

REGLEMENT - SECTION HOCKEY LOISIR

L'objectif de la section Hockey Loisir est de permettre aux personnes qui n'ont jamais joué au hockey de venir essayer un nouveau sport, et à celles qui ont déjà joué de s'amuser en pratiquant un sport qu'elles aiment, mais à un rythme plus tranquille.

Après deux essais, l'accès aux séances Loisirs n'est permise qu'aux membres de l'ESVL en possession d'une licence Loisir ou Compétition.

La Section Loisir est principalement destinée aux adultes, les enfants (<18 ans) sont les bienvenus mais sont sous l'unique responsabilité de leurs parents/tuteurs qui doivent rester aux abords ou sur le terrain pendant toute la durée de l'entraînement. Les organisateurs ne peuvent être tenus responsables d'enfants autres que les leurs.

SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT TYPIQUE

- Nous sommes tous responsables de notre propre échauffement et de notre hydratation. Nous suggérons un minimum de 2 tours de terrain et des étirements actifs pour nous assurer que tous les muscles sont échauffés et préparés.
- Nous nous échauffons ensuite en poussant, passant, frappant et en tractant la balle (selon nos préférences) en petits groupes ou en un seul groupe.
- Nous pratiquons ensuite quelques exercices techniques. Les organisateurs fournissent autant d'idées que possible, mais TOUT LE MONDE peut proposer des exercices.
- Nous essayons toujours de jouer un match d'au moins 30 minutes, normalement 45.

1. PROTECTION : les protège-tibias, les protège-genoux, les protège-dents, les gants et les chaussures de hockey ne sont PAS obligatoires, mais le port de protections est très fortement recommandé car les crosses et les balles de hockey sont très dures.

2. Parce que tout le monde ne porte pas de protection, les matchs que nous disputons se déroulent dans un esprit de plaisir et d'inclusion, sans agressivité, ni contacts violents ou charges sur le joueur.

3. Le but des matchs est de pratiquer les passes plus que les dribbles et les tacles.

4. JEU ÉQUITABLE : Nous ne cherchons pas les pieds avec la balle - bien qu'il s'agisse d'une stratégie très utile au hockey, elle n'est pas dans l'esprit du Hockey Loisir. Il est important d'ESSAYER de passer la balle en CONTOURNANT un joueur - et non à travers lui.

5. Nous ne soulevons pas la balle intentionnellement, et les « scoops » sont interdits.

6. Nous pouvons être en opposition (crosse sur crosse) dans la zone de but mais pas avec force ou agressivité.... Faites-le avec adresse et prudence.

7. Pour le jeu dans le champ, nous bloquons les passes et nous approchons du joueur avec la balle, mais sans opposition agressive.

PRÉSENCE ET COMMUNICATION - nous communiquons via le groupe WhatsApp pour déterminer qui sera présent chaque semaine.

Nous devons avoir une présence de 5 adultes ou plus pour que la session ait lieu. La session sera annulée au plus tard le mardi à 17h00, et l'annulation sera communiquée via le groupe WhatsApp.

L'objectif reste de permettre à tous de s'amuser, de rester en forme, d'apprendre quelque chose de nouveau ou d'améliorer nos compétences, et de profiter ensemble de ce grand sport qu'est le hockey !!



HOCKEY LOISIR CHARTER

The whole point of the Hockey Loisir training is for people who have never played hockey before to come and try a new sport and for those who have played before to have fun playing a sport they loved, but at a more leisurely pace.

After two testing sessions, access to the pitch for Hockey Loisir is allowed for ESVL members only, holding a valid Loisir or Competition FFH Licence.

The Hockey Loisir was aimed to be for adults only; nevertheless, children (<18) are welcome to come and play but are under the sole responsibility of their parent/guardian who must stay at or on the pitch for the entire training session. The organisers cannot be expected to be responsible for children other than their own.

TYPICAL TRAINING SESSION

- We are all responsible for our own warm up and warm down and our own hydration – suggested minimum of 2 laps of field and active stretching to make sure all muscles are warmed up.
- We will then warm up with pushing, passing, hitting, and shooting (as preferred) in small groups or as one group.
- We then practice some techniques and drills. The organisers will provide as many ideas as possible, but EVERYONE can have a say in drills and techniques.
- We will always try and play a match of at least 30 minutes, normally 45.

1. PROTECTION: shin pads, gum shields, gloves and hockey shoes are NOT compulsory, but protection is recommended as hockey sticks and balls are very hard.

2. Because not everyone is wearing protection then the matches we play will be played in the spirit of fun and inclusivity, without aggression, hard tackles, or hard hits.

3. The aim of the matches is to practice passing more than dribbling and tackling.

4. FAIR PLAY: We will not '*look for feet*' with the ball – though a very useful strategy in hockey it isn't in the spirit of fun. It is important to TRY and pass the ball AROUND a player – not through them.

5. We will not lift or scoop the ball intentionally.

6. We can tackle (stick on stick) in the goal zone but not forcefully or with aggression.... Do it with skill and care.

7. in outfield play we will block passes and approach the player with the ball but will not tackle with aggression.

ATTENDANCE & COMMUNICATION – we will communicate via the WhatsApp group to arrange who will attend each week.

We must have an attendance of 5 adults or more for the session to happen. The session will be cancelled no later than 17.00 on Tuesday if it is to be cancelled via the WhatsApp group.

The above is to allow us all to have a lot of fun, get fit, learn something new, improve our skills and enjoy the great sport of hockey as a group !!

Pete Brooke

Manager ESVL Hockey Loisir

Julien Mazallon

Président ESVL Hockey sur Gazon