



Cristobal HUET
Gardien de l'équipe de France

Le Hockey sur Glace est toute ma vie. J'ai commencé à l'âge de 6 ans. Etant originaire d'une ville proche de Grenoble, je me suis tout de suite tourné vers le Hockey sur Glace. Ce qui me fascinait le plus, c'était la vitesse et l'intensité qui ressortait des matches. Et puis les acclamations du public et le côté spectaculaire des matches m'ont donné envie de commencer le Hockey. Je voulais être l'un d'eux. Au début, je pensais que ce sport était compliqué, mais en fait c'est tout le contraire. Sa simplicité et le fait que ce soit amusant m'ont incité à débiter. Ensuite, ce qui m'a impressionné dans ce sport, c'est l'état d'esprit.



Caroline BALDIN
Gardiennne de l'équipe de France

Le Hockey sur Glace génère de nombreuses émotions, de mon frère et c'est grâce à lui qu'à 13 ans je me suis inscrite au club de Grenoble. Quatre ans plus tard, c'est le début d'une belle histoire, une école de la vie où tu apprends des valeurs importantes comme la combativité, la solidarité avec les filles, le respect des consignes de l'entraîneur : le sport, c'est aussi un jeu dans lequel il ne faut rien lâcher et surtout se faire plaisir.



POUR ESSAYER !

L'ensemble des licenciés, et particulièrement les enfants, sont encadrés par des éducateurs formés et diplômés dispensant un apprentissage des règles sportives et de vie.

Le Hockey sur Glace, c'est du plaisir avant tout !

Dans le Hockey sur Glace, on s'engage, on joue et on gagne !!!

Pour la 1^{re} séance en club, il faut simplement, se munir :

- D'une tenue imperméable et souple (jogging),
 - Des gants de ski,
 - Des genouillères et coudières type protections de roller
- (Les patins, casque et crosse seront fournis par le club.)

Où pratiquer le Hockey sur Glace ?

Toutes les informations sont sur www.hockeyfrance.com

Ou dans l'un des 120 clubs proche de chez vous.

INITIATION OFFERTE SUR PRÉSENTATION DE CE DÉPLIANT

Cachet du club



FFHG

FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE HOCKEY SUR GLACE



LE HOCKEY SUR GLACE

RÉVEILLE LE HÉROS QUI EST EN TOI !



FFHG

FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE HOCKEY SUR GLACE

PARTAGEZ LES VALEURS DU HOCKEY

LE HOCKEY C'EST AUSSI...

La vitesse

Le Hockey sur Glace est le sport collectif le plus rapide au monde.

L'intensité

La vitesse du jeu conjuguée à la taille de la patinoire nous donne toujours le plein de sensations fortes avec des rencontres très intenses et spectaculaires.

L'esprit d'équipe et le respect

Le Hockey sur Glace est un sport où règne une très grande convivialité et solidarité. Le respect des coéquipiers, des éducateurs, des arbitres et surtout des adversaires est essentiel.

L'accessibilité

Le Hockey sur Glace est un sport accessible à tous et toutes et facile à pratiquer, avec des règles rapides à comprendre. C'est surtout une discipline très ludique que l'on peut pratiquer à tout âge.

Le plaisir en toute sécurité

A chaque âge, à chaque niveau, un équipement et des règles adaptés permettront une pratique sans risque et en toute sécurité.

... un sport collectif

- plein de sensations fortes.
- pour les filles et les garçons sans maximum d'âge !
- qui développe l'équilibre, l'agilité, la force et la confiance en soi.
- du sport avant tout !

... un jeu

- à 6 contre 6, avec 1 gardien et 5 joueurs par équipe.
- dont l'objectif est de marquer un maximum de buts en envoyant le palet (ou rondelle) dans le but adverse.
- sur une patinoire de 60 mètres de long sur 30 mètres de large entourée par des balustrades.
- qui dure officiellement 60 minutes divisées en trois tiers-temps

... à pratiquer pour le plaisir et en toute sécurité !

- avec des patins à glace et une crosse.
- avec un équipement complet pour ne pas se faire mal : coudières, protège tibias, culotte, casque et gants.
- avec des entraînements et des règles adaptés à chaque catégorie et chaque niveau.

... une activité sportive et éducative, miroir de la société, dont les valeurs s'appliquent en dehors de sa pratique

- qui donne le goût de l'effort et permet l'apprentissage de la vie en groupe et qui développe la culture du fair-play et de l'honnêteté.
- qui pousse à la persévérance et à la réussite dans le respect des règles, de soi, des autres et du matériel.
- qui éduque aux valeurs d'engagement et de tolérance en apprenant à savoir reconnaître et lutter contre la violence et la discrimination.



SALUT, MON NOM EST
OSCAR
JE SUIS LA MASCOTTE
DE L'ÉQUIPE DE FRANCE.

VIENS ESSAYER!
TU PEUX PRATIQUER LE HOCKEY
DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE,
RENSEIGNE TOI DANS TON CLUB
LE PLUS PROCHE !



PROUVE TA BRAVOURE
ENTRE DANS L'ARÈNE
ET GLISSE VERS LA VICTOIRE!

