

Jouer et penser le tennis autrement!

«Ne faites pas courir votre adversaire!»

Quand on veut placer la balle où l'adversaire n'est pas ou le faire courir, on commet souvent des erreurs.

Arthur Schnitzler a dit un jour: «Etre prêt, c'est bien, savoir attendre, c'est mieux, mais le summum est de savoir profiter du bon moment» – et ce principe s'applique bien à la base de la tactique. J'aimerais parler ici de ce qu'il faut comprendre en tennis par «savoir attendre, c'est mieux». Quand on se fixe des objectifs com-

me «placer la balle où l'adversaire n'est pas» ou «faire courir l'adversaire», on ne fait pas le bon choix. Jouer d'abord contre l'adversaire et non pas pour soi-même constitue le meilleur moyen de se tromper.

Quand vous êtes par exemple dans un coin du court et que vous devez jouer le long de la ligne pour

faire courir votre adversaire, vous vous mettez vous-même en difficulté, car vous devez courir encore davantage que votre adversaire si vous voulez couvrir toute votre partie de terrain: Vous lui avez en effet ouvert des angles. Vous allez en outre forcer votre frappe pour placer la balle le plus loin de l'adversaire, ce qui augmente le risque d'erreur.

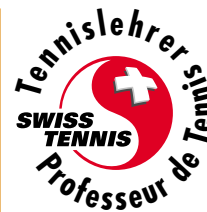
Sans risque le long de la ligne

Frapper une balle sans risque le long de la ligne, c'est respecter une certaine zone de sécurité lors de la frappe. Etant donné qu'il est impossible de frapper la balle avec précision à un demi-mètre près, vous ne pouvez pas jouer le long de la ligne quand vous êtes dans un coin extrême du court et vous êtes plutôt obligé de frapper légèrement de l'extérieur vers l'intérieur et de fixer donc la zone visée pas trop près de la ligne. Ce genre de balles n'est cependant efficace que si votre adversaire ne couvre pas bien sa partie de terrain après avoir frappé une balle croisée. Votre placement à l'intérieur du court pour frapper une balle le long de la ligne dépend de l'endroit où vous voulez placer la balle. Si cette zone visée se situe à environ deux mètres de la ligne latérale, vous pouvez frapper la balle sans trop de risque le long de la ligne dans une zone qui commence à deux mètres de la ligne latérale. Les balles sûres et efficaces frappées le long de la ligne sont toujours celles qui sont frappées de l'intérieur vers l'extérieur en respectant la zone de sécurité.

Jouer avec la tête

Parfois, on se dit qu'il faut changer de direction et essayer quelque chose de nouveau afin de ne pas ennuyer les spectateurs. Ce type de ré-

Martin Golser est professeur de tennis diplômé de Swiss Tennis et entraîneur de compétition A diplômé de Swiss Tennis. Il enseigne depuis 30 ans à des élèves de tout niveau et de tout âge. Contact: Centre de tennis et de squash Rotmatt, 3280 Morat.



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

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

flexions incite à ne pas juger correctement une situation et augmente le risque de fautes. Ne jouez pas le long de la ligne pour faire plaisir aux spectateurs en frappant le plus beau coup de la semaine! Il n'y a que ceux qui n'y connaissent rien qui vont vous critiquer si vous frappez 20 balles croisées de suite. Faites preuve de patience et attendez le bon moment pour frapper une balle dans une autre direction. Même si vous ne frappez que des balles croisées, votre adversaire doit de toute façon courir pour couvrir toute sa partie de terrain après chaque coup. En ce qui vous concerne, réglez votre vitesse de frappe sur le temps qu'il faut à vous aussi pour couvrir votre partie de terrain.

Une balle croisée frappée trop fort se transforme souvent en un «auto-goal» lorsque votre adversaire, en pleine course, frappe de manière involontaire et surprenante parallèlement à la ligne latérale.

Ne pensez pas comme Erich Kästner

«Quel est le charme particulier du tennis?» s'est demandé le célèbre écrivain.

«Le tennis est un duel à distance, le seul en son genre.

Ce sport représente le même défi qu'un duel au pistolet, toute proportion gardée.

La principale différence entre ces deux duels est le fait qu'en tennis, on vise où l'adversaire n'est pas et non où il est.»

Eloge du tennis

