

# Volleyball – Technique: Défense en manchette

La défense en manchette sert à protéger son camp en relevant le ballon pour l'envoyer au milieu du terrain.

## Champ d'application et objectifs

1. Garder le ballon en jeu pour pouvoir construire une nouvelle action
2. Donner du temps et de l'espace au passeur
3. Offrir toutes les options au passeur

## Tactique individuelle

- Plus le ballon à défendre a d'énergie, plus il faut le freiner
- La position de départ dépend du système de jeu, la position finale du lieu d'attaque adverse et du système de bloc-défense de l'équipe

**Remarque:** La priorité accordée aux intentions peut varier en fonction des aptitudes et du niveau de performance des joueurs.

---

Source: Foerster, M. (2016). Volleyball: Jouer au volleyball. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**