

Martin Golser à propos d'un jeu sans fautes

## De bonnes balles fruits du hasard

*La plupart du temps, on commet des fautes en jouant trop vite, avec impatience ou en voulant placer la balle avec trop de précision. Les joueurs doivent accepter le fait que certains points peuvent être perdus, que de bonnes balles sont aussi le fruit du hasard!*

Au contraire de joueurs de tennis professionnels, qui ne jouent en dessus de leurs moyens que dans de rares cas, les joueurs amateurs pêchent souvent en raison d'une mauvaise appréciation de leur situation: «Bon, pour pouvoir faire des points, il faut que je frappe plus fort et de manière plus précise». Ils jouent trop vite, trop près des lignes, ils veulent attaquer ou faire courir l'adversaire. Et on entend: «Il faut vraiment

que j'exerce ce coup», ou «si cette balle est placée, alors je remporte le point». Résultat: On justifie à ses propres yeux son audace dans les échanges. Il se peut ensuite que sur dix tentatives de mettre la balle dans le couloir en double, deux réussissent, et que les huit autres atterrissent dehors ou que l'adversaire s'en empare. Dans des situations extrêmes, les champions jouent avec un risque maximal, car sinon le point

serait de toute façon perdu. Les amateurs peuvent au contraire se contenter, dans la plupart des cas, de rejouer une balle haute pour pouvoir retrouver une situation favorable. Malgré cela, la plupart tente le «tout ou rien». On se méprend ainsi sur son potentiel personnel.

### Savoir évaluer son potentiel

C'est la raison pour laquelle un joueur de tennis doit apprendre à se connaître, afin d'évaluer correctement son potentiel et l'engager à bon escient. En cela, il s'agit avant tout de savoir déterminer une cible à atteindre en fonction de ses propres capacités afin de jouer une balle avec un minimum de risque. A la manière des professionnels qui ne s'exercent pas à viser les lignes, un débutant ne peut exiger de lui-même de placer une balle à droite ou à gauche. Avec cette idée en tête, soit dit en passant, des couples jouant au tennis pourraient éviter pas mal de disputes... En fonction de leur marge de manœuvre, ils manqueront les deux tiers des balles avec de tels objectifs. Au fil de leur progression, leur zone de précision se réduira et il sera alors possible de viser des aires plus proches des lignes latérales. A la condition évidemment que cette zone reste toujours largement dans les limites du court. Ainsi, ils joueront toujours des balles bonnes dont certaines iront flirter avec les lignes et mettre l'adversaire en difficulté. Il convient seulement de faire preuve de patience et d'attendre que se présentent le bon moment et la bonne situation. C'est cette qualité qui distingue les champions. Ils peuvent accepter que les points ne tournent pas systématiquement en leur faveur, sinon ils ne frapperaient que



### Secrétariat central de l'Association suisse des Professeurs de Tennis

Secrétariat central ASPT  
Talackerstrasse 5  
8152 Glattpfurgg  
Téléphone 01 809 44 00  
Fax 01 809 44 01  
Homepage: www.swiss-pro.ch

des points gagnants, aces ou balles sur les lignes. On est en droit de se réjouir d'une balle bonne «que» par hasard.

### Penser comme les champions

Cette approche tactique (connaître son potentiel; savoir, le cas échéant, attendre la balle bonne par hasard et réagir en fonction) vaut autant pour le débutant que pour les professionnels. L'art consiste bien sûr à atteindre son objectif, mais seulement quand on rate dans le sens positif du terme et qu'une action s'ensuit avec succès. Positif signifie que la balle devient, par hasard, difficile à négocier pour l'adversaire. Les joueurs doivent toujours s'attendre à l'imprévu.

**«Etre prêt, c'est beaucoup; savoir attendre est mieux; mais le tout consiste à exploiter le moment opportun»** Arthur Schnitzler

Ces principes peuvent être adoptés par tous les joueurs de tennis, du débutant au compétiteur, qu'il soit plus ou moins doué. Beaucoup de joueurs considèrent que la clé du succès réside dans l'apprentissage d'une technique parfaite. Comme nous ne possédons pas tous les mêmes qualités de motricité et de coordination que les champions et qu'il nous est donc difficile de jouer avec autant de fluidité qu'eux, nous pouvons facilement céder au découragement et nous détourner du tennis. Mais tous les gens qui pratiquent ce sport ont des qualités à faire valoir sur les plans mental et tactique: Il faut les mettre au jour afin que le bonheur de jouer au tennis dure longtemps.



**Martin Golser** est professeur de tennis diplômé de Swiss Tennis et entraîneur A de compétition Swiss Tennis. Depuis 30 ans, il enseigne à tous les niveaux. Adresse: Centre de tennis et de squash, Rotmatt, 3280 Morat.