

Futnet: Technique

Le futnet possède un large répertoire de gestes techniques, dont le plus important est la passe, sans laquelle aucune forme de jeu n'est possible.

Gestes techniques	Explications	Vidéos et séries d'images
Passe	C'est le geste technique le plus important du futnet. Il conditionne l'efficacité de l'attaque.	→ Plus d'infos
Service	Le but est de mettre l'adversaire en difficulté, même si ce coup n'est pas l'atout principal au futnet.	→ Plus d'infos
Frappe	C'est un coup d'attaque avancé. Il nécessite souplesse et coordination puisque le frappeur doit lever haut sa jambe avec un timing parfait.	→ Plus d'infos
Amortie	C'est un coup d'attaque avancé. Le joueur se trouve en position de frappe lorsqu'il choisit de placer une amortie pour feindre son adversaire.	→ Plus d'infos
Tête *	Ce coup permet de remonter facilement un ballon arrivant à mi-hauteur. Il peut aussi servir de dernière passe avant une frappe.	→ Plus d'infos
Poitrine *	Au même titre que la tête, la poitrine donne le moyen de renvoyer le ballon haut et devant soi.	→ Plus d'infos
Demi-volée *	C'est un geste très utilisé par les joueurs avancés lors de la réception d'un service ou d'une frappe.	→ Plus d'infos

* La tête, la poitrine et la demi-volée sont les gestes défensifs les plus utilisés. Elles permettent de défendre et de préparer la phase offensive. L'objectif est double: faire monter le ballon haut et devant soi. Il prend alors une trajectoire bombée, facile à reprendre par un coéquipier. En simple, la force donnée au ballon est essentiellement dirigée vers le haut, afin de permettre au joueur de le rejouer immédiatement.

Source: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO