Catalogue Sport

Venez découvrir nos prestations Sportives

SOMMAIRE

1. Roller
2. Roller Course
3. Roller Freestyle
4. Roller Hockey
5. Roller Dance
6. Trottinette
7. Floorball
8. Hockey Ball
9. Motricité de l’enfant

Roller

- Le roller est le sport de glisse par excellence. Avec 3 millions de pratiquants, c'est le moyen de déplacement à la mode.

  Avec le ROC, venez découvrir ou parfaire votre pratique.
  Nous mettons tout le matériel ainsi qu'un entraineur à votre disposition.

Roller Course

- Le Roller de vitesse est un sport consistant à parcourir différentes distances (de 100 m à plus de 100 km) et tout cela le plus rapidement possible comme son nom l'indique.

  Les courses de roller de vitesse se pratiquent sur piste, circuit ou route.

  Venez expérimenter cette discipline pleine de sensation forte.

Roller Freestyle

- Venez découvrir les différentes pratiques du roller freestyle telles que :

  1) **Vitesse** – Les patineurs se défient sur des parcours dont les plots sont espacés entre eux de 80cm seulement. 12 mètres d'élan et 20 plots plus tard, les meilleurs franchissent ces cellules en moins de 5s !

  2) **Figure** – D'autres préfèrent développer leur sens artistique en présentant des chorégraphies en musique sur deux épreuves.

  – L'épreuve du « classic » leur offre 1mn30 d'expression sur la musique de leur choix pour enchaîner des figures sur 3 parcours complémentaires.
  – L'épreuve du « battle » leur permet de se confronter durant des jams de 30s.

Roller Hockey

- Petit frère du hockey sur glace, le roller hockey est un sport d'adresse, de puissance et de maîtrise.
  Contrairement au hockey sur glace, les contacts ne sont pas autorisés.

  Venez découvrir le roller hockey avec le matériel adéquat ainsi qu'un entraineur diplômé.

Roller Dance

- Mixer la danse et le roller? Cela est tout à fait possible avec le roller dance.
  Si vous souhaitez faire des chorégraphies sur des rollers le tout en musique.

  Venez travailler seul ou en groupe votre élégance et votre créativité afin de passer un bon moment en musique.

Motricité de l'enfance

- La croissance procure aux enfants des difficultés à gérer leur corps dans l'espace. Cette dernière peut les pénaliser dans le futur.

  Comme par exemple : enjamber, sauter, ou même courir

  Le ROC accompagne vos enfants avec des jeux et des parcours ludiques afin de leur apporter un développement moteur optimal.

Floorball

- Créé aux USA et démocratisé en Suède, le Floorball ou Unihockey est un sport qui se pratique en équipe de 5 VS 5 ou 3 VS 3 selon les dimensions du terrain.
  L'objectif est simple : marquer le plus de but que son adversaire.

  Le floorball se joue avec une balle creuse et des crosses ultra légères permettant une vitesse de jeu plus rapide qu'au roller hockey par exemple.

  Venez découvrir ce sport avec le ROC

Hockey Ball

- Comme le Roller hockey, le Hockey ball se joue avec le même matériel que le hockey, mais se joue avec une balle dure contrairement au Roller hockey où il s'agit d'un palet.

  Le hockey ball est un sport collectif permettant de travailler la vitesse ainsi que l'endurance.

  Le ROC vous donne la possibilité d'essayer ce sport.

Trotinette

La trottinette ou patinette (scooter en anglais) se différencie de la planche à roulettes (skateboard en anglais) par le nombre de roues, la présence d'un guidon qui permet de diriger la roue avant, et la position de face que l'on y adopte. Les trottinettes actuelles sont généralement en aluminium et pliables.

Depuis les années 2000 la trottinette est utilisée pour le freestyle et le déplacement urbain .

Nous proposons d'initier vos pratiquants a cette discipline.

Nos services vous intéressent ?

: rocpetitquevilly76@gmail.com

: 06.59.46.74.24

ROC Petit Quevilly