

## Le Tennis



Deux joueurs se renvoient la balle au-dessus d'un filet, dans les limites d'un terrain, avec pour difficulté supplémentaire de la frapper avant qu'elle ne fasse un deuxième rebond.

Le tennis est un sport très complet mais asymétrique. Il nécessite et procure une vitesse prodigieuse, des réflexes étonnants, une condition à toute épreuve et un mental d'acier.

La tension du cordage de la raquette est variable d'un joueur à l'autre. Une tension faible offre plus de puissance (grâce à ce que l'on appelle « l'effet trampoline »). Une plus forte permet d'insuffler de meilleurs effets à la balle et favorise le contrôle. Bref, tout dépend du style de jeu. À vous de trouver le vôtre.

### Les différentes surfaces de jeu:

- *La terre battue*: surface lente qui favorise les joueurs réguliers et endurants.
- *Le ciment*: reproduit les qualités de la terre battue en ce qui concerne la hauteur du rebond, mais il accélère aussi le jeu, ce qui donne l'avantage aux attaquants.
- *Les surfaces synthétiques*: élèvent singulièrement la hauteur du rebond et favorisent l'expression de la puissance.
- *Le gazon*: demeure la surface la plus rapide avec un faible rebond, ce qui exige bien sûr un placement irréprochable.

Un terrain de tennis mesure 23,77 m de longueur sur 8,23 m de largeur. En double, la largeur atteint 10,97m grâce au couloir.

Un match se joue en deux et parfois trois sets gagnants. Pour gagner un set, il faut remporter six jeux en conservant au moins deux jeux d'écart sur son adversaire. Au score de 6 partout, tie-break jusqu'à 7 points avec deux points d'écart. Lors des matchs en double possibilités d'équipe unisexe ou mixte.

On peut jouer au tennis à tous les âges de la vie. Le mini-tennis accueille les plus jeunes dès l'âge de 5-6ans.

Les quatre tournois du grand chelem sont les tournois les plus renommées dans le monde du tennis. Il y a l'US Open, Roland Garros, Wimbledon et l'Australian Open.

Quelques joueurs belges: Justine Henin et Kim Clijsters chez les dames; les frères Rochus et Xavier Malisse chez les messieurs.

**Plus d'informations:** [www.aftnet.be](http://www.aftnet.be)