

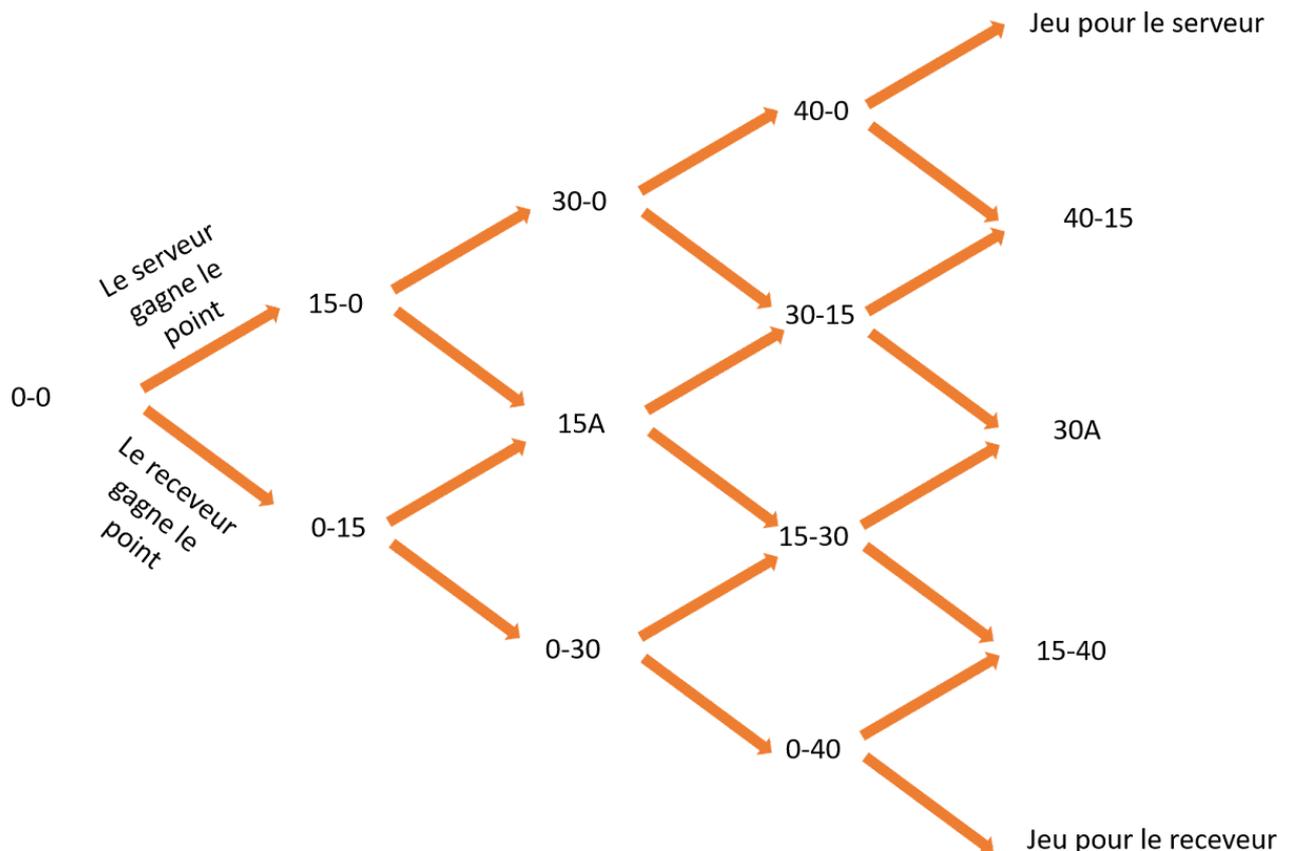
Règles de jeu pour le Challenge padel du 24 novembre 2023

Un comptage de points similaire à celui du Tennis

Pour les joueurs de tennis, ou les connaisseurs, rien de bien nouveau concernant le comptage des points au Padel.

Effectivement, on va compter les points en 15, 30, 40 puis jeu.

A 40/40, on applique la règle du No Ad (point décisif).



Un set de Padel est gagné lorsqu'une équipe arrive à 6 jeux avec deux jeux d'écart minimum. A 5 jeux partout, on continue le set jusqu'à 6-6. A ce moment-là, on joue le fameux "tie break".

Durant le "Tie-Break", on compte les points de la manière suivante: "zéro", "1", "2",... (et non 15, 30, 40).

Le "Tie-Break" est gagné par l'équipe qui arrive à 7 points gagnés avec deux points d'écart. Sinon, le "Tie-break" continue jusqu'à ce qu'une des deux équipes arrive à un score supérieur à 7 avec 2 points d'écart (Exemple: 9-7, 15-13, 21-19). L'équipe qui gagne le "Tie-Break" gagne le "jeu" et le "set" (vu que ça s'effectue à 6 jeux partout).

Le "Tie-Break" commence par le service du joueur qui allait normalement servir lors du 13ème jeu du set. Il servira du côté droit du terrain et ne servira qu'une seule fois. Ensuite, et en respectant toujours l'ordre des serveurs, chaque joueur servira 2 fois en commençant à servir du côté gauche du terrain. Et ainsi de suite jusqu'à la fin du "Tie-Break".

Le service au Padel : bien plus facile qu'au tennis.

Avant de se concentrer sur la partie technique, petit rappel pour indiquer que chaque joueur effectue un jeu de service complet au service. Le premier point au service commence dans la diagonale de droite. Puis à chaque début de point suivant, le serveur change de diagonale au service. Une fois le jeu terminé, c'est à l'équipe adverse de servir. Les quatre joueurs servent. Ainsi un même joueur sert tous les 4 jeux.

Le service du Padel à la cuillère

Concernant l'aspect technique, l'engagement du point au Padel s'effectue par le bas. Très facile, il suffit de faire rebondir la balle au sol (hors du carré de zone service) et frapper dans la balle à la cuillère. La balle doit rebondir dans le carré de service croisé-opposé.

Les interdits au service

Comme au tennis, le joueur qui sert, à droit à deux services.

Cependant dans ce sport deux règles sont à retenir pour que le service soit valide.

- **Premièrement, la frappe de balle ne doit pas se situer au-dessus du niveau de la hanche. Afin d'éviter des services trop rapides et difficiles à retourner.**
- **Deuxièmement, le service ne doit pas rebondir dans la grille suite à son premier rebond.**

Échange et rebond

À l'exception de ce que vous avez pu lire juste au dessus (lors du service), une balle peut au Padel être prise de volée et elle n'a droit qu'à un seul rebond au sol.

Une fois l'échange démarré, après un rebond au sol, la balle peut désormais toucher n'importe quelle autre surface à l'exception du sol de son propre camp. Ainsi, dans ce sport tout ce qui entoure le terrain, c'est-à-dire la poignée de porte, les grillages et les murs sont parties intégrantes du terrain. Néanmoins, à ne pas louer, le second rebond au sol entraînera une perte du point.

Un des exemples afin d'obtenir un point gagnant, il faut qu'une fois un rebond dans le camp adverse, la balle reviennes dans votre propre camp sans avoir été touchée par un de vos adversaires.

Le Jeu avec les vitres : les différentes possibilités

Nous rentrons enfin dans le vif du sujet ! les fameuses vitres au Padel, celles-ci même qui en fait un sport unique et si spectaculaire.

La plupart des joueurs qui se lancent dans le Padel, n'osent pas utiliser la vitre. Souvent car ils ont peur de l'inconnu. Ils préfèrent se rassurer en tapant directement la balle avec la raquette comme au tennis.

C'est une erreur, car le jeu avec la vitre ralentit la vitesse de la balle ce qui permet de gagner du temps pour défendre. Il est donc important dans ce sport de se familiariser le plus rapidement avec les parois vitrées car elles offrent une multitude de possibilités...

Le jeu à l'extérieur du terrain n'est pas autorisé

Un point se rejouera si un élément extérieur entre sur le terrain de jeu pendant le point (balle par exemple)

Jouer la balle après le rebond sur la vitre

Tout simplement, en laissant rebondir la balle sur la vitre avant de la renvoyer. La balle peut ainsi toucher la vitre latérale ou vitre du fond ou même les deux avant que vous la renvoyez dans le terrain adverse.

Attention !! Le rebond au sol à lieu avant de toucher les vitres et comme il y a qu'un rebond au sol maximum, il faut rejouer la balle sans rebond après que celle-ci ai touché la ou les vitres.

Frapper la balle contre la vitre pour la faire revenir dans le terrain adverse

Coup spectaculaire de ce sport de raquette, utilisable en cas de dernier recours, on peut taper la balle contre la vitre du fond ou les vitres latérales pour renvoyer la balle. Pas évident, surtout pour les vitres latérales.

Petite astuce : pour renvoyer la balle contre la vitre du fond, il faut orienter sa raquette vers le haut comme une poêle, et frapper la balle de bas en haut pour la faire remonter le plus possible.

Contre smash : jouer dans le camp adverse

Possibilité qui n'existe pas au tennis, on peut passer la raquette dans le camp adverse et jouer la balle.

Cependant, cette situation existe uniquement sur un smash de l'équipe adverse qui revient dans leur moitié de terrain.

Les Interdits/fautes qui entraînent la perte du point

Quelles sont les situations qui vous font perdre le point ? Il y en a plusieurs sinon ce serait trop facile 😊

Les fautes classiques que l'on retrouve au Tennis

- Au Padel comme au tennis, un point est perdu lorsque la balle ne franchit pas le filet. C'est la faute la plus répandue et l'une des plus fréquentes.
- Bien évidemment comme tout sport de raquette, la balle ne doit rebondir au sol qu'une seule fois dans notre moitié de terrain avant de la jouer. On ne joue pas la balle après deux rebonds au sol.
- On retrouve également la double faute au service (les deux services sont faux).

Les fautes spécifiques du Padel Tennis

Le terrain de Padel étant entouré de vitres et de grilles, ces dernières entraînent des règles de jeu à respecter pour éviter de commettre des fautes.

- La faute la plus courante au Padel est la balle qui frappe directement les parois adverses sans avoir rebondi au sol au préalable. En effet, toute frappe de balle d'un joueur doit pouvoir rebondir dans le terrain adverse avant de toucher les parois (vitres ou grilles)
- Renvoyer la balle en s'aidant du grillage est interdit au Padel. En effet, si un joueur veut s'aider des parois pour renvoyer la balle dans le terrain adverse, il n'a le droit d'utiliser que les parois vitrées.

Le positionnement : un point clé pour bien débiter

Dans ce sport l'une des choses les plus importantes au Padel, c'est le positionnement des joueurs. C'est ce qui crée toute la subtilité du Padel et de prendre un maximum de plaisir tout en se dépensant physiquement.

Voici les quatre positions de départ à respecter pour les quatre joueurs de Padel :

Le serveur

Le serveur se positionne derrière la ligne de service. Dans la diagonale, dans laquelle il doit servir. Il attend que tous les joueurs soient positionnés avant de servir. Le serveur doit effectuer un service volé (monter vers le filet) pour prendre l'avantage sur les adversaires.

Le partenaire du serveur

Il vient se placer directement au filet, à environ 2 mètres du filet. Dans le carré de service de son côté privilégié.

Le retourneur

Il se prépare à retourner le service. Positionné derrière la ligne de carré de service, il doit impérativement laisser rebondir la balle dans le carré avant de la jouer.

Le partenaire du retourneur

Il se positionne derrière la ligne de service de son côté de terrain. Il se tient prêt en fonction du retour de son partenaire.

Le jeu à deux.. des priorités et de la communication

Le Padel est un sport d'équipe qui se joue à deux contre deux. Il est donc important de bien se positionner sur le terrain mais surtout par rapport à son partenaire pour être le plus efficace sur le terrain.

Le positionnement en équipe

Ainsi au Padel, chaque joueur décide, avant la partie, de jouer du "côté droit" ou du "côté gauche" de sa moitié de terrain. C'est ce choix de positionnement qui détermine les fameux "joueur de droite" et "joueur de gauche".

Au cours de la partie, chaque joueur doit respecter ce positionnement et ne pas venir se déplacer latéralement sur le côté de terrain de son partenaire. Les déplacements au Padel sont donc d'avant en arrière plutôt que latéraux.

Seule exception à cette règle, lorsque notre partenaire a été lobé et n'a pas le temps de reculer pour jouer la balle, il est judicieux de lui prêter main forte en coulissant dans son côté de terrain.

Les priorités au milieu du terrain à respecter

Sur les balles qui atterrissent au milieu du terrain, ou globalement toutes les balles au milieu, on applique la règle de priorité au coup droit. Donc pour deux joueurs droitiers, la priorité sera au joueur de gauche car il frappe en coup droit sur les balles au milieu.

Exception lorsqu'une équipe est composée d'un droitier et d'un gaucher... Dans ce cas, il faut faire preuve d'une bonne communication...

La communication avec son partenaire : la clé de la réussite

Elle est plus que nécessaire pour augmenter votre rendement en équipe.

Elle permet :

- d'annoncer le placement des adversaires à son partenaire qui se retrouve dos au jeu.
- de prendre une décision sur les balles au milieu surtout entre un gaucher et un droitier
- d'éviter des accidents bêtes avec son partenaire

La sécurité au Padel, ce qu'il faut respecter

La dragonne de la raquette est obligatoire

Avant toute chose, lorsque l'on débute une partie, il faut vérifier d'avoir bien inséré son poignet dans la dragonne de la raquette. Cela peut paraître un peu gênant au premier abord mais on s'y accommode assez rapidement. C'est une question de sécurité vis à vis de votre partenaire et de vos adversaires... Effectivement, le manche de la raquette peut devenir glissant en transpirant. Cela peut entraîner un "jet" de raquette qui pourrait avoir de lourdes répercussions sur la suite de la partie.

Les balles non utilisées restent contre le filet

Afin d'éviter tout risque de blessure en marchant sur une balle qui se trouverait sur le terrain, les balles qui ne sont pas utilisées pendant l'échange doivent être préalablement positionnées contre le filet. Très facile, il suffit de faire rouler la balle jusqu'au filet.

Padel : convivialité & Fair Play

Sport très convivial, le Padel est un sport d'équipe qui se joue en double, à deux contre deux. Cette configuration permet beaucoup de complicité sur le court et en dehors...

Lorsqu'un joueur a un doute sur une balle litigieuse.. Il est fréquent au Padel de remettre deux balles et rejouer le point.

Le Fair Play est de rigueur sur un terrain, il est rare de voir des embrouilles entre joueurs.

A la fin d'une partie, il est de coutume de serrer la main de son partenaire et de ses adversaires.