

Comment jouer à la ringuette

La ringuette est un sport d'équipe, le plus souvent pratiqué sur glace. Le but de la ringuette est d'utiliser un bâton pour diriger un anneau dans le but de l'équipe adverse.



Examinons les détails !

ÉQUIPE

Chaque équipe compte six athlètes sur la glace. Il s'agit de :

- Deux défenseur·e·s
- Deux attaquant·e·s
- An centre
- An gardien·ne de but

Une équipe est composée d'environ 15 à 20 athlètes. Six athlètes sont sur la glace à la fois.

JEU

Les matchs se déroulent entre deux équipes. Ils sont composés de :

- Deux périodes de 15 à 25 minutes, avec un mi-temps de deux minutes, totalisant environ une heure.
- En cas d'égalité, il y a parfois des prolongations de 10 minutes ou des tirs au but.

TOURNOI

Habituellement, une saison de ringuette comprend deux à quatre tournois, au cours desquels les équipes peuvent jouer contre plusieurs autres équipes. Les équipes qui réussissent bien continuent à jouer, tandis que d'autres sont éliminées. Les tournois se déroulent souvent sur un week-end.

La ringuette se joue le plus souvent sur une patinoire avec des patins et un équipement de protection.

Une partie commence avec un joueur·euse dans le cercle central de la patinoire. Au coup de sifflet, iel a 5 secondes pour passer l'anneau à un coéquipier·ère à l'extérieur du cercle central.

Règles

- 1 Aucun·e joueur·euse autre que le·la gardien·ne de but ne peut entrer dans le demi-cercle rouge de sa zone.
- 2 La ligne de jeu libre (« ligne de ringuette ») délimite la zone entre la ligne bleue et l'extrémité courte de la patinoire. Seul·e·s trois athlètes de chaque équipe (à l'exclusion du·de la gardien·ne de but en défense) sont autorisé·e·s dans cette zone.
- 3 Transporter l'anneau au-delà des lignes bleues est absolument interdit en ringuette. Les joueur·euses doivent plutôt passer l'anneau de l'autre côté de la ligne bleue à un coéquipier·ère.
- 4 La ringuette n'autorise pas les contacts corporels, ce qui signifie que les mises en échec, les coups de bâton, les coups ou les trébuchements ne sont pas autorisés. Ces situations entraîneront des pénalités de deux à quatre minutes.

