Tennis – Retour: Dix au compteur

Au cours de cet exercice, les élèves doivent retourner le plus de services possible. Ils obtiennent des points à chaque fois que la balle est renvoyée dans le terrain adverse.

Remporter le plus grand nombre de points après dix retours. Points: +1 = la balle est renvoyée dans le carré de service; +2 = au-delà de la ligne de service; –1 = dans le filet ou hors terrain.

Source: Cahier pratique «mobile» 03/2005, Simone Bachmann, Marcel K. Meier, Ralph Hunziker

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO