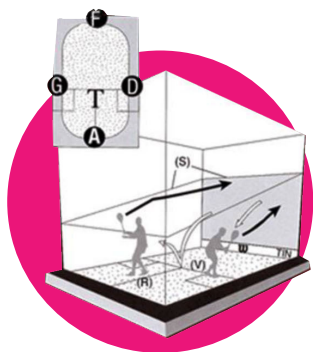
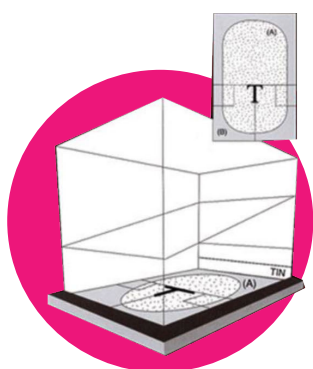


REGLES DU JEU



LES REGLES DE BASE DU JEU

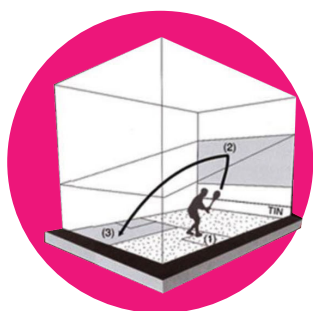
- Les joueurs frappent la balle à tour de rôle
- La balle doit atteindre le mur frontal soit directement soit indirectement en utilisant les murs latéraux
- Un rebond maximum au sol avant la frappe, vous pouvez aussi frapper la balle à la volée
- Une balle est faute quand elle touche au dessus des lignes supérieures du terrain, ou quand elle touche la plaque en bas du mur frontal
- Une balle qui touche une de ces lignes est faute



LES PRINCIPES TACTIQUES DE BASE

- Toujours regarder la balle, à 100% du temps !
- Après chaque frappe les joueurs tentent de se replacer au T*
- Mettre l'adversaire le plus loin possible du T en variant les longueurs et les largeurs de vos balles

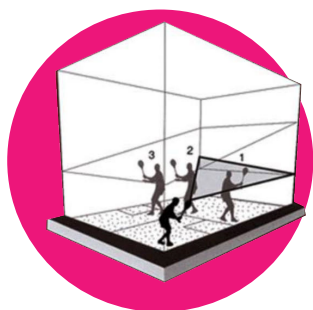
*T : centre du court



LE SERVICE

Il n'y a qu'un seul service

- 3 conditions pour qu'un service soit bon : 1/ Le serveur doit avoir au moins 1 pied dans le carré de service, 2/ La balle doit toucher le mur frontal directement entre la ligne médiane et la ligne supérieure, 3/ Le serveur doit envoyer la balle dans le rectangle arrière opposé.
- La ligne médiane sur le mur frontal et les lignes au sol ne servent qu'au service
- Si le serveur gagne l'échange, il change de carré pour son prochain service
- Lorsque le receveur gagne l'échange, il devient serveur et il choisit le carré de service



LA GENE

- La particularité du squash se traduit par des échanges sur la même surface de jeu. Il faut donc faire attention à votre sécurité.
- Voici les 3 règles de base :
- 1/ Le joueur doit faire le maximum d'effort pour se dégager après sa frappe afin de laisser l'accès libre à son adversaire
- 2/ Le joueur doit faire le maximum d'effort pour laisser la place à son adversaire d'effectuer son geste de frappe.
- 3/ Le joueur doit faire le maximum d'effort pour laisser la possibilité à son adversaire de frapper la balle sur TOUT le mur frontal
- Si au cours d'un échange une de ces 3 règles n'est pas respectée, le frappeur peut stopper le jeu, demander un « let » et remettre l'échange.