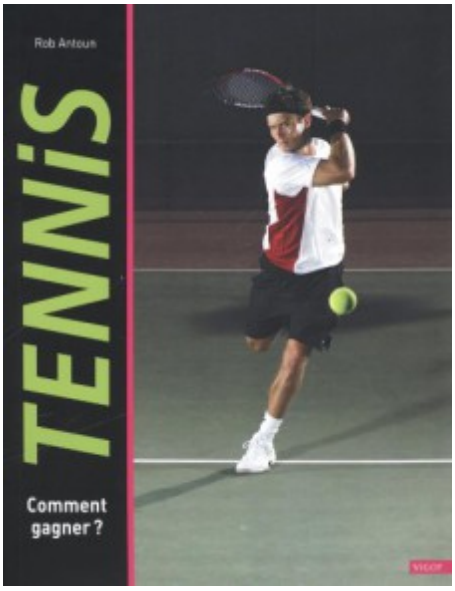
Médiathèque: Tennis: comment gagner?

Pouvez-vous imaginer gagner plus souvent sans travailler votre technique? Cela est possible, en exploitant encore plus efficacement vos acquis. Facile à comprendre, ce guide très visuel et pratique fera de vous un gagnant!

Les grands joueurs de tennis se concentrent sur la manière d'envoyer la balle de l'autre côté du filet, mais aussi sur la façon de la recevoir. Pour remporter le match, apprenez à mieux recevoir les balles et à décrypter les intentions de l'adversaire. Dans ce guide, vous apprendrez à:



- Lire le jeu de vos adversaires et par conséquent à devancer leurs déplacements pour mieux les contrer.
- Anticiper les coups adverses lors de toutes les situations de jeu – service, retour de service, jeu en fond de court, montée à la volée et jeu de contre sur montée à la volée – pour marquer toujours plus de retours gagnants.
- Analyser les styles de jeu les plus répandus dont ceux des plus grands joueurs mondiaux pour décrypter les stratégies les plus efficaces.
- Mettre en place la tactique adéquate et créer votre propre style de jeu grâce aux nombreuses photographies commentées et aux schémas tactiques des courts.

Prêt d'ouvrage

Antoun, R. (2014). Tennis: comment gagner?. Paris: Vigot. ISBN: 978-2-7114-2259-3.