

33. TIR FRAPPÉ

1. Patins de côté par rapport à la cible
2. Rondelle placée entre les jambes et près du corps



3. Élan amorcé avec un mouvement de recul du bâton parallèle à la position des patins



4. Transfert de poids de la jambe arrière vers la jambe avant, dès le début de la descente du bâton qui pointe vers la glace, haut du corps incliné vers la rondelle



5. Resserrement des mains sur le bâton et frappé de la lame sur la glace légèrement derrière la rondelle
6. Suivi de la lame du bâton en suivant la cible

33. 1 ERREURS COMMUNES À ÉVITER

- a) Mauvais transfert de poids
- b) Angle de la lame dans l'élan arrière
- c) Angle de la lame au moment du contact
- d) Point d'impact mal situé