

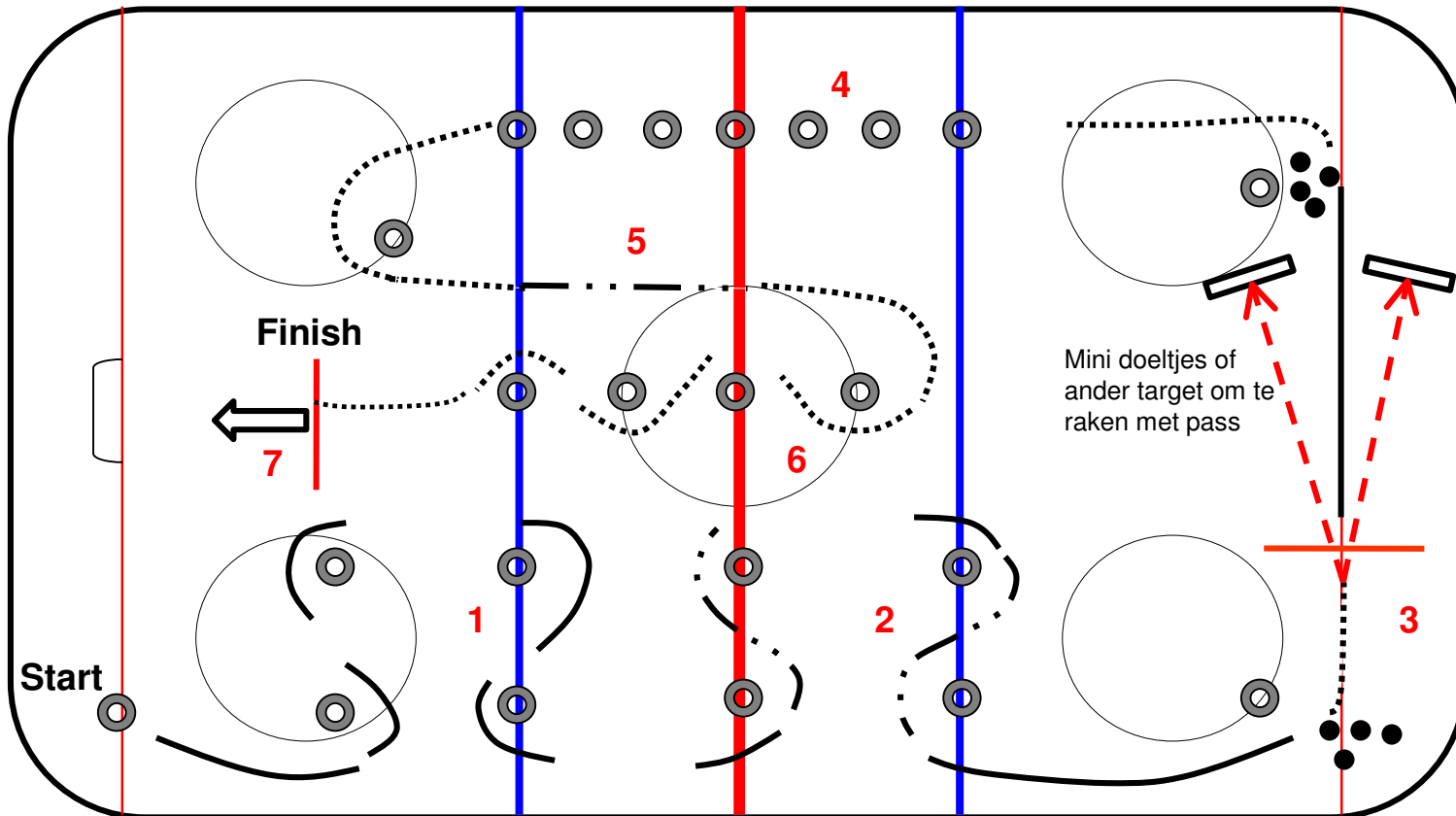
Stean Challenge

stean
Sports



Vaardigheidstest: Stean Sports

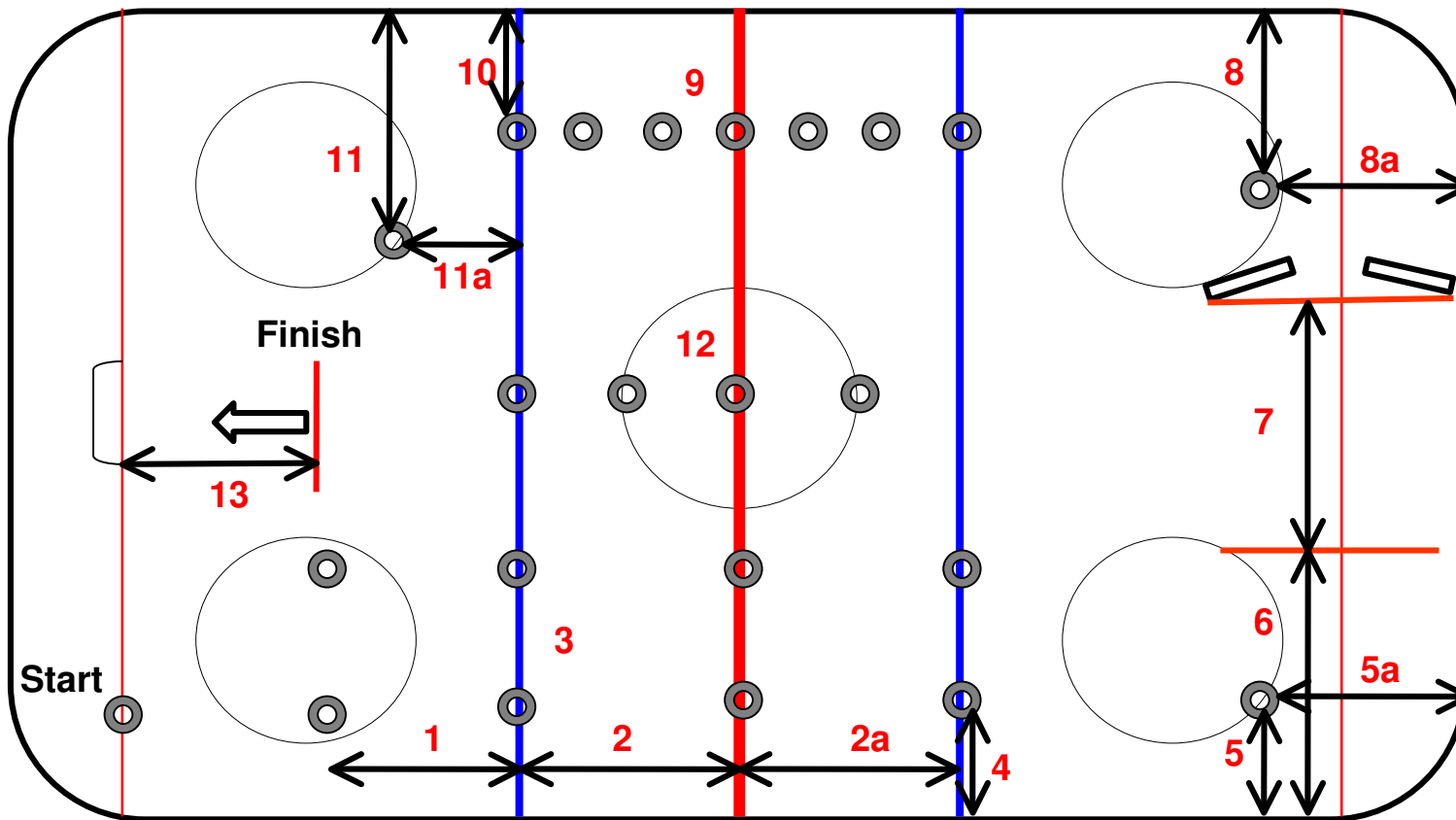
- . - . - . : Achteruit schaatsen, oef. 2 zonder puck, oef. 5 met puck
- : Vooruit schaatsen met puck
- : Vooruit schaatsen zonder puck



Stations

- **Station 1 (Schaatsen, zonder puck)**
 - IJshockeybochten links/rechts
- **Station 2 (Schaatsen, zonder puck)**
 - Vooruit – achteruit links/rechts
- **Station 3 (Passing)**
 - Puck pakken, pass geven linkshandige speler geeft pass in rechter doeltje, rechtshandige speler geeft pass in linker doeltje.
 - Pass moet voor bepaalde lijn gegeven worden (zie tekening)
- **Station 4 (Stickhandling)**
 - Puck pakken, stickhandling tussen de bandjes/pionnetjes
 - De schaatsen blijven op het ijs, de spelers gaan met hun lichaam over de pionnetjes heen.
- **Station 5 (Schaatsen, draaien met puck)**
 - Achteruit schaatsen, tussen blauwe en rode lijn
- **Station 6 (Schaatsen, met puck)**
 - Vooruit slalom door de pionnen
- **Station 7 (schieten)**
 - Na slalom afronden op doel

Vaardigheidstest: Stean Sports



Afmetingen

- **Afstand 1**
 - Zelfde maten als afstand 2 en 3, dit verschilt per ijsbaan
- **Afstand 2 – 2a**
 - Pionnen op hart blauwe – rode en blauwe lijn
- **Afstand 3**
 - 5 mtr.
- **Afstand 4**
 - 3 mtr. vanaf de boarding
- **Afstand 5 – 5a**
 - Afstand 5: 3mtr. vanaf de boarding
 - Afstand 5a: 5 mtr. vanaf end boarding
- **Afstand 6 (lijn waarvan pass op targets gemaakt moet worden)**
 - 9 mtr. vanaf boarding
- **Afstand 7**
 - 12 mtr.
- **Afstand 8 – 8a**
 - Afstand 8: 6 mtr. vanaf de boarding
 - Afstand 8a: 5 mtr. vanaf end boarding

Afmetingen

- **Afstand 9**
 - 7 Pionnen op gelijke afstand van elkaar, buitenste pionnen op de blauwe lijnen, middelste pion op de rode middellijn
- **Afstand 10**
 - 3 mtr. vanaf de boarding
- **Afstand 11 – 11a**
 - Afstand 11: 6 mtr. vanaf de boarding
 - Afstand 11a: 5 mtr. vanaf de blauwe lijn
- **Afstand 12**
 - Pionnen op rand cirkel, middenstip, rand cirkel en blauwe lijn (deze afstand en zijn ongeveer gelijk)
- **Afstand 13**
 - 6 mtr. vanaf de doellijn