

Pickleball 101

Introduction

Le pickleball est un mélange de plusieurs sports dont :

- Le tennis, par ses mouvements
- Le badminton, pour les dimensions du terrain (20 pi x 44 pi)
- Le tennis de table, pour la raquette à surface rigide
- Le racketball, pour la dimension de la raquette

Il se joue en double et en simple, à l'intérieur comme à l'extérieur, sur une surface dure.

Comme pour la plupart des sports de raquette, le but du jeu est d'envoyer la balle dans l'aire de jeu de l'adversaire sans que ce dernier puisse vous la retourner, de manière à compter le plus de points possibles.

Le filet est fixé à une hauteur de 34 pouces au centre et de 36 pouces aux lignes extérieures, soit deux pouces de plus bas qu'au tennis.

Les règlements font en sorte de favoriser les échanges et ressemblent beaucoup à ceux du tennis. La balle est en plastique trouée, un peu comme celle utilisée pour le hockey cosm.

Le pickleball comporte de nombreux avantages. Il est beaucoup plus facile d'y jouer et est surtout moins exigeant pour les muscles et les articulations que d'autres sports de raquette.

Le pickleball peut être pratiqué par des personnes de tous les âges et est considéré, par certains adeptes, comme une fontaine de jouvence.

Historique

Le pickleball a été inventé en 1965 dans l'état de Washington par le sénateur américain Joël Pritchard et deux de ses amis. Revenant d'une partie de golf et trouvant leurs familles assises à ne rien faire, ils cherchèrent une façon de les occuper.

Un vieux terrain de badminton occupait une partie de la cour, mais ils ne trouvèrent que quelques pièces d'équipement désuet et incomplet pour l'utiliser. Ils recouvrirent donc les raquettes abîmées, utilisèrent une balle de plastique et un vieux filet, et hop, il n'en fallait pas plus pour s'amuser le reste de la journée.

Les semaines suivantes, ils inventèrent des règlements, fabriquèrent des raquettes de bois et firent connaître le sport à leur entourage.

Au début des années 1970, le pickleball commençait à être connu, en 1972 on créa une organisation et en 1976 les premiers tournois voyaient le jour.

D'où vient le nom du jeu? Simplement parce que le chien Cocker de la famille s'appelait PICKLE et qu'il s'amusait à s'emparer des balles pour aller les cacher dans les buissons, c'est devenu Pickle's ball puis PICKLEBALL.

Résumé des règlements

Une partie est gagnée par un joueur (ou l'équipe) qui se rend le premier à 11 points, avec 2 points de différence.

Un point ne se compte que lorsque l'on a le service; si on perd l'échange, il n'y a aucun point mais seulement un changement de serveur ou de côté (adversaire).

Le serveur doit s'assurer que le receveur soit prêt avant d'effectuer le service.

Le serveur doit dire à haute voix le pointage avant de servir, en commençant par le pointage du serveur suivi du pointage du receveur et enfin le numéro du serveur.

Le service s'effectue à l'arrière de la ligne de fond et doit s'effectuer en une motion allant du bas vers le haut.

Au service, la balle doit être frappée dans les airs, plus bas que la ceinture; elle doit être lâchée de la main (avant la frappe) et elle ne doit pas toucher au sol avant la frappe du serveur.

Seulement un service peut être effectué par joueur; si la balle tombe dans le rectangle opposé, le jeu se poursuit; si la balle est hors du rectangle opposé réglementaire, le service est perdu.

Après la frappe du serveur, la balle doit se rendre dans le rectangle opposé du terrain sans toucher le filet, ni la ligne de ZAC située à 7 pieds du filet.

La balle doit toucher au sol avant que le receveur ne la retourne et, de même, le retour du receveur vers le côté service doit toucher le sol avant que le côté service ne la retourne. Par après, la balle peut être frappée à la volée ou après un bond au sol. Autrement dit, il doit y avoir deux bonds, un de chaque côté du terrain (la règle du deux bonds), avant qu'elle puisse être frappée à la volée.

La zone d'action contrôlée (ZAC) est la zone de 7 pieds de chaque côté du filet. La balle ne peut être touchée à la volée lorsque le frappeur est à l'intérieur de celle-ci. Si le frappeur est dans cette zone, la balle peut être touchée seulement si celle-ci a touché le sol dans cette zone.

Le terrain

TERRAIN DE PICKLEBALL DIMENSIONS OFFICIELLES + LIGNES + ZONES

