

## Le bloc du coup droit

### Éléments de base

**Prise de la raquette:** prise orthodoxe

**Jeu de jambes:** en fonction de la position précédente et du coup suivant

**Position par rapport à la balle:** position du coup droit - le pied droit positionné un peu en arrière, les hanches forment un angle d'environ 45° avec la trajectoire prévue de la balle.

### Éléments constants

**Manière de toucher la balle:** frappée (raquette fermée)

#### Phases du mouvement

##### *Phase initiale:*

Le joueur est dans la position du coup droit. La raquette fermée se trouve légèrement à droite du triangle d'or. L'angle du coude est d'environ 120°.

##### *Phase d'exécution:*

L'avant-bras exécute un petit mouvement vers la gauche, l'avant et légèrement vers le haut, surtout autour de l'axe du coude. La balle doit être touchée tôt après le rebond. Lors d'un bloc actif, il s'y ajoute un transfert du poids du corps d'arrière en avant et une rotation du haut du corps vers la gauche.

##### *Phase terminale:*

La raquette se trouve à gauche devant le corps.  
Remplacement et préparation du coup suivant.

**Point d'impact dans le triangle d'or**

#### Mouvement dans un seul plan:

D'arrière en avant et légèrement vers le haut

### Éléments variables

#### Amplitude et dynamique du mouvement:

Lors d'un bloc passif, l'amplitude et la dynamique du mouvement sont minimales, voire inexistantes. La vitesse et la rotation de l'attaque adverse sont utilisées pour renvoyer la balle avec peu ou sans mouvement personnel et avec une raquette plus ou moins fermée.

Lorsqu'on veut (et peut) jouer le bloc plus fortement, on actionne l'avant-bras et le reste du corps. Plus le bloc est exécuté activement, plus le mouvement se rapproche de celui de la contre-attaque (voir là), mais cela se fait avec une raquette plus fermée et une phase de contact plus précoce.

#### Inclinaison du plan du mouvement et de la raquette:

Plus la balle adverse (topspin) est haute, plus le plan du mouvement est incliné vers le bas.

Plus la balle adverse (topspin) a de la rotation avant, plus la raquette est fermée.

#### Phase du contact balle-raquette:

En phase montante

#### Transfert du poids du corps:

Petit transfert du poids du corps d'arrière en avant

