



Feintes et couper vers le but

Benoit Racette
Directeur technique et entraîneur-chef
Octobre 2008

Feintes

Objectif

- Leurrer l'adversaire

Comment ?

- En effectuant une **action contraire** à ce qui sera réellement exécuté

Méthodes et types

- Feintes de patinage
- Feintes corporelles
- Feintes de tirs et de passes
- Feintes du regard



Couper vers le but

Objectif

- Attaque agressive au filet en contournant le défenseur

Comment ?

- En protégeant la rondelle
- En accélérant soudainement
- En inclinant son corps vers le défenseur et en conservant le bras et la jambe intérieure (vers le centre) en pleine extension afin de s'introduire au filet.
- Il faut couper vers le poteau le plus éloigné.

