



PADEL

LES RÈGLES DU JEU

I – LE TERRAIN



L'aire de jeu est un rectangle de 10 mètres de large et de 20 mètres de long, avec deux zones de service. Le rectangle est divisé en son milieu par un filet, et il n'y a pas de couloirs. Le terrain est fermé sur le fond et les côtés par des vitres et des grilles.

Les accès au terrain sont symétriques et situés au centre de celui-ci.

Les lignes de service, parallèles au filet, se situent à 6,95m de celui-ci.

La surface généralement utilisée en compétition est le gazon synthétique, sablé ou semi-sablé.

II – LE FILET



Le filet mesure 10 mètres de long, pour une hauteur de 0,88 m en son centre, légèrement surélevé à ses extrémités, jusqu'à une hauteur maximale de 0,92 m.

III – LA BALLE



Les balles de Padel ressemblent aux balles de tennis, et doivent être homologuées par la FFT.

La balle de Padel doit être de couleur uniforme, jaune ou blanche. Son diamètre doit mesurer entre 6,35 et 6,77 cm ; et son poids sera entre 56 et 59,4 grammes.

IV – LA RAQUETTE



La raquette de Padel doit être conforme aux normes de la FIP (Fédération Internationale de Padel). La longueur totale de la raquette ne doit pas excéder 45,5 cm (dont 20 cm maximum pour le manche), 26 cm de largeur, et 38 mm d'épaisseur. Son poids est d'environ 300 à 370 g selon les modèles.

La surface destinée à la frappe comporte des trous, et peut être lisse ou rugueuse. Une dragonne est reliée au manche. Cette dragonne est d'une longueur maximum de 35 cm. Il est obligatoire de l'utiliser.

V – LE DECOMPTE DES POINTS ET LES FORMATS DE JEU

Le décompte des points est le même qu'au tennis : « 15 » lorsqu'une paire gagne un point, « 30 » lorsqu'elle gagne un second point dans le jeu, « 40 » pour le gain d'un troisième point.

En fonction des différentes compétitions, nationales ou internationales, la règle du « point décisif » peut - ou non - s'appliquer à 40 partout.

Dans le cas de l'application de règle du point décisif à 40/40, la paire qui gagne ce point remporte le jeu :

- à « égalité » (40 partout), la paire recevant choisit de quel côté le point sera engagé. Les relanceurs ne peuvent pas changer de position pour recevoir ce point décisif. La paire qui remporte le point décisif gagne le jeu.
- en double Mixte : le relanceur doit être du même sexe que le serveur.

Dans le cas de la règle dite de « l'Avantage », 2 points d'écart seront nécessaires pour qu'une paire remporte le jeu. En cas d'égalité à 40/40, le point suivant remporté sera appelé « Avantage ».

Quatre formats de jeu sont utilisés par la FFT :

Les Formats longs :

Format A : 3 sets à 6 jeux (temps moyen d'une partie : 1h20)

Format B : 2 sets à 6 jeux ; 3^{ème} set = super jeu décisif à 10 points (temps moyen d'une partie : 1h)

Les Formats courts :

Format C : 2 sets à 4 jeux, jeu décisif à 4/4 ; 3^{ème} set = super jeu décisif à 10 points (temps moyen d'une partie : 45 mns)

Format D : 1 set à 10 points (temps moyen d'une partie : 10/15 mns)

VI – LES REGLES

Le Padel se joue uniquement en double (double messieurs, double dames, ou double mixte), mais l'entraînement est naturellement possible en « un contre un ».

Chaque paire se positionne d'un côté du filet. Aucun joueur, au moment du service - et donc de l'engagement du point -, ne peut se trouver à l'extérieur du terrain.

Le joueur qui reçoit le service (relanceur) peut se placer n'importe où dans son camp, au même titre que son partenaire qui ne reçoit pas le service.

Le serveur doit engager le point en se positionnant derrière la ligne de fond, et à gauche ou à droite de la ligne centrale, et a droit à deux essais (ou « deux balles ») pour engager le point. Il doit envoyer la balle, comme au tennis, dans le « carré de service » (en réalité un rectangle) diagonalement opposé.

Le service doit s'effectuer « à la cuillère », après rebond au sol, à hauteur de ceinture ou en dessous de la ceinture. Le rebond doit être effectué dans la moitié de terrain du serveur et obligatoirement derrière la ligne de service.

Si la balle touche le filet (ou un des poteaux soutenant le filet), le franchit, tombe dans le bon carré de service opposé, puis :

- Rebondit une seconde fois dans le terrain adverse => la balle est let et à rejouer
- Touche directement la grille ou passe par l'ouverture de la porte et rebondit à l'extérieur du terrain (1^{er} ou 2^{ème} rebond) => la balle sera jugée faute

Après avoir touché le sol du carré opposé, la balle peut ensuite rebondir sur les vitres avant d'être retournée, mais en aucun cas sur la grille. La paire du relanceur aura point perdu si ce dernier reprend un service de volée (et ce même si la balle allait rebondir dans le mauvais carré).

Un relanceur peut retourner le service, soit en revoyant directement la balle en direction du camp adverse, soit en faisant préalablement rebondir la balle sur une ou les vitre(s) de son camp, et uniquement les vitres.

Le serveur reste le même pendant un jeu. Le receveur ainsi que les coéquipiers du serveur et du relanceur, peuvent se placer où ils le souhaitent dans leur camp respectif.

La paire qui sert au premier jeu choisit quel joueur sera le premier serveur. Au jeu suivant, idem pour la paire adverse. L'ordre des serveurs devra rester toujours le même jusqu'à la fin du set, et y compris durant un jeu décisif. L'ordre, au sein de chaque paire, peut changer uniquement à chaque début de set.

Le relanceur du premier point du set, retournera l'ensemble des services joués dans cette diagonale tout au long de ce même set. De même pour le second relanceur dans l'autre diagonale. Ces positions peuvent seulement être modifiées à chaque début de set.

A l'exception du service et du retour de service, une balle peut être prise de volée. La balle sera frappée alternativement par chacune des paires.

La balle n'a le droit qu'à un seul rebond au sol dans le terrain adverse. Dans l'échange, après un rebond au sol dans le camp adverse, la balle peut toucher n'importe quelle autre surface. Ainsi, la poignée de la porte, les grillages, les murs font partie intégrante du terrain.

En revanche, après avoir franchi le filet (une balle peut toucher la bande du filet ou même un poteau du filet puis retomber dans le cas adverse au cours d'un échange), toute balle qui touche en premier une autre surface que le sol est jugée fautive (sauf si naturellement le joueur adverse intercepte la balle de volée avec sa raquette).

- Si la balle, après avoir été frappée par un joueur, touche ce même joueur ou son partenaire (ou un objet lui appartenant), avant qu'elle ne passe de l'autre côté du terrain
- Si la balle touche directement un de ses joueurs ou un objet lui appartenant
- Si un joueur lance la raquette pour toucher la balle (port de la dragonne obligatoire)
- Si la balle touche un objet extérieur au jeu, se trouvant sur le sol dans son propre camp (une balle par exemple)
- Le serveur commet une faute sur le second service.

NB : attention, le point sera correct si la balle rebondit dans l'angle du terrain adverse, en touchant simultanément le sol et un ou plusieurs murs (ou vitres).

FORMATS DE RENCONTRES POSSIBLES :

En fonction du nombre de terrains disponibles et du nombre de paires participantes, vous choisirez le ou les formats de jeu les plus adaptés (temps moyens indiqués ci-avant).

Les matchs à 10 points sont très utilisés pour les compétitions regroupant des joueurs/ses débutants. Les paires peuvent alors être composées de deux filles, de deux garçons, ou d'un garçon et d'une fille.

L'idéal serait, pour des collégiens, de favoriser les compétitions par poules, plus faciles à maîtriser en terme d'organisation, puis de qualifier les meilleures paires ou équipes pour un tableau final.

Quelques vidéos :

Les Championnats de France Jeunes 2019 :

<https://www.youtube.com/watch?v=bOf7x8Hde70>

Quelques points du World Padel Tour 2019 :

<https://www.youtube.com/watch?v=1iVUUvdQmSQ>