

Le pivot

Conditions préalables pour le jeu de jambes

La maîtrise des différentes techniques de déplacement est primordiale en tennis de table. Ce n'est qu'avec un jeu de jambes parfait que l'on peut se placer de façon idéale par rapport à la balle qui arrive en maintenant un équilibre stable. Dans ces seules conditions, il devient possible d'exécuter un geste correct. Pour tous les déplacements, il faut garder une attitude du corps dynamique: le poids du corps constamment sur l'avant des pieds, les genoux fléchis, le buste légèrement penché en avant. Les pieds «glissent» à plat sur le sol sans sauter, le centre de gravité du corps restant dans le même plan horizontal.

Le pivot

Le pivot permet au joueur de jouer du coup droit à partir du côté revers. La technique est analogue au pas chassé, mais on tourne quasiment sur place en reculant le pied droit. Il faut faire attention de ne pas trop avancer le pied gauche, sinon le coin de la table empêche un bon remplacement. Pour retrouver une position favorable, il importe également de transférer de façon prononcée le poids du corps vers l'avant pendant l'exécution du geste du coup droit.

