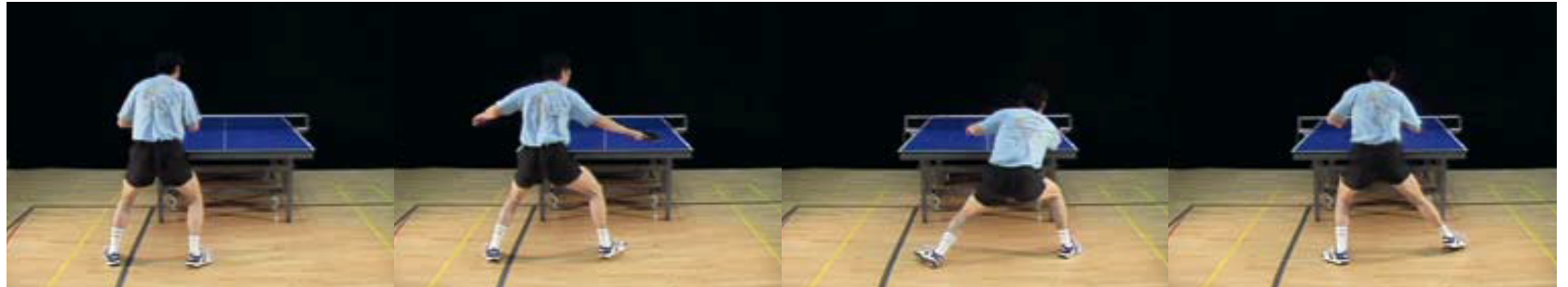


Le pas tombé

Le pas tombé (dans toutes les directions)

Un pas tombé peut être effectué de la jambe gauche ou droite dans n'importe quelle direction afin de pouvoir atteindre rapidement une balle, par exemple en coup droit:



Le pas tombé sur des balles courtes

Le pas tombé est avant tout utilisé sur des balles courtes pour préparer un flip ou une poussette courte.

Pour ces coups, on déplace, et en coup droit et en revers, le pied droit sous la table et se met en appui sur cette jambe. Le poids du corps se trouve sur l'avant du pied droit, sur lequel, après avoir joué la balle, on pousse puissamment pour se replacer en profondeur.

Pas tombé sur
balle courte
en coup droit:



Pas tombé sur
balle courte
en revers:

