

# Racketlon : règles par sport



## Article 1 : Principe du Racketlon.

- ✓ Un match de racketlon se déroule en 4 manches de 21 points (mode tie-break et 2 points d'écart), un par sport dans l'ordre suivant : tennis de Table – badminton – squash – tennis (de la raquette la plus légère à la plus lourde).
  - Le gagnant est le joueur qui totalise le plus de points à la fin des 4 sets.
- ✓ En cas d'égalité à l'issue des 4 sports, intervient le « Petit bras » ou point décisif qui se joue au tennis. Un nouveau tirage au sort est effectué et le vainqueur du tirage choisi qui sert, sachant que le serveur n'a droit qu'à un seul service (pas de 2<sup>nd</sup>e balle de service). Le perdant du tirage au sort choisira le côté du service, et chaque équipe décide qui sert et qui reçoit. Les joueurs gardent le même côté du terrain.

## Article 2 : Déroulé des rencontres.

- ✓ Tirage au sort en début de rencontre : le gagnant choisit de l'ordre du service et de la réception. Le joueur qui sert au tennis de table, reçoit au badminton, sert au squash et enfin reçoit au tennis. Pour chaque sport, le receveur choisit le côté.
- ✓ Quel que soit le sport, au Racketlon, chaque joueur sert 2 fois (à droite puis à gauche). Spécificité : au tennis de table, le service en simple se fait depuis n'importe quel endroit de la table.

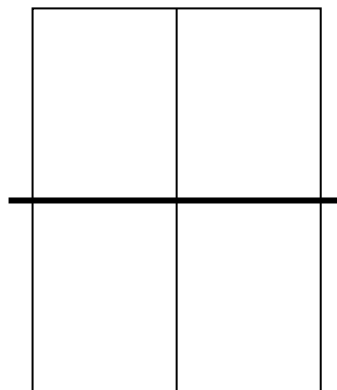
En cas d'égalité à 20-20, chaque joueur sert 1 fois à droite (puis 1 fois à gauche si 21-21 et ainsi de suite).
- ✓ Tous les points comptent, pas de nécessité d'avoir le service pour marquer.
- ✓ Attention : Pour le tennis, le match s'arrête dès qu'un joueur ne peut plus être rejoint par son adversaire.
  - **Cas particulier des poules** : les joueurs doivent toujours terminer le tennis (*ou voir règlement particulier du tournoi*).

## Article 3 : Echauffement et coaching.

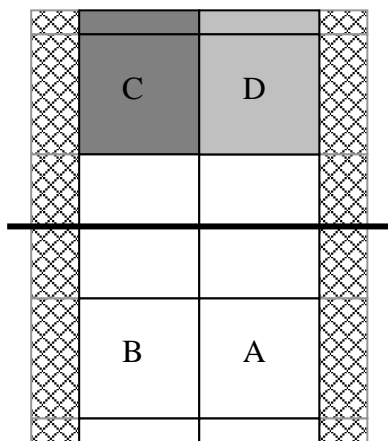
- ✓ Intervalle entre les sports : 3 minutes pour passer d'un sport à l'autre.
- ✓ Échauffement : 3 minutes d'échauffement au démarrage de chaque sport. Attention à ne pas dépasser ce temps, sinon risque d'encombrement sur les terrains, et les joueurs n'auront pas de pause avant le tour suivant.
- ✓ Coaching : il est autorisé, mais seulement aux changements de sports et aux changements de côtés quand le premier joueur atteint 11 points (pause de 1 minute). Pas de « temps mort » possible.

## Règles du tennis de table :

- ✓ Les joueurs doivent obligatoirement jouer la balle avec la raquette (toléré si la balle est renvoyée avec la main tenant la raquette) après un rebond et non de volée.
- ✓ Service : la balle doit taper dans son propre camp puis dans celui de l'adversaire.
  - Le service peut être effectué d'où on veut tant qu'on tape la balle derrière la table et pas au-dessus d'elle,
  - La balle doit être lancée verticalement (16 cm de hauteur, paume de main ouverte), sans jamais être masquée dans notre geste.
- ✓ Si le serveur fait un mouvement vers la balle au service, mais qu'il ne la touche pas, le point est perdu.
- ✓ Le service n'est pas obligatoirement croisé en simple, et, chez le receveur, il peut rebondir plusieurs fois sur la table ou sortir sur les côtés de la table.
- ✓ Si le service touche le filet et tombe du bon côté, il faut rejouer le point (« net »).
- ✓ Les poteaux comptent comme le filet (pas son embase). Si la balle touche le poteau et tombe du bon côté du filet le point continu (idem au badminton).
- ✓ Interdiction de poser la main libre sur la table, ou de la déplacer.

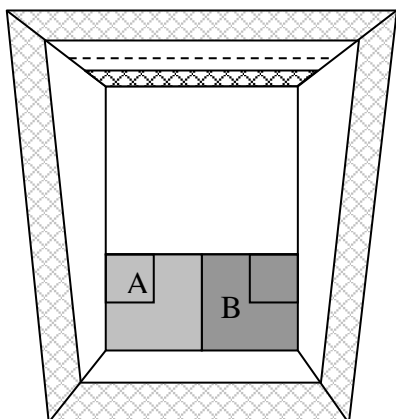


## Règles du badminton :



- ✓ Les parties hachurées ne font pas parties du terrain quand on joue en simple.
- ✓ Franchissement du filet : le volant doit être frappé dans son espace de jeu, mais la raquette peut franchir le filet après l'impact.
- ✓ Les joueurs servent en diagonale : en position A, le serveur doit envoyer le volant dans le rectangle C grisé.
- ✓ Lors du service, le volant doit être frappé de bas en haut, en dessous de la taille (ligne imaginaire située au niveau de la partie la plus basse de la dernière côte du serveur).
- ✓ Service : le serveur ne doit pas toucher la ligne au moment du service. Il doit lâcher le volant au-dessus de sa raquette en faisant un geste raquette d'un seul mouvement. S'il manque le volant, après avoir amorcé son geste, le point est perdu.
- ✓ Quand le serveur lâche le volant pour servir, s'il amorce un geste avec la raquette et qu'il manque le volant, le point est perdu même s'il ne touche pas le volant.
- ✓ Réception de service : le réceptionneur n'a pas le droit de décoller les pieds avant que le serveur ait tapé le volant.
- ✓ Le filet (comme le poteau) est toujours neutre au badminton. Donc si le service touche le filet l'échange se poursuit (le "net" n'existe pas).
- ✓ Les joueurs doivent frapper le volant de volée. Si le volant touche le sol dans le terrain, le point est perdu.

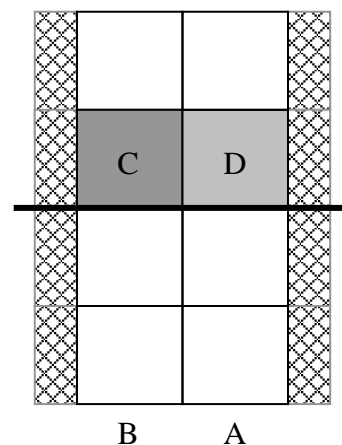
## Règles du squash :



- ✓ Seules les parties hachurées, sur les murs, ne font pas parties du terrain.
  - ✓ Les lignes ne font pas non plus parties du terrain, donc la balle est fautive quand elle les touche.
  - ✓ La balle doit atteindre le mur frontal, soit directement, soit indirectement.
  - ✓ La balle peut être jouée de volée, ou après 1 rebond.
  - ✓ Au service : servir avec un pied dans le petit carré A (ou B), et envoyer la balle en premier sur le mur frontal (au-dessus du trait en pointillé), avec rebonds éventuels sur les murs latéraux, elle doit arriver dans le grand carré B (ou A).
- ✓ Au moins un pied doit être dans la zone au service, l'autre pied peut être devant ou sur le côté.
  - ✓ Le receveur peut jouer la balle en retour de service devant la ligne de service.
  - ✓ Ne jamais jouer la balle quand l'adversaire risque d'être touché par celle-ci.
  - ✓ L'échange sera remis (« **let** ») dans le cas d'une gêne involontaire et ayant empêché une frappe non déterminante pour le gain de l'échange.
  - ✓ L'échange sera perdu (« **stroke** ») dans les conditions suivantes :
    - Si le joueur se trouve dans le triangle formé par les coins du mur frontal et son adversaire quand ce dernier doit jouer la balle.
    - Si le joueur se trouve dans le champ de frappe de son adversaire et que ce dernier a armé sa frappe ou l'en empêche.
  - ✓ Les joueurs doivent se replacer sans gêner leur adversaire après avoir joué (au « T » le plus souvent).

## Règles du tennis :

- ✓ Les parties hachurées ne font pas parties du terrain quand on joue en simple.
- ✓ Les poteaux permettant de surélever le filet sont à mettre en simple, mais à enlever en double.
- ✓ Les joueurs peuvent frapper la balle de volée ou après 1 rebond au maximum.
- ✓ Services en diagonale : en position A (ou B), le serveur doit envoyer la balle dans le rectangle C (ou D).
- ✓ Si la balle de service est fautive, on a le droit à une seconde balle pour réussir le service.
- ✓ Si le service touche le filet et retombe dans le bon carré de service, il faut rejouer le service (la balle est « net »).
- ✓ Attention, le serveur ne doit pas toucher la ligne au moment du service (faute de pied)
- ✓ Double touche de la balle dans la raquette tolérée lorsque c'est involontaire et dans un même mouvement.



## Règles en double :

- Au **tennis de table**, les 2 coéquipiers jouent une frappe chacun, ils ne peuvent pas effectuer 2 coups de suite. Attention, le service doit être croisé : toujours dans la diagonale de droite.

- Au **tennis** et au **badminton**, au contraire, le joueur qui est le mieux placé peut jouer (mis à part lors du service et en retour de service).

- Au **squash**, seuls 2 joueurs s'affrontent sur le terrain. Chaque équipe décide comme elle veut quel joueur commencera pour l'ensemble du tournoi (joueur 1).

Dès que l'un des 2 premiers joueurs a marqué 11 points, leurs 2 coéquipiers prennent le relais et terminent le match.

- Alternance des services en double :

- **Serveurs:**
  - un joueur fait 2 services : 1 à droite puis 1 à gauche. (sauf au tennis de table où on sert toujours à droite).
  - les 4 joueurs servent ainsi à tour de rôle (sauf au squash).
  - à 20 partout les joueurs ne servent qu'une seule fois, 1 service chacun à droite puis 1 service chacun à gauche.

- **Receveurs:**

- **Tennis de table :**

- le joueur qui vient de servir laisse sa place à son coéquipier qui relancera les 2 services adverses suivants.

- dès qu'une équipe atteint 11 points, le serveur qui devait servir sert. Mais on inverse les receveurs : celui qui aurait dû recevoir le service laisse sa place à son coéquipier.

- **Badminton** : les 2 joueurs restent là où ils étaient après avoir servi, donc ils seront alternativement à gauche et à droite.

- **Tennis** : chaque joueur choisi son côté pour recevoir et n'en change pas

	C	D	
	B	A	

### Limites du terrain :

- ✓ Particularité du **badminton** (cf. à gauche):
  - la longueur du terrain est raccourcie en double, mais **uniquement pour le service** (terrain complet dans l'échange).
  - les couloirs comptent au badminton pour le service et dans l'échange.
- ✓ **Tennis** : les couloirs ne comptent au tennis que dans l'échange, pas pour le service.

## Détermination du niveau des joueurs :

Ping	Points	Bad	Points	Squash	Points	Tennis	Points	
Nc	1	P12	1	Nc	1	Nc	1	
5	2	P11	2	5D	2	40/	2	
6	3	P10	3	5C	3	30/5	3	
7	5	D9	4	5B	4	30/4	4	
		D8	5	5A	5	30/3	5	
8	6	D7	6	4D	7	30/2	6	
9	7	R6	7			30/1	7	
10	8			8	4C	8	30/	8
11	9	R5	9	4B	9	15/5	9	
12	10			10	4A	10	15/4	10
13	12	R4	11	3D	11	15/3	11	
			12	3C	12	15/2	12	
14	13	N3	13	3B	13	15/1	13	
15	14			14	3A	14	15/	14
16	15	N2	15	2D	15	5/6	15	
17	16			16	2C	17	4/6	16
18	17	N1	17					3/6
19	19			18	2B	18	2/6	18
				19	2A	19	1/6	19
20+	20			20	1+	20	0/+	20

*(établi en faisant correspondre les différentes pyramides des joueurs classés dans ces 4 sports)*

## Points attribués à chaque tournoi :

(Classement français à retrouver sur [www.racketlon.fr](http://www.racketlon.fr))

Tournoi National : Classe 2							
	A	B	C	D	E	Vétérans	Juniors
1	844	295	103	36	13	422	211
2	726	254	89	31	11	363	181
3	682	239	84	29	10	341	171
4	587	205	72	25	9	293	147
5	552	193	68	24	8	276	138
6	474	166	58	20	7	237	119
7	446	156	55	19	7	223	111
8	383	134	47	16	6	192	96
9	368	129	45	16	6	184	92
10	317	111	39	14	5	158	79
11	298	104	36	13	4	149	74
12	256	90	31	11	4	128	64
13	241	84	29	10	4	120	60
14	207	72	25	9	3	103	52
15	194	68	24	8	3	97	49
16	167	59	20	7	3	84	42

Open : Classe 1					
	A	B	C	Vétérans	Juniors
1	633	222	78	317	158
2	544	191	67	272	136
3	512	179	63	256	128
4	440	154	54	220	110
5	414	145	51	207	103
6	356	125	44	178	89
7	334	117	41	167	84
8	288	101	35	144	72
9	276	97	34	138	69
10	237	83	29	119	59
11	223	78	27	112	56
12	192	67	24	96	48
13	180	63	22	90	45
14	155	54	19	78	39
15	146	51	18	73	36
16	125	44	15	63	31

Tournoi National : Classe 2							
	A	B	C	D	E	Vétérans	Juniors
1	844	295	103	36	13	422	211
2	682	239	84	29	10	341	171
3	552	193	68	24	8	276	138
4	446	156	55	19	7	223	111
5	368	129	45	16	6	184	92
6	298	104	36	13	4	149	74
7	241	84	29	10	4	120	60
8	194	68	24	8	3	97	49

Open : Classe 1					
	A	B	C	Vétérans	Juniors
1	633	222	78	317	158
2	512	179	63	256	128
3	414	145	51	207	103
4	334	117	41	167	84
5	276	97	34	138	69
6	223	78	27	112	56
7	180	63	22	90	45
8	146	51	18	73	36

### **Coefficients :**

- ✓  $\text{Tableau B} = \text{pts A} \times 0,35$  ;  $\text{Tableau C} = \text{pts B} \times 0,35 \dots$
- ✓  $\text{Tableau Vétérans} = \text{pts A} \times 0,50$
- ✓  $\text{Tableau Juniors} = \text{pts A} \times 0,25$
- ✓  $\text{Classe 1} = \text{pts classe 2} \times 0,75$