

Toutes les infos sont sur :  
**[hockeysub.ffesm.fr](http://hockeysub.ffesm.fr)**



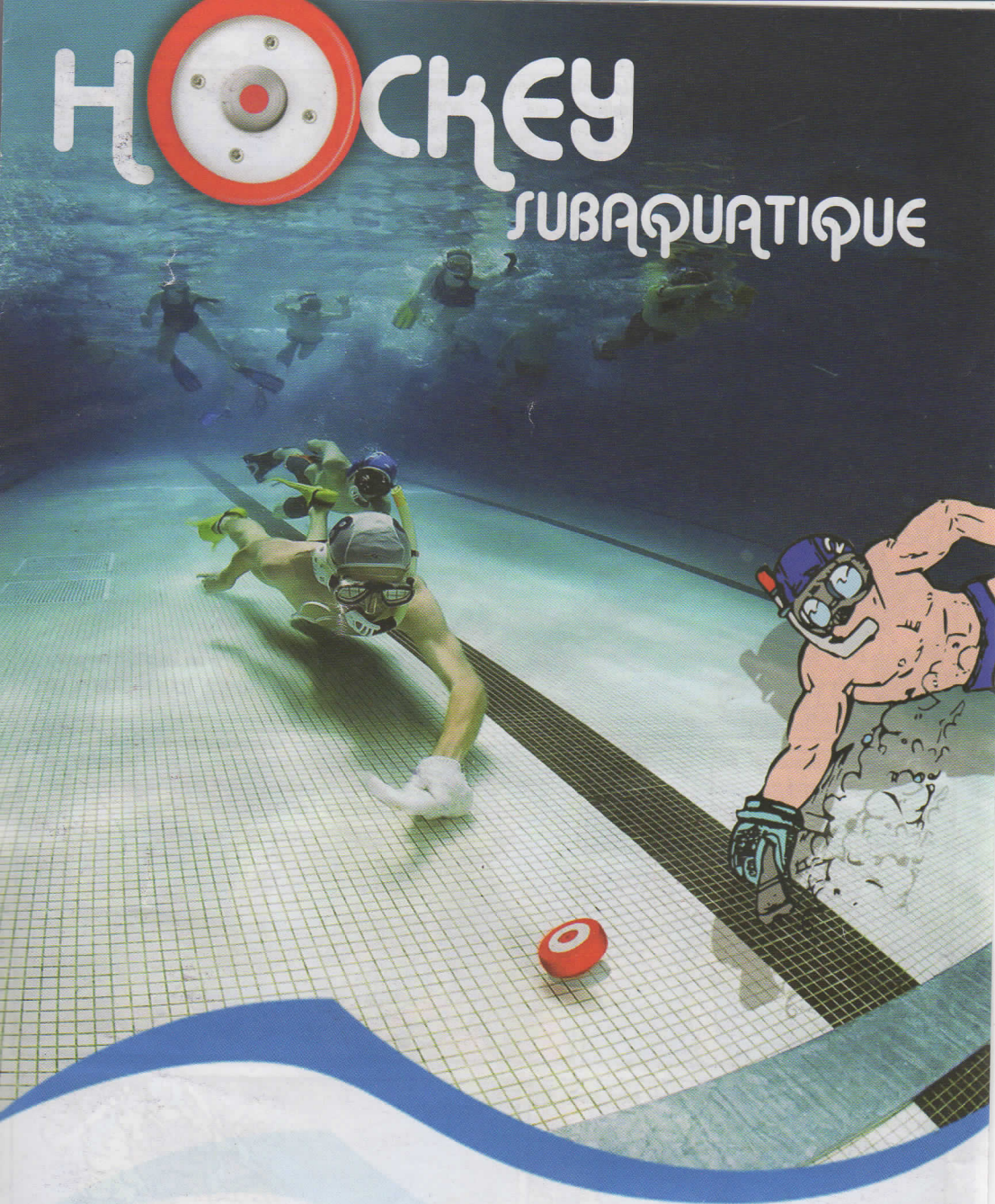
Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous Marins





# HOCKEY

SUBAQUATIQUE



Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous Marins





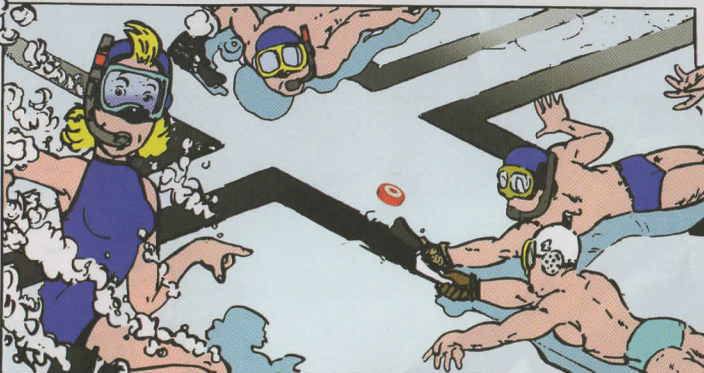
Tu as plus de 10 ans, tu aimes le sport et tu te sens comme un poisson dans l'eau, alors viens découvrir le hockey sub !



Le hockey subaquatique est un sport collectif qui se pratique en piscine et en apnée, à une profondeur d'environ 2 m.

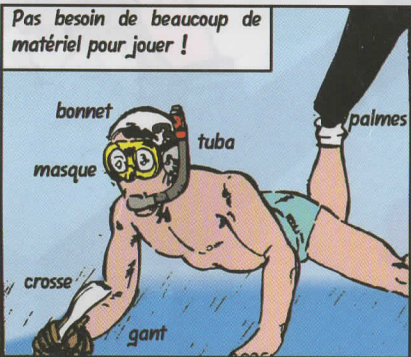


SUIS MOI  
Nous allons voir de plus près

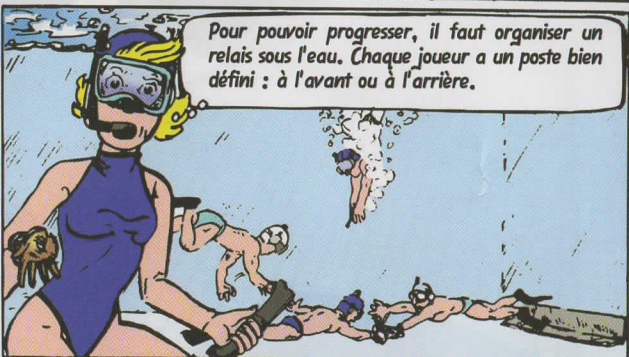


Au fond de l'eau, 2 équipes, les blancs d'un côté, les noirs de l'autre, chacune composée de 6 joueurs, s'affrontent. Le jeu consiste à faire progresser le palet dans le but adverse.

Inutile d'être un excellent nageur, il suffit d'AIMER JOUER DANS L'EAU.



Pas besoin de beaucoup de matériel pour jouer !



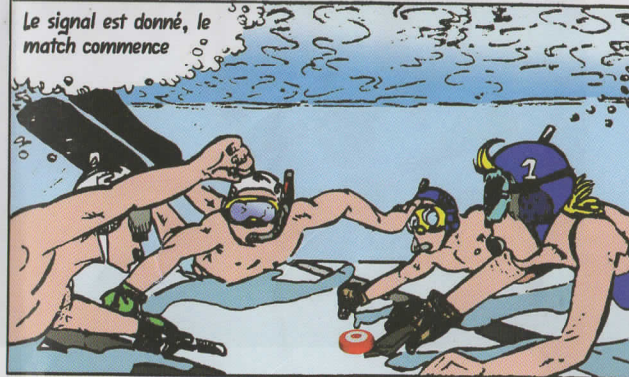
Pour pouvoir progresser, il faut organiser un relais sous l'eau. Chaque joueur a un poste bien défini : à l'avant ou à l'arrière.



Comme tu le remarques, tout le monde peut jouer, les garçons, comme les filles !!!



Au départ, l'arbitre pose le palet au milieu du terrain de 20 à 25m de long. Chaque équipe attend le coup d'envoi pour se jeter sur le palet.



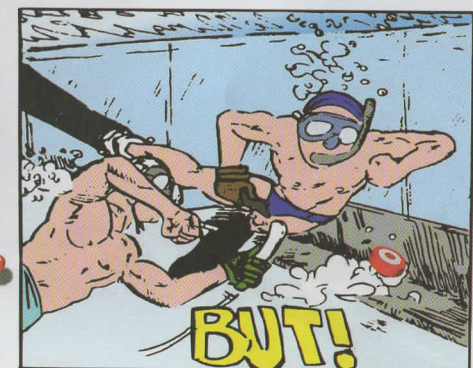
Le signal est donné, le match commence



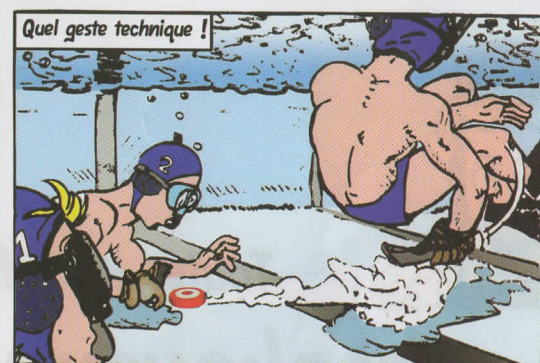
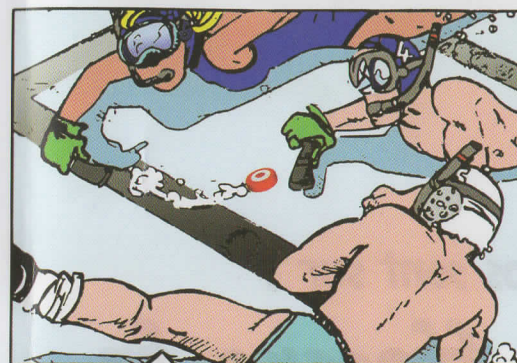
Tu peux avoir jusqu'à 4 remplaçants dans ton équipe qui peuvent entrer à n'importe quel moment du jeu, pourvu qu'il n'y ait pas plus de 6 joueurs par équipe dans l'eau.



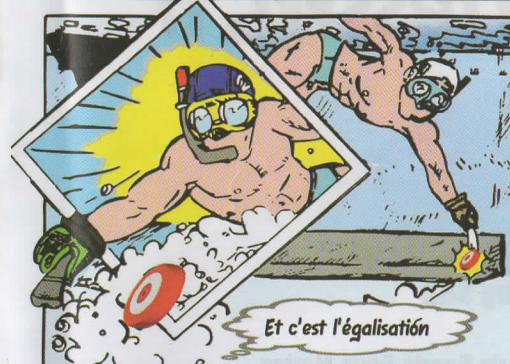
Quel beau débordement !  
Une passe ... un tir... et c'est le...



**BUT!**



Quel geste technique !



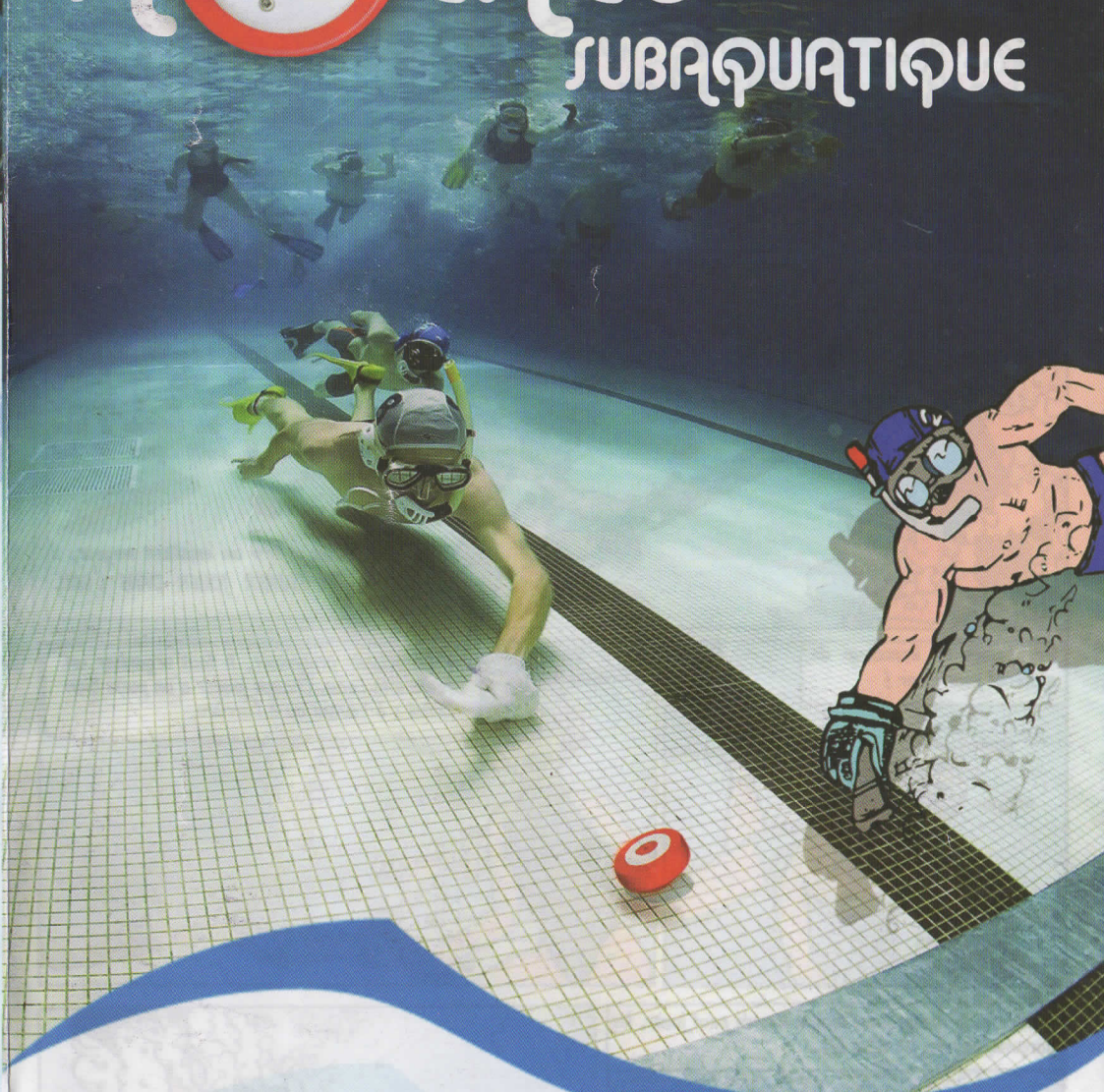
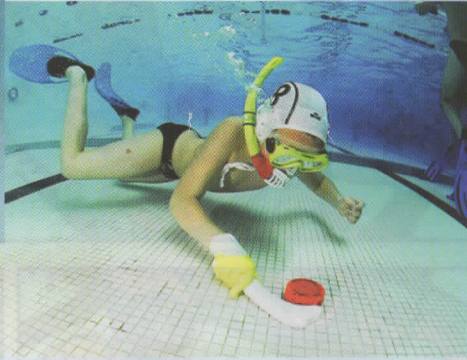
Et c'est l'égalisation



Je vois que tu es intéressé !  
N'hésites pas à nous contacter.  
**A BIENTÔT !**



# HOCKEY SUBAQUATIQUE



Toutes les infos sont sur :  
**[hockeysub.ffessm.fr](http://hockeysub.ffessm.fr)**



Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous Marins



Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous Marins







**Version Wi.10.00**  
Juillet 2011  
**Version Fr.10.08**  
Juillet 2017

Volume 1 : Réglementation des compétitions et spécifications des terrains de jeu  
**Volume 2 : Règles de jeu**