

RÈGLES DU JEU :

POUR COMMENCER UN MATCH :

- Tirage au sort.
Le vainqueur a :
- le choix de servir ou recevoir en premier.
 - le choix du terrain.

SCORE :

- Un match se dispute en 2 sets gagnants.
- Pour les 5 disciplines : Simple Homme (SH), Simple Dame (SD), Double Homme (DH), Double Dame (DD) et Double Mixte (DM), un set est remporté par le camp qui atteint en premier 15 points.
- Le camp qui gagne l'échange marque un point.
- Si le score atteint 15-égalité, le set est prolongé, et c'est le camp qui mène avec 2 points d'écart qui remporte le set.
- Si le score atteint 20-égalité, le set est remporté par le camp qui marque le 21^e point.
- Le vainqueur d'un set sert en premier au set suivant.

CHANGEMENT DE CÔTÉ :

- Les joueurs changent de côté :
- à la fin du premier set.
 - à la fin du deuxième set si un troisième set a lieu.
 - au 3^e set : quand un camp atteint en premier 8 points.

POSITIONS DE SERVICE ET DE RÉCEPTION :

En simple

- Si le score du serveur est pair (0, 2, 4, ...), le serveur se tient sur la partie droite.
- Si le score du serveur est impair (1, 3, 5, ...), le serveur se tient sur la partie gauche.

En double

- Au début du set et quand le score côté serveur est pair, le serveur sert depuis la zone de droite.
- Quand le score côté serveur est impair, le serveur sert depuis la zone de gauche.
- Le joueur du côté receveur qui a servi en dernier doit rester dans la même zone de service depuis laquelle il a servi en dernier.
- Les joueurs ne changent de zone de service que lorsqu'ils marquent un point en tant que serveur.

LES LIMITES DU TERRAIN :

	Simple	Double
Zone de service		
Zone de jeu		

Précision : pour les minibads et les poussins, le couloir du fond n'est pas autorisé.

LE SERVICE :

Au moment de la frappe, la raquette doit être inclinée vers le bas et le volant doit être frappé sous la taille. La taille est une ligne imaginaire située au niveau de la partie la plus basse de la dernière côte du serveur.

Pendant l'exécution du service, serveur et receveur doivent avoir leurs pieds en position stationnaire.

LES FAUTES :

Au service, le serveur n'a le droit qu'à un seul essai. Le service se joue en diagonale.

Les fautes au service :

- le volant doit être frappé sous la taille par le serveur (2ème côte flottante) et la tige de la raquette doit être inclinée vers le bas ;
- le serveur doit être dans la zone de service sans marcher sur les lignes et les deux pieds au sol durant la durée de l'exécution du geste du service ;
- le mouvement de la raquette doit être continu et aller vers l'avant.

En jeu, il y a faute si :

- le volant tombe en dehors des limites du terrain. Un volant tombant sur la ligne est bon ;
- le volant passe à travers ou sous le filet ;
- le volant touche le plafond de la salle de sport ou un objet immobile ;
- le volant est frappé dans le camp adverse (si le geste se termine dans le terrain adverse alors que la frappe du volant a bien été portée dans son propre terrain sans gêner l'adversaire, il n'y a pas faute) ;
- le joueur touche le filet (la raquette comprise) ;
- le joueur distrait volontairement l'adversaire (cri, geste, injure, etc.).

CONTINUITÉ DE JEU ET CONSEILS :

- Quand le score atteint la première fois 11 dans chaque set, les joueurs bénéficient d'un arrêt d'une minute.
- Les joueurs bénéficient également d'une interruption de 2 minutes entre chaque set.
- Pendant le match, il est permis aux joueurs de recevoir des conseils, mais uniquement lorsque le volant n'est pas en jeu.
- Pendant les arrêts de 1 minute et de 2 minutes, chaque camp peut être rejoint sur le terrain par 2 personnes maximum. Ces personnes devront quitter le court à l'annonce « 20 secondes » de reprise du match.

Maintenant à vous de jouer !