

Le hockey LOISIR ou COMPETITION.

Pour vous, la fédération propose une licence loisir. Elle permet à tous, enfants et adultes, d'être assuré pour la pratique du hockey hors compétition. Il en est de même pour la licence compétition.

Des bienfaits pour la santé !

Le hockey est un sport complet. Comme toute pratique sportive, il participe à satisfaire les 60 minutes par jour d'activité physique recommandées aux enfants !

Faire du HOCKEY en club, c'est :

- Se faire des nouveaux copains et évoluer dans une vraie vie de groupe pour apprendre l'esprit d'équipe!
- Durant les entraînements, c'est l'assurance de progresser rapidement et de s'amuser.



- La pratique dès le plus jeune âge (à partir de 6 ans) permet de donner de bonnes habitudes : plus on commence tôt une activité physique, et plus on conservera cette habitude.

Hockey Club des Jalles

Club de Hockey sur Gazon
Association Loi 1901 N° SIRET 519 218 838 000 18

Club affilié à la

Fédération Française de HOCKEY

Tour Galliéni II
36, Avenue du Général de Gaulle
93170 BAGNOLET



Pour nous contacter :

E-Mail : HC-JALLES@CLIC-OK.FR

Site : CLIC-OK.FR

Téléphone : 07.81.64.67.54

VILLE DE
SAINT MÉDARD
EN JALLES



Partenaire
de l'offre



Sport au Masculin



Et si je jouais au HOCKEY...



Sport au Féminin

Sport Olympique
depuis 1908



Découvrez le HOCKEY sur Gazon au H.C JALLES

Club de hockey sur gazon St Médard en Jalles

Evidemment pour jouer, il me faut :

- une crosse (offerte par le club pour toute inscription)
- une balle (de la même taille qu'une balle de tennis mais en plastique mise à disposition par le club)
- un terrain
- **ET SURTOUT** une bande de copines et copains !



Comme dans tous les sports de crosse et de balle, l'objectif est de marquer des buts. Pour y arriver, il faut se passer la balle pour gagner du terrain et une fois arrivé dans le cercle d'envoi, tenter le but !

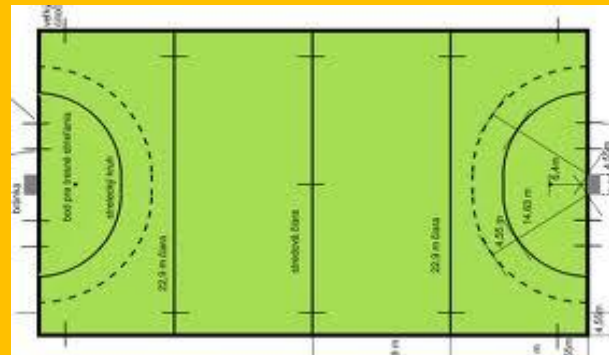
- En compétition, comme aux Jeux Olympiques, cela se joue à 11 joueurs par équipes en deux mi-temps de 35 mn et une pause de 10mn mais pour les plus jeunes c'est plus court.
- La balle ne peut toucher que le côté plat de la crosse et aucune partie du corps, seul le gardien peut toucher la balle avec son corps
- Un but est validé uniquement si la balle a été frappée ou déviée dans le demi-cercle vers le but (cercle d'envoi)



Equipe U12 2018-2019 du HC JALLES



**Le HOCKEY,
C'est juste une équipe de
copines et de copains**



Le terrain de hockey

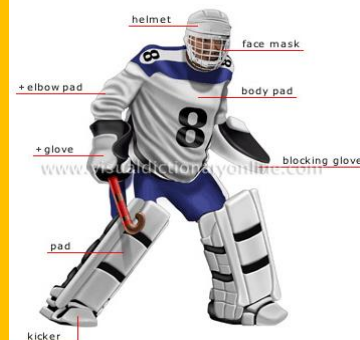
En gazon ou synthétique, en salle ou sur un terrain type Hand, on trouve devant chaque but un demi-cercle appelé cercle d'envoi.



*Rémy
Gardien du HC Jalles*

La tenue pour le gardien de but :

- un casque
- un plastron
- des coudières
- des guêtres
- des gants



La tenue pour les joueurs :

- des baskets
- des chaussettes avec protège-tibia
- une tenue de sport classique

