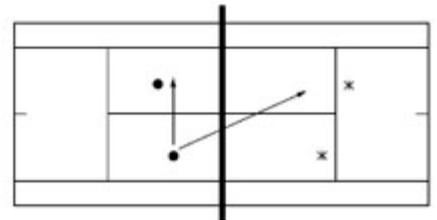


Tennis – Double: Carré

Un exercice original! Les élèves découvrent une forme de jeu à quatre où – contrairement au double – tous jouent contre tous. Qui comptabilisera le plus de points?

2:2. Match par-dessus le filet. En outre, chaque joueur peut affronter à tout moment son partenaire en jouant par-dessus la ligne médiane. Chacun compte ses points. Si un échange est gagné en équipe, un point est attribué aux deux partenaires.



Variantes

- Changer de balles tous les trois points (balle normale – balle molle).
- Les quatre joueurs au filet au début du jeu.

plus facile

- Trajectoire bombée des balles lors du duel entre partenaires.

Source: Cahier pratique «mobile» 55/2009, Simone Bachmann, Marcel Meier



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO