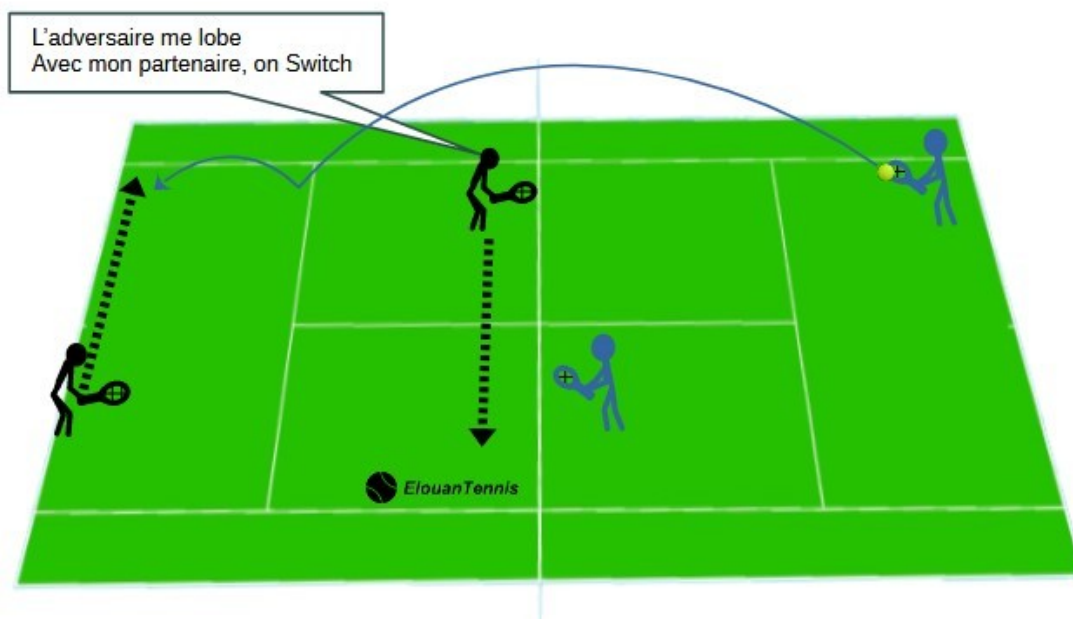


## Exercice Tennis Double - Switcher quant on est lobé

Catégorie(s) :	double, lobe
Niveau :	Balle jaune - Intermédiaire, Confirmé
Durée :	10 min
Matériels :	-



Salut

C'est une "règle" de base au tennis, mais si tu débutes ou que tu n'as jamais joué en double, tu ne le sais peut-être pas :

Si je suis au filet et que je suis lobé, c'est mon partenaire qui va chercher la balle et donc vite, je change de côté.

Cela permet à mon équipe de garder le contrôle sur toutes les zones du terrain (les 2 couloirs).



Elouan Tennis Drill Maker (ETDM)  
Logiciel de création & édition d'exercices tennis



<https://fr.elouan-tennis.com>