SALMING Unihockey Guide

Détermine la longueur de ta canne

Lors de l'achat d'un nouvelle canne, il est important de choisir la bonne longueur. Les avantages d'une canne adaptée sont nombreux comme par exemple : meilleure couverture de balle, maîtrise plus aisée de la conduite de balle. Avec une canne plus longue, il est possible, grâce au bras de levier, d'obtenir des puissances de tirs supérieures et une plus grand diamètre d'action pour les actes défensifs.
Par contre, la maîtrise et la conduite de balle, seront péjorées.
Mais c'est ton choix ! La règle dit que le haut de la canne devrait arriver à la hauteur du nombril ou former un angle droit au coude comme le montre le dessin ci-contre.
Mais attention, raccourcir est toujours possible, rallonger par contre ...!
A toi de jouer maintenant !

Nous conseillons	Taille	Longueur canne
	110-125cm	65cm
	125-140cm	**75cm**
	140-150cm	80cm
	150-160cm	**89cm**
	160-175cm	92cm
	175-185cm	**96cm**
	185- 195cm	100cm
	190+	**104cm**

Détermine ton côté de jeu

Côté de jeu : GAUCHE

Dans ce cas, la main droite, qui se trouve en haut de la canne, est la plus forte.

En Suisse 70 % des joueurs jouent en "gaucher "

Côté de jeu : DROITE

Dans ce cas,c'est la main gauche qui est la plus forte.

En Suisse 30% des joueurs jouent en " droitier "

Détermine la dureté de ta canne

AVEC SON PROPRE POIDS DU CORPS

Poids légers - canne souple → Poids lourds - canne dur

REG/30 | STIFF/27 | XSTIFF/24

DEPENSE D'ENERGIE DANS LA PHASE DE TIR

Peu d'engagement de force → Tir pleine puissance

REG/30 | STIFF/27 | XSTIFF/24

Nous conseillons	Type de joueurs	Taille	Dureté de canne
	Juniors	100-150cm	34-32mm Flex
	Dames, hommes M16	**150-170cm**	**32-27mm Flex**
	Hommes dès M18	170-190cm	27-24mm Flex

TAURUS SPORTS
taurussports.ch
Steinackerstr. 4, 8302 Kloten, Tel. +41 (0) 44 800 70 77, Fax +41 (0) 44 800 70 75, info@taurussports.ch
Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 12.00 – 18.30 Uhr, Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, Donnerstag: bis 20.00 Uhr