



Semaine 5

Les sorties

- Semaine 1 – Introduction et Communication
- Semaine 2 – Roles et Responsabilités
– Évaluation
- Semaine 3 – Utilisation du Chronomètre
- Semaine 4 – La stratégie
- **Semaine 5 – Les sorties**
- Semaine 6 – Le brossage

Semaine 5

Les sorties

 Shots can be simplify into two categories based on their weights: Draw and Hits

 A take out

 Is a shot that is intended to contact another stone and often remove the contacted stone from play.

Semaine 5

Les sorties

Hits

-  Peel,
-  Hit and roll (frapper – rouler)
-  Take out – nose hit,
-  Double or triples take out,
-  Run-back
-  Tick

Semaine 5

Les sorties

 Les sorties peuvent être avoir un poids léger, moyen ou fort.

 Hack

 Bumper or board

 Control (5 to 10 feet (2 to 3 meters) past the hack)

 Normal (10 to 15 feet (3 to 5 meters) past the hack)

 Firm (20 feet (6 meters))

 Peel

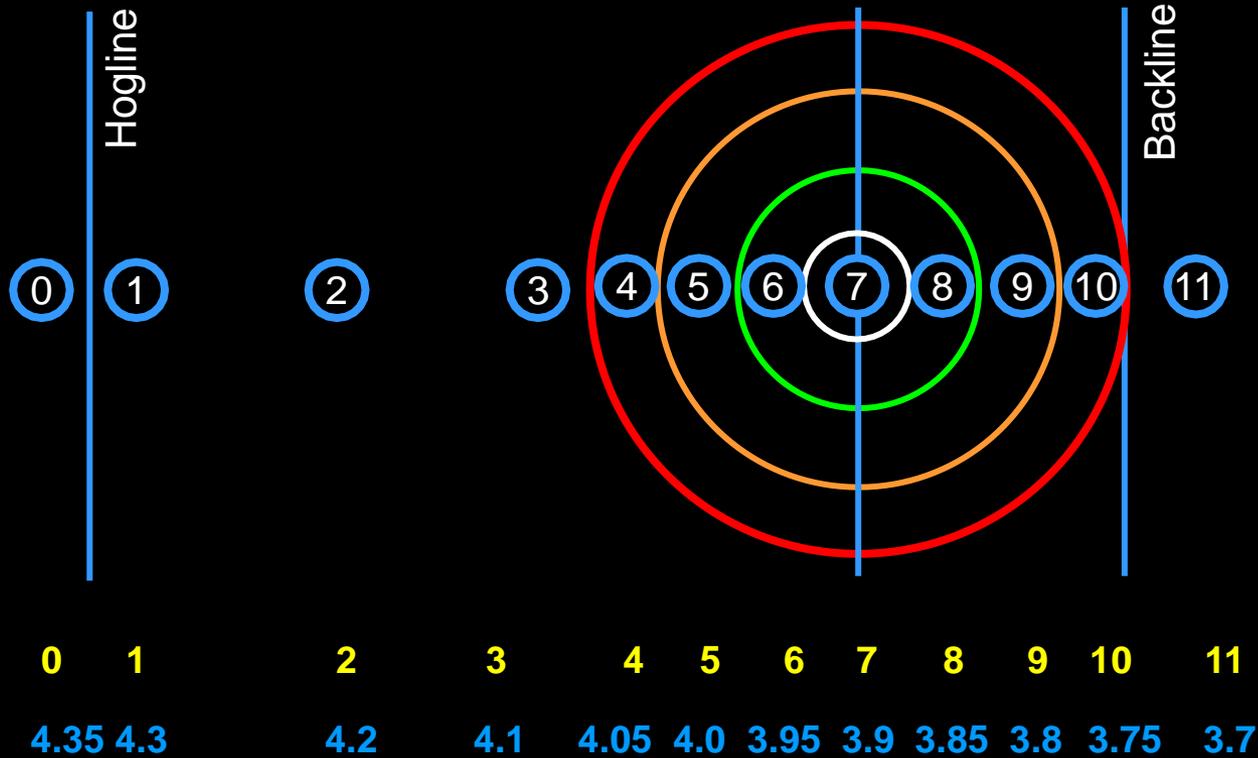
Semaine 5

Les Sorties

- Les temps de la ligne arrière jusqu'à ligne de jeu (Split Time) sur une glace normale peuvent ressembler à ceci:
 - 3,9 secondes - Ligne de T
 - 3.7 secondes - Ligne arrière
 - 3.6 secondes - Bloc de départ
 - 3.5 secondes - Board

Note importante: chaque .1 seconde représente environ une distance de 6 pieds

Split times per Zones



Hack 3.6
Board 3.5
Control 3.2
Normal 3.0
Peel 2.8





Semaine 5

Les sorties

Poids de sorties (hog to hog)

Hack weight	12 - 12.5 secondes
Bumper weight	10.5 - 11.5 secondes
Contrôle	9.5 - 10.5 secondes
Normal	8.5 - 9.5 secondes
Peel	7- 8.5 secondes

Semaine 5

Les Sorties

- 🥅 Points à considérer lorsque planifie une sortie
 - 🥅 Résultat rechercher (demeurer en jeu ou non, rouler ou non)
 - 🥅 Angle de frappe
 - 🥅 Drag effect

Semaine 5

Les sorties

Le mystère des angles

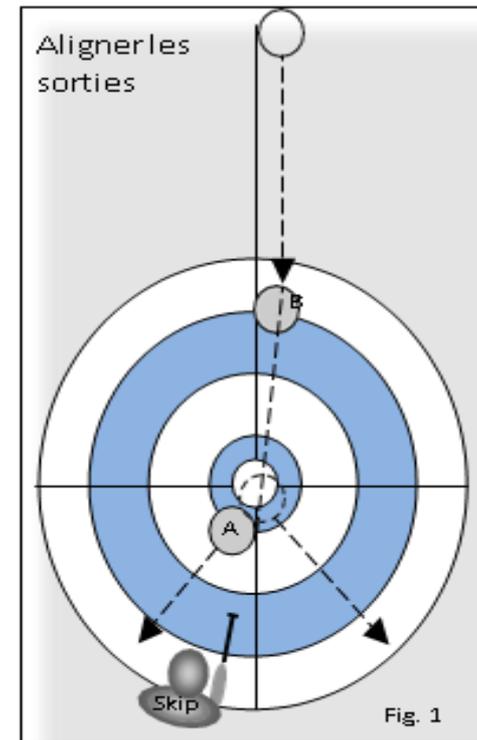
-  Les angles sont les lignes imaginaires tracées par le capitaine ou le vice-capitaine pour aligner les coups.
-  Ou frapper la pierre, $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, centre, etc

Semaine 5

Les sorties

L'alignement des sorties

-  Lorsqu'on aligne une sortie quelconque, on commence avec la dernière pierre à frapper (Figure 1)
-  Le capitaine commence par la pierre « **A** » et trace une ligne jusqu'au centre de la pierre « **B** » vers le bord extérieur. C'est là où vous voulez que la pierre lancée fasse contact.
-  Rappelez-vous que si vous enlevez la pierre « **A** », alors votre point de départ n'est plus le centre de « **A** » mais plutôt le bord extérieur.

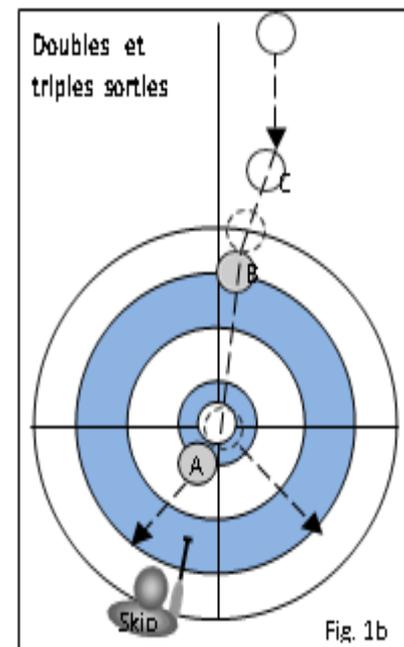


Semaine 5

Les sorties

Les doubles et triples sorties

-  Lorsque vous alignez les sorties triples (Figure 1b), la même méthode s'applique. Commencez au bord de la pierre « **A** » en direction du centre de la pierre « **B** » vers le bord extérieur. À partir de ce point, traversez le centre de la pierre « **C** ». Le bord extérieur de la pierre « **C** » sera le point de contact de la pierre lancée.

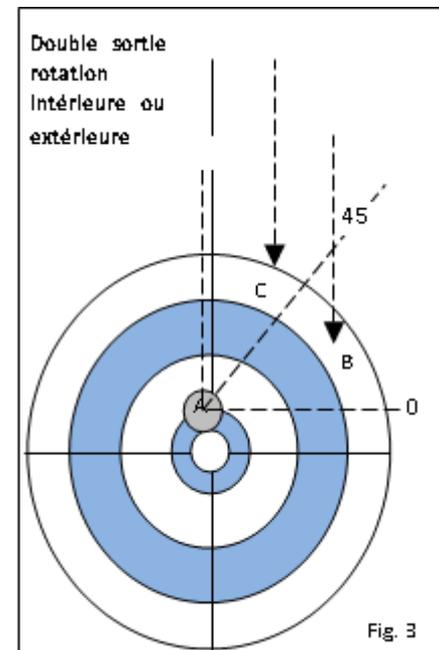


Semaine 5

Les sorties

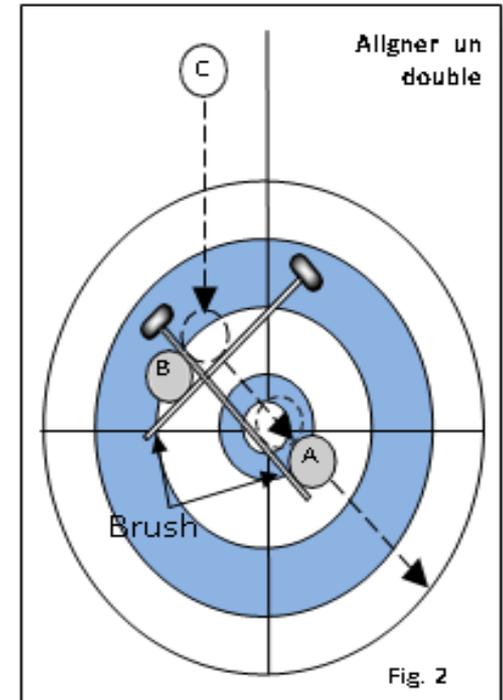
- **Doubles sorties à angle prononcé et à angle plat (frapper à l'intérieur ou à l'extérieur)**

- Ce genre de coup vise à faire une double sortie et à ce que la pierre lancée demeure en jeu.
- Il faut d'abord diviser le quart de cercle supérieur à un angle de 45° (Figure 3)
 - Si la pierre initiale est entre 0° et 45° (pierre **B**), il faut alors frapper la pierre à l'intérieur. C'est ce que l'on appelle un **angle plat**.
 - Si la pierre initiale est entre 45° et 90° (pierre **C**), il faut alors frapper la pierre à l'extérieur. C'est ce que l'on appelle un **angle prononcé**.



- **L'alignement des doubles sorties à angle plat**

- L'utilisation de balais est une excellente façon d'aligner une sortie double à angle plat pendant l'entraînement. Ce n'est toutefois pas admis de le faire pendant un match. Ce genre de coup vise à enlever les pierres B et A, et à placer la pierre C sur le bouton. (Figure 2)

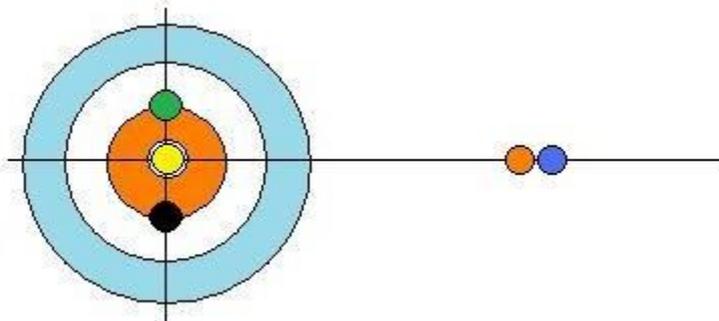


Semaine 5

Les sorties

- **Drag Effect – Effet de traînée**

-  Essentially when stones are “frozen” or are “close together” (2 inches or less), when the lead stone is struck to the side of its “nose”, the stone frozen to it tends to move in the same direction. In other words, the “back” stone’s path can be altered and that’s the key to the drag effect.



Semaine 5

Les sorties

- **Drag Effect – Effet de traînée**

