



Helsana

**Skillsday by Helsana
EHC Biel-Bienne Spirit**

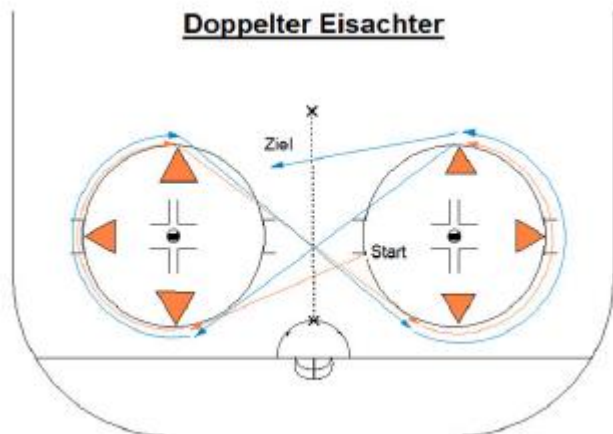
5.11.2023

PARTIE SPORTIVE

- 5 exercices, qui concernent le patinage, le maniement du puck, les passes et les tirs, seront disputés
- Une récolte d'un maximum de 10 points par exercice est possible. Ces points seront ensuite multipliés par le coefficient de catégorie
- Chaque joueur tente d'inscrire un maximum de points grâce à des bonnes performances
- Pour les joueurs de champ, nous partons du principe qu'une moyenne de 40 points sera atteinte, contre 35 pour les gardiens. Le montant maximum de points est de 50, et le minimum est de 7

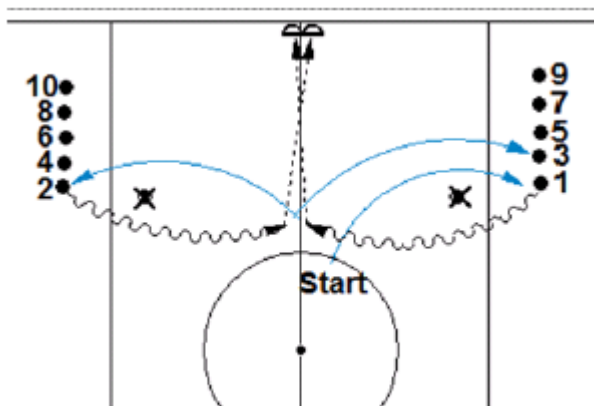
Points	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Grand huit	< 18s	< 19.7s	< 21.4s	< 23.1s	< 24.8s	< 26.5s	< 28.2s	< 29.9s	< 31.3s	< 31.3s
Pass laser	10 Goals	9 Goals	8 Goals	7 Goals	6 Goals	5 Goals	4 Goals	3 Goals	2 Goals	1 Goal
Slalom	< 15s	< 16.9s	< 18.8s	< 20.7s	< 22.6s	< 24s	< 26.4s	< 28.4s	< 30.2s	> 32.1s
Powershot	120km/h	110km/h	100km/h	80km/h	60km/h	40km/h	30km/h	20km/h	10km/h	5km/h
Lasershot	> 60 points	51-60 points	41-50 points	31-40 points	21-30 points	11-20 points	6-10 points	1-5 points		
Coefficient de catégorie	U20	U17	U15	U13	U11	U9				
	1	1	1.1	1.3	1.4	1.8				

PARTIE SPORTIVE



Double huit sur la glace

Il s'agit ici de réaliser le plus rapidement possible deux huit sur la glace. Le début est volant et démarre sur la ligne basse du rond d'engagement. Le temps sera calculé lors du passage de la ligne imaginaire et sera arrêté au 4^e passage. Il sera possible d'effectuer deux essais. Lorsqu'un cône est déplacé, il y aura une pénalité d'une seconde par cône.



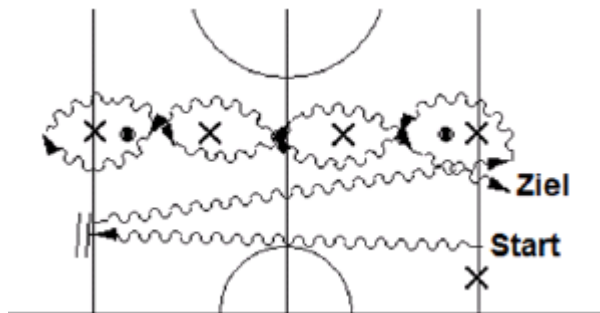
Pass laser

Cinq pucks sont disposés en ligne à 50 cm de la ligne bleue, de chaque côté de la glace. Le départ se fait dans le rond d'engagement. Le joueur patine sous l'obstacle, prend le 1^{er} puck, franchit la ligne rouge et passe le puck dans le but. Ensuite, il va chercher le 2^{ème} puck de l'autre côté et effectue une passe dans le but. L'exercice est terminé lorsque les 10 pucks sont dans le but. Les passes doivent être effectuées derrière la ligne des points d'engagements. Les joueurs des catégories M15-M17 font des passes 5x avec le revers et 5x avec le bon côté dans les petits buts. Les M9-M13 font les passes dans les grands buts.

PARTIE SPORTIVE

Slalom

Départ depuis derrière la ligne bleue, le puck sur la ligne et sprint jusqu'à la seconde ligne bleue. Franchir la deuxième ligne, freiner, retour sur l'autre ligne bleue, slalom aller-retour entre les cônes. Le temps s'arrête lorsque le puck sur la canne a passé la ligne bleue.



Lasershot

Chaque joueur effectue 10 tirs. Il obtient des points selon l'endroit où le puck entre dans le but. En haut à gauche et à droite, il obtient 10 points, en bas à gauche et à droite 5 points et au milieu 15 points.



Powershot

Avec l'aide d'un radar, la vitesse des tirs est mesurée. Chaque joueur dispose de trois tentatives.

