

# LES RÈGLES DU SQUASH

FÉDÉRATION FRANÇAISE

## BUT DU JEU

- Gagner des échanges pour gagner le match,
- Les joueurs s'échangent la balle à tour de rôle,
- Ils se partagent le même espace de jeu,
- La balle doit être renvoyée sur le mur frontal :
  - Avec la raquette tenue en main,
  - À la volée ou après un rebond au sol maximum,
  - Directement ou indirectement (utilisation des murs latéraux ou vitre arrière),
- L'échange débute par un service.

## LE SERVICE

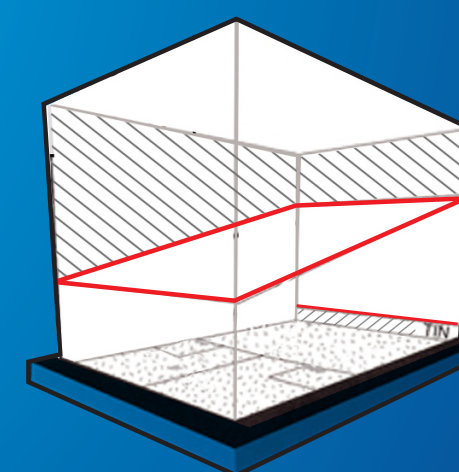
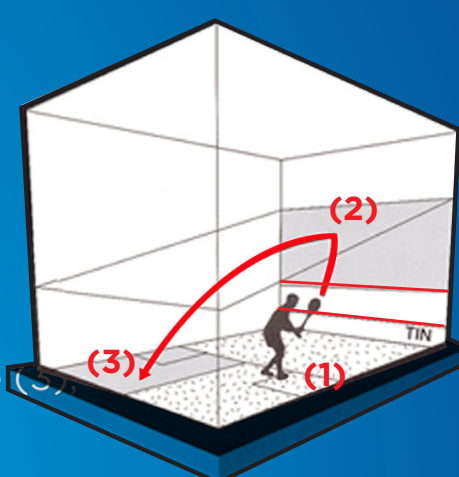
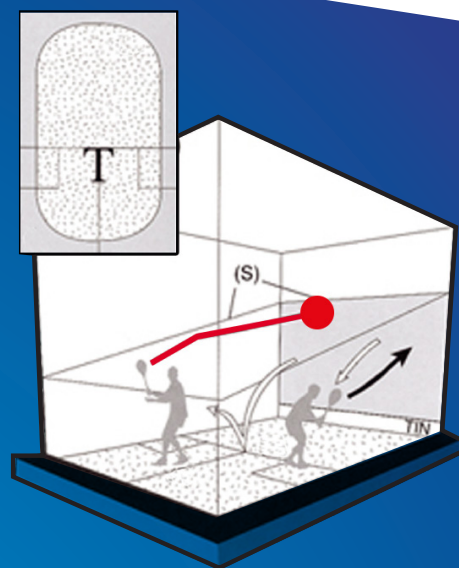
- Le premier serveur est désigné par un tirage au sort (rotation de la raquette),
- Les joueurs n'ont le droit qu'à un seul service,
- Pour que le service soit correct :
  - Le serveur doit avoir au moins un pied dans le carré de service (1),
  - La balle doit toucher le mur frontal directement entre la ligne de service et la ligne supérieure (2),
  - Le serveur doit envoyer la balle dans le rectangle arrière opposé (3).
- Si le serveur gagne l'échange, il change de carré de service,
- Dans le cas contraire, c'est le receveur qui devient serveur et il choisit le carré de service.

## LES LIMITES DU COURT

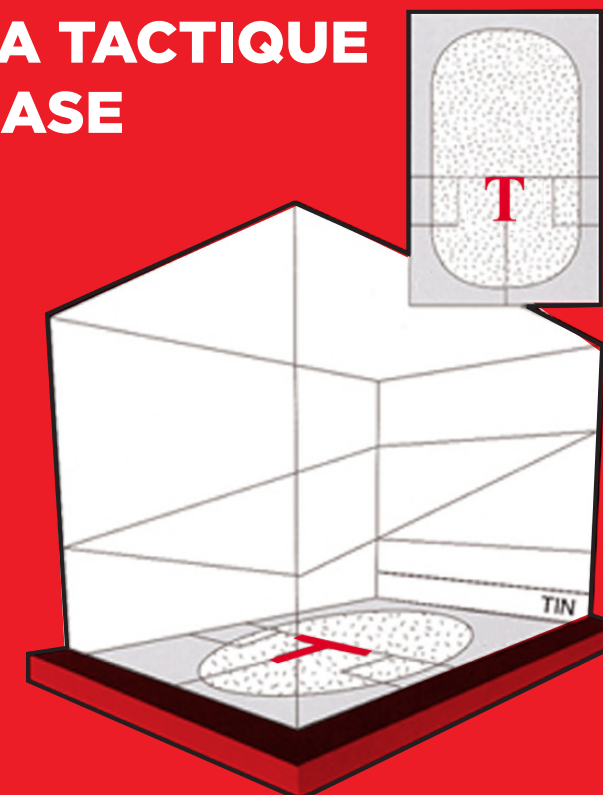
- Au cours de l'échange, la balle est considérée comme fautive :
  - Lorsqu'elle n'atteint pas le mur frontal,
  - Lorsqu'elle touche les lignes supérieures ou qu'elle sort au-dessus de ces lignes,
  - Lorsqu'elle touche la ligne du TIN ou en-dessous de cette ligne (plaque ou sol),
- La ligne de service et les lignes au sol ne servent qu'au service.

## LE COMPTAGE DES POINTS

- Lorsqu'un joueur gagne l'échange, il marque 1 point,
- Pour remporter un match, un joueur doit remporter trois jeux gagnants de 11 points,
- En cas d'égalité à 10 partout, il faut deux points d'écart pour remporter le jeu.



## LES 3 PRINCIPES DE LA TACTIQUE DE BASE



### DÉPLACER SON ADVERSAIRE

Les joueurs, pour gagner l'échange, doivent essayer d'éloigner l'adversaire du centre du court (le T), en jouant :

- Près des murs latéraux et près du mur frontal ou de la vitre arrière,
- Là où l'adversaire n'est pas.

### OCCUPER LE T

Après sa frappe, le joueur doit essayer de se replacer au T afin d'être prêt à récupérer la balle de son adversaire quel que soit l'endroit de son rebond au sol.

### REGARDER LA BALLE

Le squash étant un sport de balle, le joueur ne doit jamais la quitter des yeux afin de prendre en permanence de l'information sur sa trajectoire et son adversaire.

## LA GÊNE ET LES RÈGLES DE SÉCURITÉ

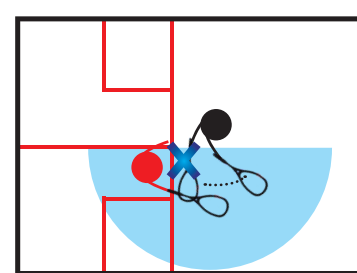
- Le joueur qui a joué la balle doit faire le plus d'effort possible pour se dégager après sa frappe,
- Si au cours d'un échange, le frappeur risque de toucher son adversaire avec la raquette ou la balle, il doit stopper le jeu et demander un let,
- L'arbitre détermine si le let est accordé (on remet l'échange), le refuse (no let, gêne minime, gain de l'échange à l'adversaire) ou accorde un stroke (gain de l'échange).

## VOUS N'AVEZ PAS PU JOUER LA BALLE. ÉTIEZ-VOUS GÊNÉ PAR VOTRE ADVERSAIRE ?

**Oui...** Votre adversaire était-il dans votre trajectoire de déplacement ?

> **Oui...** **STROKE** ou **LET** en fonction de la situation (qualités de la balle, du dégagement de l'adversaire et/ou du déplacement du joueur)

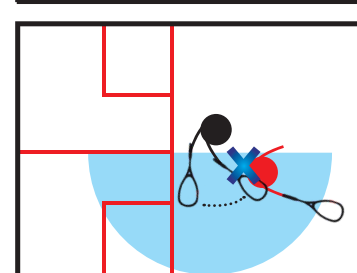
> **Non...** **NO LET**



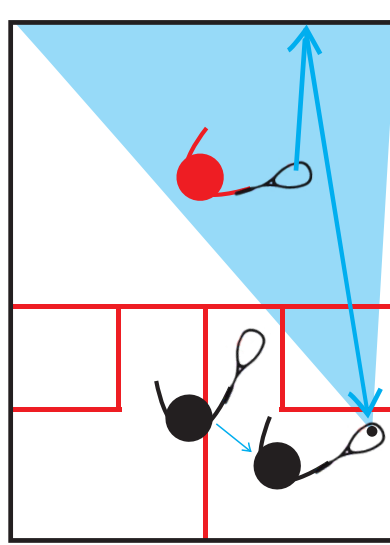
> **La préparation du geste**

**DANS LA RÉALISATION DU GESTE DE FRAPPE**

Le joueur estime être gêné dans la réalisation de son geste au niveau de :



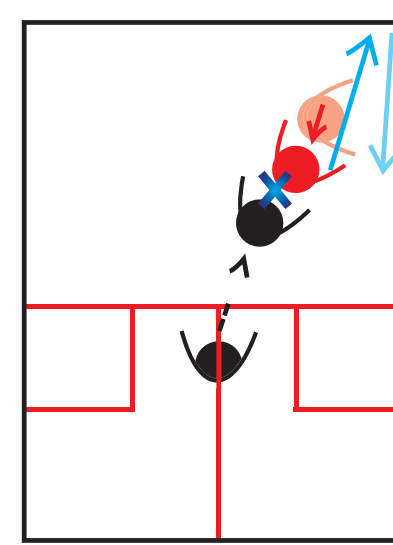
> **La frappe de la balle**



**DANS L'ENVOI DE LA BALLE SUR LE MUR FRONTAL**

Le joueur estime être gêné pour envoyer la balle sur le mur frontal par son adversaire qui se trouve dans le champ de frappe

- Trajectoire de la balle
- Joueur dont c'est le tour de frapper
- Joueur qui vient de frapper



**DANS L'ACCÈS DIRECT À LA ZONE DE FRAPPE**

Le joueur estime être gêné par son adversaire dans son déplacement pour accéder à la zone de frappe

- Trajectoire de la balle
- Joueur dont c'est le tour de frapper
- Joueur qui vient de frapper