



# Présentation du Hockey-Sub FLERS Plongée

Le **hockey subaquatique** (*hockey sous-marin* ou *octopush*) est un sport d'équipe qui se joue en apnée au fond d'une piscine

## Le jeu

Le jeu oppose, dans une piscine, deux équipes, pendant deux mi-temps de 15 minutes (en général). Le but du jeu est de progresser, en apnée, en poussant ou en passant un palet, à l'aide d'une crosse spécifique afin de le faire entrer dans le but adverse.

Les buts sont posés sur le fond aux extrémités de la piscine.

Les joueurs sont au nombre de 6 par équipe en même temps dans l'eau. Il peut y avoir jusqu'à 4 remplaçants sur le bord de la piscine. L'équipe est, en général, composée de trois défenseurs et de trois attaquants.

Suite à certaines fautes, un joueur peut être sanctionné par une « prison », réduisant ainsi le nombre de joueurs de son équipe dans l'eau. Lorsqu'un joueur est en prison, il est assis sur une chaise à l'extérieur de la piscine. Le temps de prison, en fonction de la gravité de la faute, peut être de 2 minutes, 5 minutes ou définitif.

Afin de se différencier dans l'eau, chaque équipe est identifiée soit par la couleur blanche, soit par la couleur noire. Cette couleur est celle de la crosse et du bonnet des joueurs.

## Matériel



Les joueurs utilisent un masque (3), un tuba (1), des palmes (4), un casque qui protège les oreilles (Bonnet de Waterpolo) (2), un gant protecteur (7) et une crosse spécifique (5).

La crosse doit être faite dans un matériau flottant (Le plus souvent du bois, mais des polymères sont parfois utilisés), depuis 2009, ce n'est plus obligatoire.

Depuis peu, il est obligatoire d'avoir un protège dents, fixé sur le tuba, lors des compétitions officielles.

Le palet (6) mesure environ 8 cm de diamètre et 3 cm d'épaisseur, et pèse 1,3 kg .

Les buts en acier traité ou inoxydable sont en forme de cornière d'une longueur d'environ 3 mètres. Le volume du but est délimité par une cuvette de 300 cm × 12 cm et une hauteur de 18 cm sur la paroi arrière du but.



## Aire de jeu

Le jeu se déroule au fond d'une piscine. L'aire de jeu minimale est de 300 mètres carrés. Le fond de la piscine doit être plat avec une pente de 5% au maximum.

La profondeur doit être comprise entre 1,80 m et 4,00 m (2,00 m et 3,65 m +/-10%).

Ces dimensions réglementaires ne sont pas toujours respectées; les piscines n'étant pas toujours conçues pour la pratique du hockey subaquatique.

