination  
main / oeil, tactiques de jeu

**Défenseurs (20 Places) :**

Déplacements latéraux, relance, rush,  
lancer, un contre un, un contre deux

**Attaquants (20 Places) :**

Challenger son déf, lancer  
voilé, couloir, feinte et  
variation de vitesse



**U11 - U13 - U15 - U18**

**Du 17 au 22 aout**

## **Stage collectif**

Base des Passes

Aiguillage & Cycling, Timing, Duel

Relance & lecture de jeu

Relation attaque / défense

**U11 - U13 - U15**

**Du 24 au 29 aout**

## **Technique individuelle**

Power Skating

Maniement

Agilité

Passes

Lancers

Technico-tactique

**U7 - U9 - U11 - U13**



# Tarifs

**Joueurs :**

1/2 Pension : 290 euros

Pension complète : 450 euros

**Gardiens (semaine 1)**

1/2 Pension : 330 euros

Pension complète : 490 euros

(hébergement en CRIS Places limitées)

# Inscription

Rendez vous sur le site

[www.hockeyrouen.com](http://www.hockeyrouen.com) Pour

télécharger le dossier d'inscription

ou Par mail : [char@normandnet.fr](mailto:char@normandnet.fr)