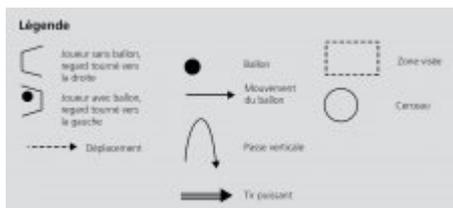


# A la plage!: Futnet

Le futnet est un sport sans contact, adapté à tous les âges et qui requiert habileté et coordination, tout en privilégiant l'aspect ludique, sa qualité fondamentale. Les joueurs évoluent en simple, double ou triple, sur un terrain séparé par un filet, et se renvoient le ballon sans l'aide des bras et des mains.



Explication des symboles des graphiques

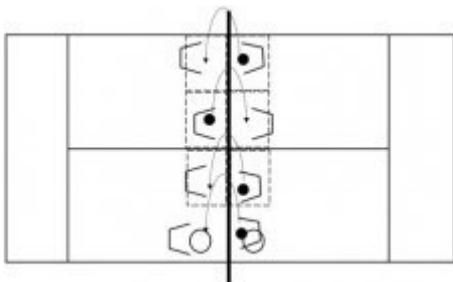
Deux équipes d'un à trois joueurs se renvoient un ballon par-dessus un filet et essaient de le faire rebondir dans le terrain de l'adversaire sans que celui-ci parvienne à le retourner. Cet objectif peut être atteint en attaquant dans une zone libre et en donnant plus ou moins de force et d'effet au ballon. Ce dernier peut rebondir sur le sol, mais jamais deux fois successivement. Le joueur ne peut pas non plus effectuer deux touches du ballon consécutives (sauf en simple). Chaque erreur donne un point à l'équipe adverse qui effectue alors un engagement.

## Plus d'informations

- [Considérations pratiques](#)
- [Règles de jeu](#)
- [Technique](#) (avec [vidéos](#) et [séries d'images](#))
- [Tactique](#)

## Formes de jeu

### Au filet!



Par deux. A trois mètres l'un de l'autre, les joueurs effectuent des passes

sans contrôle par-dessus le filet.

**Remarque:** Définir au préalable une petite zone, accolée au filet, dans laquelle le ballon doit rebondir après chaque passe.

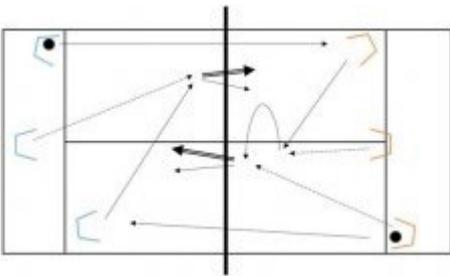
### plus facile

- Avant chaque passe, le joueur peut contrôler le ballon avec n'importe quelle partie du corps, y compris les mains.

### plus difficile

- Le joueur doit viser l'intérieur d'un cerceau déposé dans la zone de son partenaire (= 1 point). Dans cette variante, le joueur peut effectuer un contrôle avant sa passe.

## Un c'est assez, deux c'est trop!

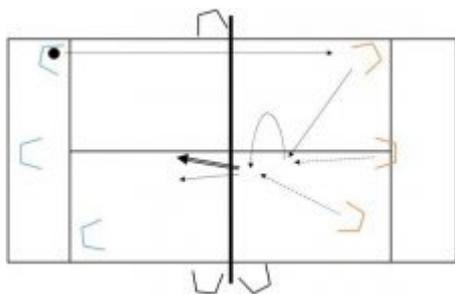


Matches de double ou de triple. Les deux équipes servent simultanément. Dès qu'une équipe commet une faute avec l'un des deux ballons, le jeu s'arrête et le point est attribué à l'autre équipe.

### Règles

- Au maximum trois rebonds non consécutifs autorisés avant de passer le ballon dans le camp adverse.
- Au maximum trois touches de ballon non consécutives autorisées par équipe.
- Effectuer le service entre les lignes de service et de fond.
- Après le service, le ballon doit rebondir une fois dans le camp adverse avant de pouvoir être joué par l'autre équipe.
- Interdiction de remettre le ballon directement dans le camp adverse (au minimum deux touches de ballon effectuées par équipe).

## Chasse gardée



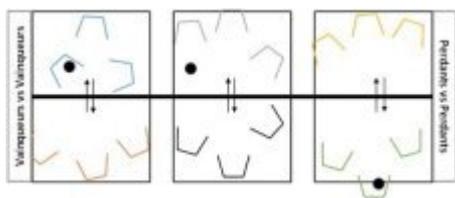
Sur un terrain, matchs de double ou de triple jusqu'à sept points. L'équipe perdante sort du terrain et laisse sa place à l'équipe jusqu'ici au repos, ou elle change un ou deux joueurs avec les remplaçants à disposition. Les joueurs au repos arbitrent.

### Règles

- Au maximum trois rebonds non consécutifs autorisés avant de passer le ballon dans le camp adverse.
- Au maximum trois touches de ballon non consécutives autorisées par équipe.
- Effectuer le service entre les lignes de service et de fond.
- Après le service, le ballon doit rebondir une fois dans le camp adverse avant de pouvoir être joué par l'autre équipe.
- Interdiction de remettre le ballon directement dans le camp adverse (au minimum deux touches de ballon effectuées par équipe).

## Formes de tournoi

### Roque



Matchs de double ou de triple sous forme de tournoi. Tous les matchs se jouent en même temps sur une durée de cinq minutes. Après un match, les joueurs se réunissent et changent de partenaires de manière libre – jamais deux fois le(s) même(s) partenaire(s) – pour le match suivant. Tous les joueurs comptabilisent leurs points:

- match gagné = deux points
- match nul = un point
- match perdu = zéro point

## plus facile

- Augmenter le nombre de rebonds possibles.
- Possibilité de toucher une fois le ballon avec les mains (compte comme une touche de ballon).

## plus difficile

- Diminuer le nombre de rebonds autorisés par équipe.

## Règles

- Au maximum trois rebonds non consécutifs autorisés avant de passer le ballon dans le camp adverse.
- Au maximum trois touches de ballon non consécutives autorisées par équipe.
- Effectuer le service entre les lignes de service et de fond.
- Après le service, le ballon doit rebondir une fois dans le camp adverse avant de pouvoir être joué par l'autre équipe.
- Interdiction de remettre le ballon directement dans le camp adverse (au minimum deux touches de ballon effectuées par équipe).

## Autres formes de tournoi

- [Horloge](#)
- [Table du roi](#)
- [Jeu des ligues](#)
- [Coup de dés](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**