

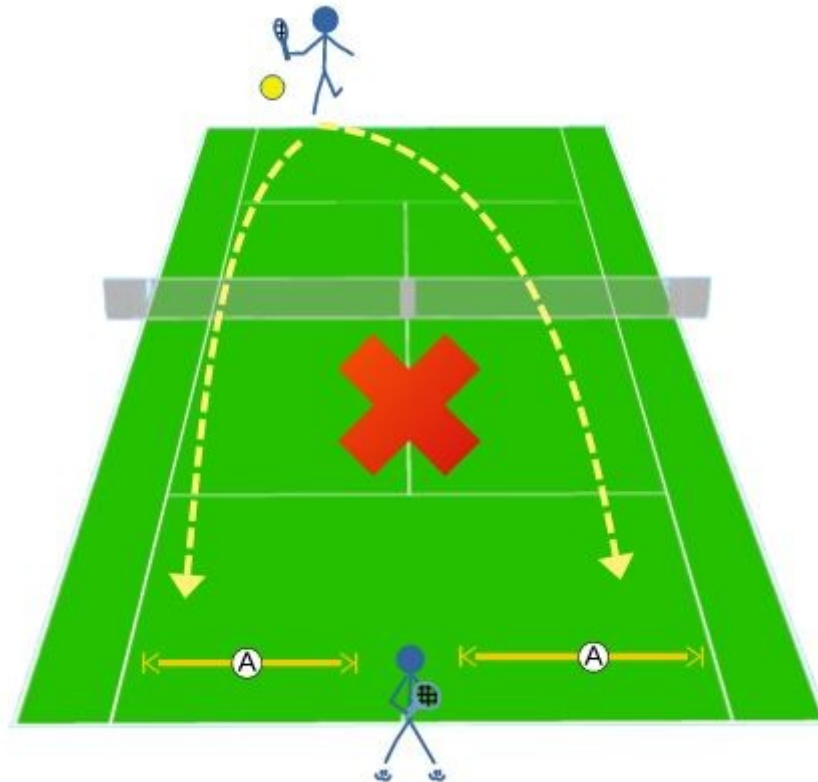
Aide au remplacement : La théorie des angles

Catégorie(s) :	Anticipation, remplacement
Niveau :	Balle jaune - Débutant, Intermédiaire, Confirmé
Durée :	5 min
Matériels :	-

Salut

Je ne sais pas si tu as remarqué, mais quand on est mal placé au tennis, souvent l'adversaire en profite et nous met à l'amende...

Dans les échanges au fond du cours, quand on débute au tennis, **on a souvent tendance à se replacer au milieu**, en pensant qu'on est **à égale distance d'un côté et de l'autre du terrain** et donc à égale distance de la balle pour l'intercepter, ce qu'elle arrive à droite ou à gauche... Avec la théorie des angles, vous allez découvrir que **c'est faux** et que se replacer au T de service ce n'est pas le bon choix. (Pas toujours)



Le raisonnement de base par qui dit que dans un échange en fond de cours, on veut se placer à égale distance des trajectoires possibles de la balle est bon. **Ce qui n'est pas bon, c'est de choisir le T de service comme point de repère, le point de repère doit être l'endroit d'où va frapper l'adversaire.**

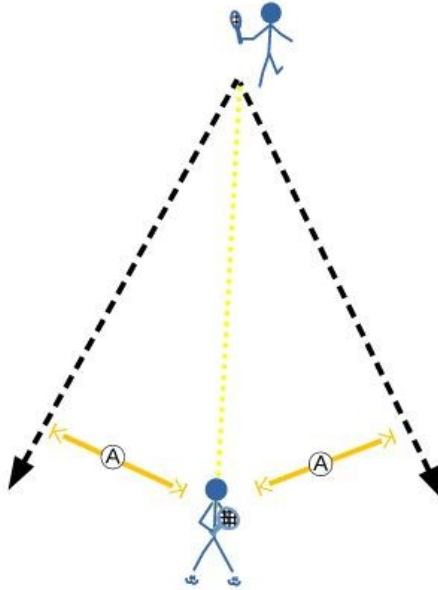


Elouan Tennis Drill Maker (ETDM)
Logiciel de création & édition d'exercices tennis

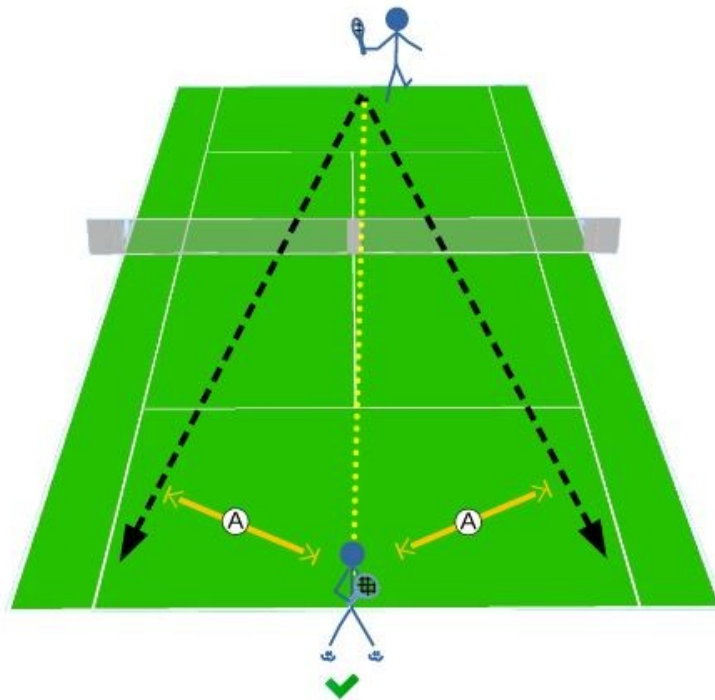


<https://fr.elouan-tennis.com>

En effet, la théorie des angles nous montre que l'adversaire frappe la balle pour la placer à droite et à gauche avec des trajectoires potentielles qui définissent un angle. (on estime que l'adversaire ne va pas faire un coup de fou furieux et prendre le risque de viser un angle impossible). Partant de là, nous, on **veut être placé sur la bissectrice de l'angle formé** par les frappes possibles de l'adversaire, de la sorte, nous serons à égale distance à droite et à gauche des trajectoires probables de la balle pour l'intercepter.(voir schéma1)



Concrètement sur un terrain ça donne ça, on est replacé au T de service ou : c'est très juste si l'adversaire est placé au centre au moment de sa frappe.



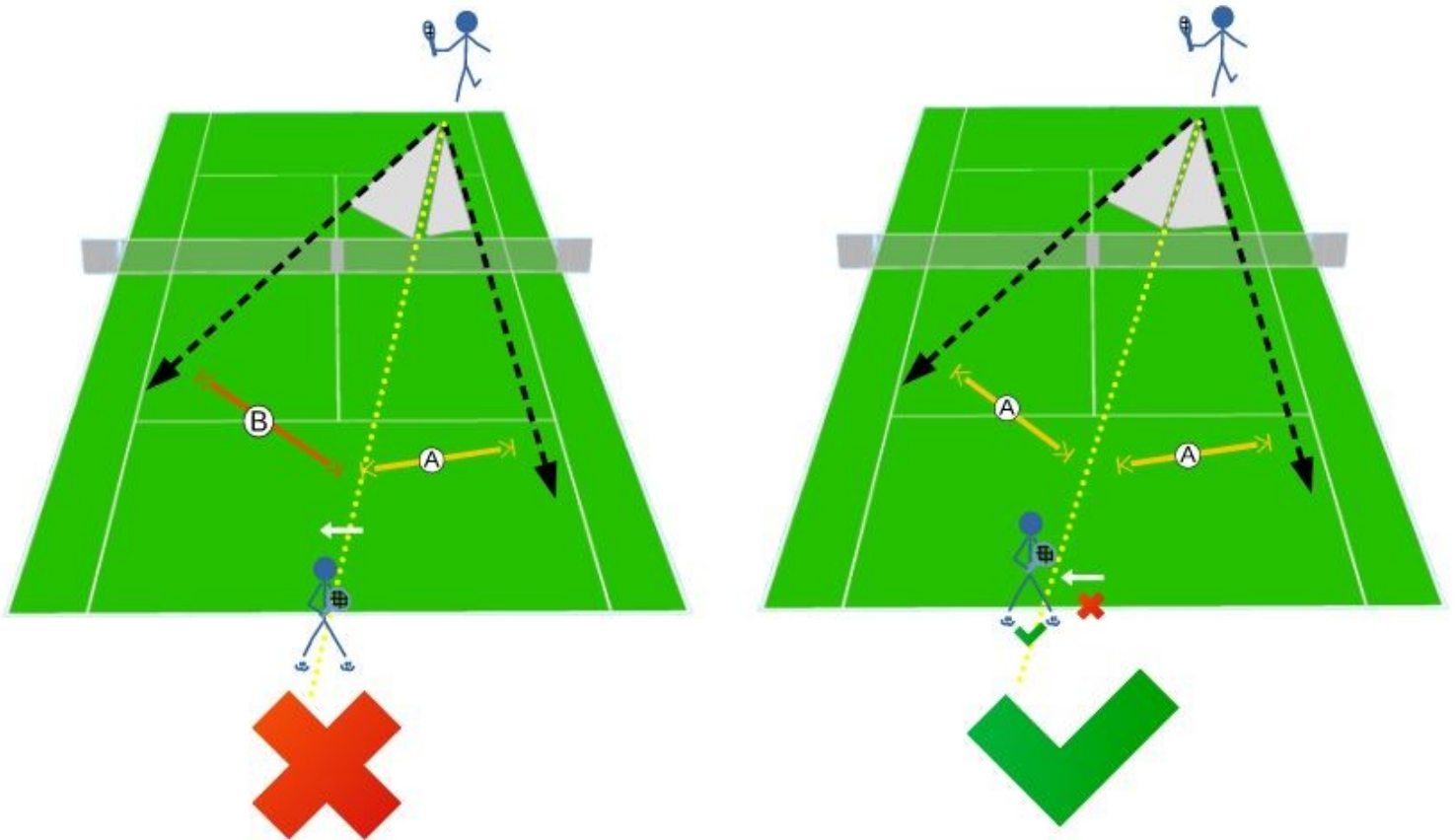
Elouan Tennis Drill Maker (ETDM)
Logiciel de création & édition d'exercices tennis



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

Mais si au moment de sa frappe l'adversaire est sur la droite ou sur la gauche du terrain, l'angle formé par ses possibilités de frappe n'est plus le même et la bissectrice se déplace, du coup en se replaçant au T ce service, nous ne sommes plus placés à égale distance des trajectoires d'interception...

Voici un exemple avec schéma :



- L'adversaire est décalé sur sa gauche,
- Ses possibilités de frappe forme d'un angle
- La bissectrice de l'angle ne passe plus par le T de service

Il faut donc se replacer légèrement sur notre gauche pour être sur la bissectrice et donc à égale distance des trajectoires d'interception.

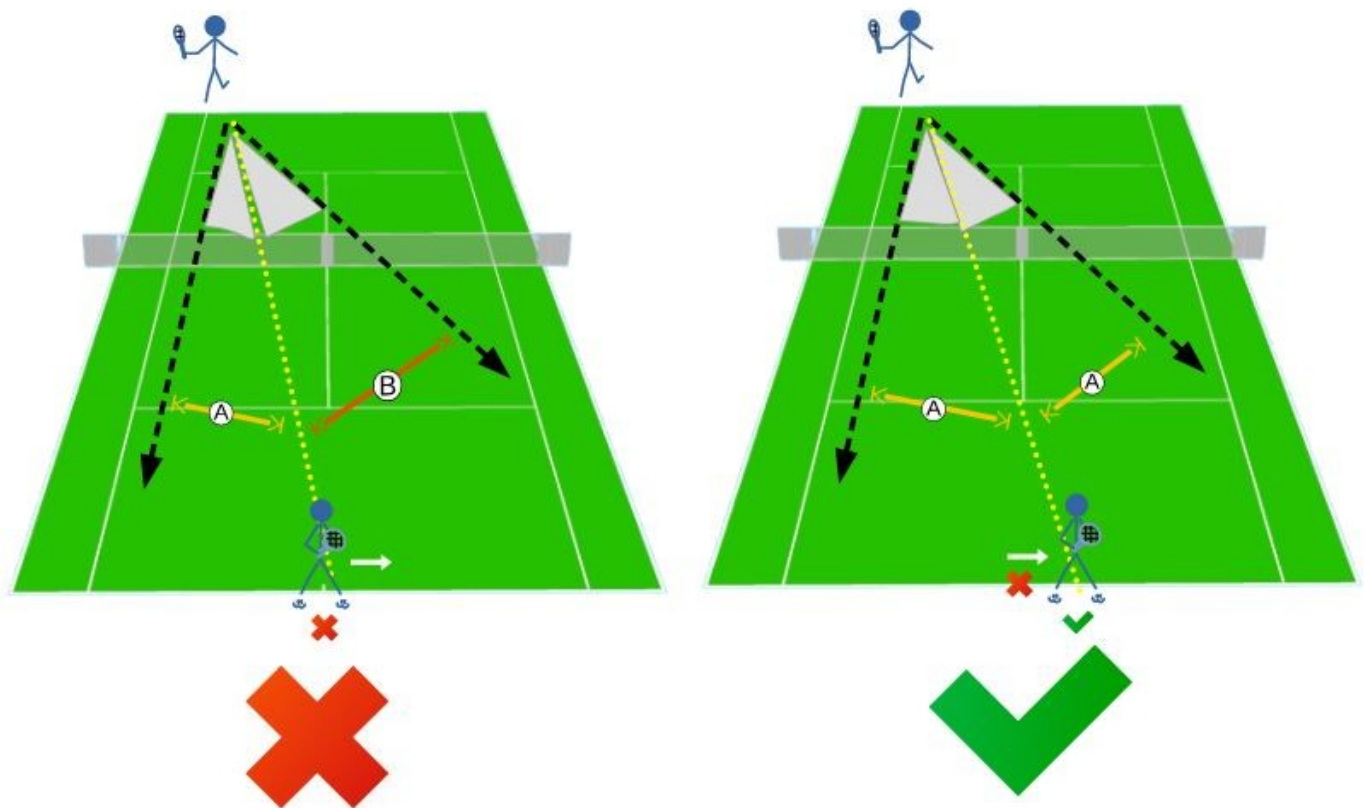


Elouan Tennis Drill Maker (ETDM)
Logiciel de création & édition d'exercices tennis



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

Un autre exemple :



- L'adversaire est décalé sur sa droite,
- Ses possibilités de frappe forme d'un angle
- La bissectrice de l'angle ne passe plus par le T de service

Il faut donc se replacer légèrement sur notre droite pour être sur la bissectrice et donc à égale distance des trajectoires d'interception.

En conclusion : Du coup, pour votre remplacement, dans un échange au fond de cours, dès le moment où vous avez frappé la balle, vous savez où elle va aller et donc suivant la règle de la théorie des angles, vous pouvez tout de suite vous replacer en vous décalant un peu à droite ou un peu à gauche... Cette théorie m'a permis d'améliorer mon remplacement, notamment pour ce qui est des échanges au fond du cours... Testez et vous verrez... Bien sûr, après, selon les adversaires, on s'adapte... Un mec qui joue toujours sur mon revers, je vais avoir tendance à me décaler un peu sur mon revers pour anticiper la frappe... Mais attention, s'il s'en rend compte, il peut soudainement changer son jeu... et lol...



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



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