

# Futnet – Technique: Tête

**La tête permet de remonter facilement un ballon arrivant à mi-hauteur. Elle peut aussi servir de dernière passe avant une frappe.**

Le joueur doit se placer idéalement selon la trajectoire du ballon et rester face à celui-ci. Il avance son corps vers le ballon au moment de l'impact, afin de le projeter devant lui et non seulement au-dessus de lui. La tête est peu utilisée en simple puisqu'elle envoie le ballon vers l'avant, mais elle est très précieuse en double et en triple pour amener le ballon en zone de passe.

- Série d'images: [Tête](#) (pdf)
- Vidéo: [Tête](#) (mp4)

---

Source: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**