



Règles du pickleball

Les points

- Matches = une ou plusieurs parties de 11 points (2 points d'écart)
- Seule l'équipe au service marque des points

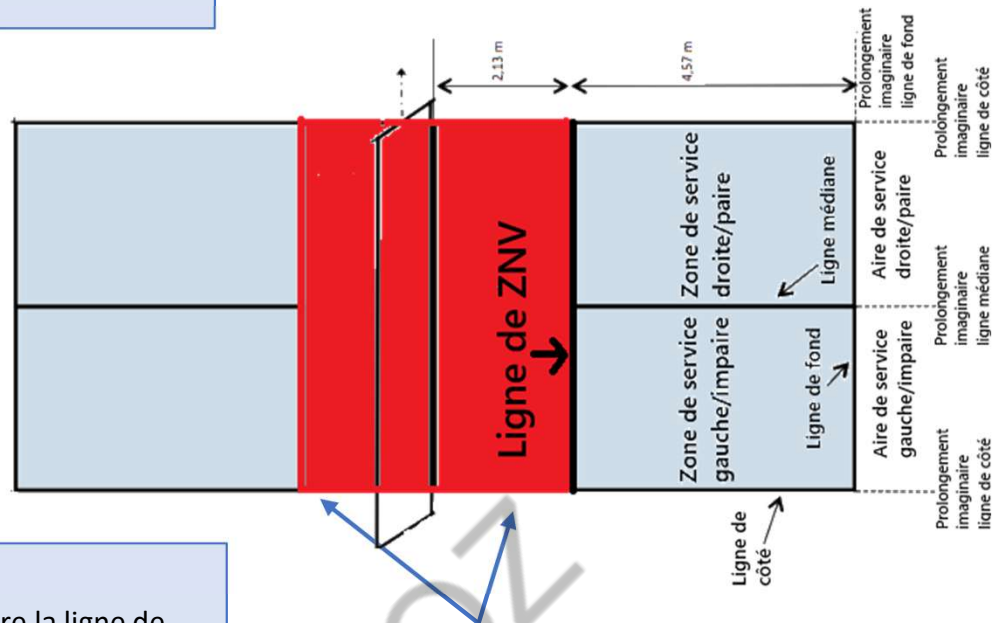
Placement

- Favoriser la montée à la ZNV
- La balle peut être frappée en dehors du terrain

Règle des 2 rebonds

Après chaque service :

- Le receveur doit laisser la balle rebondir
- Le serveur doit laisser la balle rebondir
- La balle peut ensuite être jouée comme on veut



Service

- Garder ses deux pieds derrière la ligne de fond de court
- Au moins un pied doit toucher le sol
- En double, le partenaire du serveur et le receveur sont tous les deux derrière la ligne de fond de court
- Annoncer le score avant de servir puis servir dans les 10 secondes
- Le service se fait en diagonale depuis l'aire de service jusque dans la zone de service
- Le service doit passer la ligne de cuisine et atterrir entre la ligne médiane, la ligne de fond de court et la ligne de côté (lignes comprises)
- Balle lâchée sans effet et de manière visible

Zone de Non Volée (ZNV ou cuisine)

- Ne pas y faire de volée
- Ne pas terminer son déplacement dans la ZNV lors d'une volée initiée à l'extérieur
- Ne pas prendre impulsion dans une ZNV pour une volée même si la frappe a lieu à l'extérieur

Le simple

- pointage pair (0, 2, 4 ...), service à partir de l'aire de service droite/paire
- Pointage impair (1, 3, 5 ...), service à partir de l'aire de service gauche/impair
- Après perte du service, adversaire sert

En double

- Les deux partenaires servent sauf au tout premier service de la partie
- Lorsqu'une équipe récupère le service, le serveur est le joueur situé dans la zone de droite
- Si son équipe gagne le point, le serveur change de zone de service et il le garde jusqu'à la perte du point
- Le service passe alors au 2^e joueur qui joue normalement jusqu'à perte du point
- Le service passe alors à l'équipe adverse

Le double

- Les deux joueurs doivent servir avant changement de côté après perte du point (sauf 1^{er} service de la partie)
- Le serveur 1 est le serveur situé à droite
- Si le serveur 1 perd son service, c'est le serveur 2 qui sert sans changer de côté

Les 2 types de service

- A la cuillère :
 - Sous la hanche
 - Bras effectue un mouvement d'arc vers le haut
 - Le point le plus haut de la tête de raquette ne peut pas être au-dessus de l'articulation du poignet
- Avec rebond :
 - La balle est lâchée sans effet
 - La balle est frappée après un rebond



Règles du pickleball – Les fautes

Les fautes de service

- Un des pieds touche la ligne de fond de court ou un des prolongements des lignes de côté/de la médiane
- Au moins un pied doit être en contact avec le sol sinon faute
- Effet de rotation à la balle avant de frapper
- Lâcher de balle avec deux mains
- Service à la cuillère : mouvement illégal (au-dessus de la hanche, bras qui n'effectue pas un mouvement d'arc vers le haut, point le plus haut de la tête de raquette au-dessus de l'articulation du poignet)
- Service avec rebond : balle lancée / projetée
- Service trop court (ZNV et ligne de ZNV)
- Balle touche filet et arrive dans ZNV ou sur ligne ZNV
- Règle des 10 secondes : 10 secondes pour servir après annonce du score
- Balle touche receveur ou son partenaire = point au serveur (même si joueur à l'extérieur du terrain)
- Balle touche serveur ou son partenaire ou quoi que ce soit que le serveur ou son partenaire porte ou transporte
- Balle touche n'importe quel objet permanent avant de toucher le sol
- Mauvais serveur ou mauvais receveur
- Servir pendant l'annonce du pointage

Les mesures disciplinaires

- Avertissement verbal (AV) = comportement inapproprié / 1 seul par match et par équipe
- Avertissement technique (AT)
 - Langage injurieux
 - Blasphème / juron / vulgarité
 - Lancer balle morte avec agressivité
 - Lancer raquette
 - Comportement antisportif mineur
- Faute technique (FT) = perte d'un point
 - Lancer raquette
 - Lancer balle morte avec agressivité et Frapper quelqu'un
 - Langage injurieux
 - Menace
 - Comportement extrêmement antisportif
- 2 AT = 1 FT
- 1 FT + 1AT = forfait partie
- 1 FT + 1 FT ou 2 AT + 1 FT = forfait match
- Disqualification

Les fautes de ZNV

- Ce que le joueur porte / transporte / touche est en contact avec la ZNV lors d'une volée
- Prendre appui dans ZNV pour faire saut arrière
- Si un joueur traverse la ZNV, ses deux pieds doivent toucher l'extérieur de la ZNV avant de faire une volée
- Frapper une balle à la volée avant que les deux pieds ne soient en contact avec la surface de jeu à l'extérieur de la ZNV

Les fautes de filet

- Balle frappe barre horizontale / pied central avant de traverser le filet
- Balle traverse le filet et frappe la barre horizontale / pied central et/ou reste coincée avant d'atterrir = REPRISE échange sauf au service = faute
- Balle traverse filet, rebondit mais avec effet retro frappe barre horizontale / pied central avant 2è rebond = REPRISE échange
- Balle s'arrête dans le filet du côté du joueur qui vient de frapper sans avoir d'abord traversé
- Frapper une balle sous le filet ou entre le filet et le poteau
- Un joueur ou ce qu'il porte ou transporte ou sa raquette touche l'armature du filet, les poteaux ou le terrain adverse lorsque la balle est en jeu
- Pied / orteil touche le terrain adverse en passant sous filet
- Traverser le plan du filet sans avoir frappé la balle

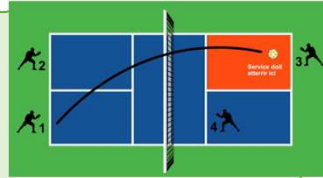
Les autres fautes

- Règle des 2 rebonds pas respectée
- Un coup est frappé dans le filet
- Balle touche un objet permanent
- Balle touche un joueur
- Arrêt échange si balle brisée
- Joueur fait distraction au moment où l'adversaire doit frapper la balle
- Balle sort des limites du terrain

Règles du pickleball – Les coups

Service

- À la cuillère
- Après rebond (peu utilisé)



Retour de service

- Retourner le plus long possible

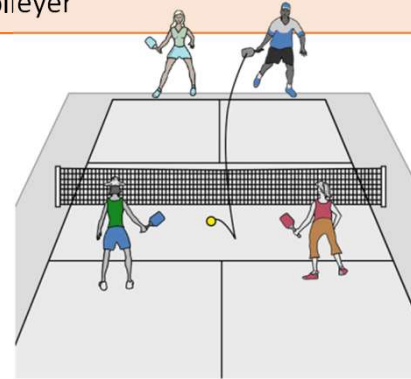
Le troisième coup

- Moment charnière du pickleball
- Choisir entre drop ou drive

Important

Le drop (= amorti au bad)

- Frappe du fond de court vers la cuisine
- But = neutraliser l'adversaire en l'empêchant de volleyer



Le drive

- Coup puissant et bas qui traverse le terrain
- But = Forcer à jouer une volée difficile ou passer l'adversaire
- Frapper la balle avec un mouvement fluide et continu, viser les coins du terrain

La volée

- Interdit dans la ZNV
- Balle frappée sans rebond
- Jeu rapide
- Mouvement court et contrôlé, raquette haute, poignet décontracté

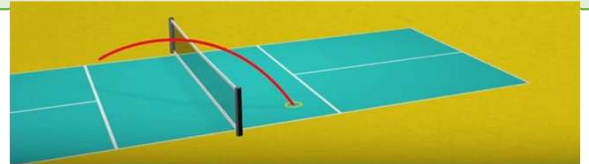
Le smash

- Coup puissant frappé au dessus de la tête
- Coup plutôt rare, utilisé pour conclure un point sur une balle haute
- Viser les pieds de l'adversaire ou les angles du terrain

Important

Le dink (= contre-amorti au bad)

- Balle courte frappée doucement au filet
- But = empêcher l'adversaire de volleyer
- Mouvement doux et contrôlé, poignet relâché



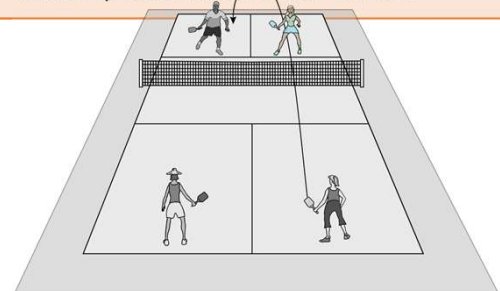
Les trick shots

- ATP (Around The Post = Autour du poteau) = coup qui contourne le poteau
- Erne = volée sautée jouée en prenant appui derrière la ZNV pour retomber à côté, en dehors du terrain, sans que le pied ne touche la ZNV.



Le lob

- Coup en hauteur qui passe au-dessus de l'adversaire
- Utile pour déplacer l'adversaire ou gagner du temps
- Frapper sous la balle avec un mouvement ascendant, viser le fond du terrain



Le coup droit / le revers

- Coup droit
- Revers