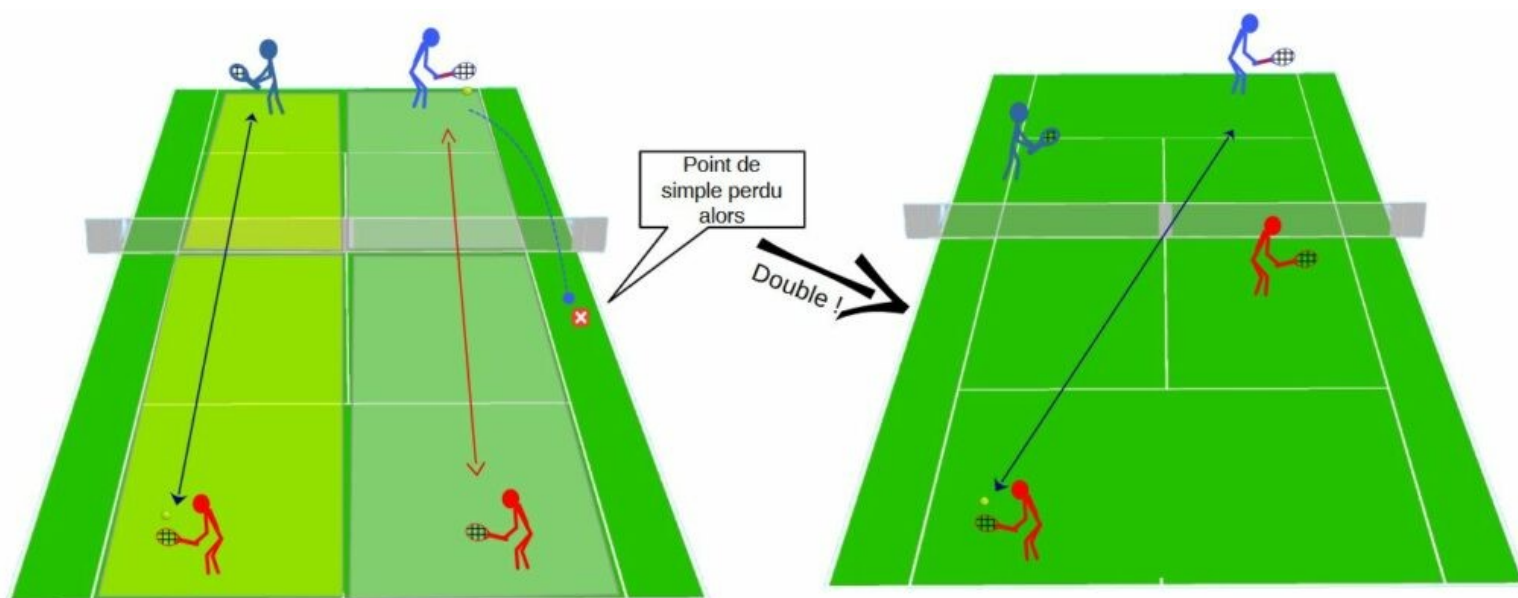


Jeu tennis - du simple au double

Catégorie(s) :	double, jeu, réactivité
Niveau :	Balle jaune - Intermédiaire
Durée :	1 min
Matériels :	-



Salut

Voici un jeu très amusant qui permet de stimuler un petit peu sa réactivité et le sens du jeu. De temps en temps en fin de séance on joue à ce jeu qui s'appelle du simple double et on rigole bien.

Description et but de l'exercice :

Nous sommes **4 joueurs**, c'est un **jeu en 20 points** : **chaque manche va compter 2 points**

Nous jouons en équipe (bleu vs rouge)

On commence par des échanges dans les 2 demi terrain, les deux joueurs rouges engagent en même temps et joue le point avec leur adversaire bleu en face dans un demi terrain.

Dès que le point se termine sur un des deux échanges, (Premier point) les joueurs annonce haut et fort "double !!!" et nous passons alors à une situation de double sur l'échange restant (Second point).



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



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