



## **REGLES ABREGÉES**

**Voici une version abrégée pour les règles de squash pour permettre aux joueurs débutants et joueurs du club d'approfondir les connaissances de base de ce sport. Cependant, il est inévitable de connaître les règles complètes.**

### **🏸 Le jeu de squash**

**Le match se déroule au meilleur des 3 ou des 5 jeux. Chaque jeu compte 9 points. Le premier qui atteint 9 points a gagné sauf s'il y a égalité à 8 points, le relanceur choisit s'il veut 1 ou 2 points d'écart, aller jusqu'à 9 ou jusqu'à 10 points.**

### **🏸 Les points**

**Seul le serveur peut marquer des points. Quand le serveur gagne, il marque un point, quand c'est le relanceur qui gagne, il devient serveur.**

### **🏸 Le service**

**On fait pivoter la raquette pour déterminer qui servira le premier. Le joueur désigné continue à servir jusqu'à ce qu'il perde un échange. C'est alors l'adversaire qui prend le service et ainsi de suite, pendant tout le match. Au début de chaque jeu et chaque fois que le service change, le serveur peut commencer à servir de n'importe quel côté, mais il lui faut ensuite alterner à chaque fois, jusqu'à ce qu'il perde le service. Le service s'exécute de la manière suivante : la balle, avant d'être frappée, doit être lancée en l'air sans toucher les murs ou le plancher. Elle doit être servie sur le mur frontal de façon à ce qu'elle tombe, si elle n'est pas prise à la volée, sur le plancher dans le quart du court qui touche le mur arrière et qui est opposé à celui d'où est parti le service.**

#### **❖ Un service est mauvais si :**

- **Le serveur ne pose pas au moins un pied dans le carré de service dont il ne doit pas toucher une ligne (faute de pied).**
- **La balle arrive sur ou au-dessous de la ligne de service.**
- **La balle touche d'abord le plancher sur ou devant la ligne centrale.**
- **La balle touche d'abord le plancher en dehors du quart du court prévu pour un bon service.**
- **Si le serveur engage le service mais loupe la balle.**
- **Si la balle quitte le court.**

### **Le jeu**

Après un bon service, les joueurs renvoient alternativement la balle jusqu'à ce qu'il y ait un mauvais retour ou que la balle cesse d'être jouée selon les règles.

### **Un bon retour**

Un retour est bon si la balle, avant de rebondir deux fois sur le sol, est renvoyée par le joueur par le mur frontal au-dessus de la plaque de tôle sans avoir touché le plancher, le corps ou les vêtements du joueur, et pour autant qu'elle n'ait pas été frappée deux fois et qu'elle ne soit pas sortie du court.

### **Let**

Le let est un échange se terminant sans décision.. La balle est remise en jeu, le serveur engage à nouveau par le même carré de service.

### **Les échanges**

A joueur gagne l'échange si l'adversaire fait un mauvais engagement ou un mauvais retour de balle.

### **Toucher l'adversaire avec la balle**

Dans tous les cas, un joueur ne devrait jamais frapper la balle s'il y a danger de toucher l'adversaire avec la balle ou la raquette. Si la balle touche l'adversaire, ses vêtements ou sa raquette, avant d'atteindre le mur frontal, les possibilités suivantes se présentent.

**Si la balle prenait directement le chemin du mur frontal, sans d'abord toucher un autre mur, le joueur gagne l'échange. Mais si le joueur doit suivre la balle et tourner complètement sur lui-même avant de la frapper, il y a let.**

**Si la balle atteint le mur frontal après avoir ricoché sur un autre mur, il y a let.**

**Si la balle ne devait pas produire un bon retour, le joueur perd l'échange. De toute façon, la balle ne sera plus en jeu, même si elle atteint le mur frontal.**

### **Bonne visibilité et liberté d'action**

**Après avoir frappé la balle, le joueur doit s'écarter le plus possible du champ d'action de son adversaire, c'est-à-dire que :**

**Le joueur doit faire tout en son pouvoir pour accorder à son adversaire une bonne visibilité de la balle, de façon à ce que ce dernier puisse bien la viser et la frapper ;**

**Le joueur doit faire tout en son pouvoir pour ne pas gêner ou bousculer son adversaire lorsque celui-ci s'efforce d'attendre ou de frapper la balle ;**

**Le joueur doit faire tout en son pouvoir pour laisser à son adversaire dans la mesure où la position de ce dernier le permet, la liberté de frapper la balle en direction du mur frontal ou des murs latéraux près du mur frontal.**

**Si une telle interférence s'est produite et que selon l'arbitre le joueur n'a pas**

**fait tout en son pouvoir pour l'éviter, l'arbitre accorde l'échange à l'adversaire, soit par suite d'un appel, soit sans attendre d'appel.**

**Cependant, si une interférence s'est produite, mais que, selon l'arbitre, le joueur a fait tout ce qu'il pouvait pour l'éviter, l'arbitre accorde un let, soit à la suite d'un appel, soit sans attendre d'appel, sauf si l'adversaire est empêché d'effectuer un retour gagnant à cause d'une telle interférence ou distraction de la part du joueur ; l'arbitre accorde alors l'échange à l'adversaire.**

**Malgré tous les points énumérés ci-dessus, si un joueur est gêné de quelque façon que ce soit par son adversaire et selon l'arbitre, qu'il est ainsi empêché de réussir un coup gagnant, il gagne l'échange.**

#### **Le let, lorsqu'il est admis**

**Malgré tout ce qui est notifié dans ces règles et pour autant que le frappeur ait pu faire un bon retour, un let peut être accordé:**

- **Si la balle touche un objet qui se trouve sur le court.**
- **Si le joueur se retient de frapper la balle parce qu'il a peur de blesser son adversaire.**
- **Si le service a été engagé alors que l'adversaire n'était pas encore prêt.**
- **Si la balle éclate pendant le jeu.**

#### **Le jeu doit être continu**

**Après le premier service, on joue continuellement, tant que cela est possible, étant entendu qu'entre les jeux, un arrêt de 90 secondes peut être accordé.**

#### **Chauffer la balle**

**Sur le terrain d'un match, immédiatement avant le début de celui-ci, l'arbitre doit accorder à chacun des deux joueurs ou aux deux joueurs ensemble une période ne dépassant pas cinq minutes pour " chauffer la balle ". Les joueurs changent de côté à la mi-temps de cette période durant laquelle la balle est chauffée.**

**Dans le cas où une nouvelle balle aurait été substituée en pleine période de match, ou entre les matches ou lorsqu'un joueur change d'équipement, l'arbitre accordera que les joueurs chauffent la balle.**

#### **Blessures**

**Dans le cas où il devrait avoir blessure d'un joueur, les questions suivantes se posent :**

**Est-ce que le joueur s'est blessé par sa faute, si oui : le joueur a droit à trois minutes de récupération, autrement, le jeu est terminé. S'il nécessite plus de temps, soit on accepte le temps supplémentaire nécessaire, soit on termine la partie.**

**si la blessure a été infligé par l'adversaire, un temps raisonnable pour récupérer sera accordé (pas nécessairement le même jour, dépendant du tableau de la**

**compétition ) pour continuer le match.**

**Si la blessure a été infligée par l'adversaire de manière délibérée ou par son jeu dangereux, le joueur blessé gagne le match.**

**En toute situation, le blessé ne jouera pas tant qu'il n'a pas récupéré ou tant qu'il saigne.**

#### **Comportement sur le court**

**Il n'est en aucun cas acceptable qu'un joueur se comporte de manière offensante, comme :**

- **obscénités visuelles ou audibles.**
- **abuser de la balle ou de la raquette.**
- **donner des conseils aux joueurs durant le match.**
- **contacts physiques inutiles.**
- **mouvements de raquette exagérés.**
- **revenir sur le court avec retard et gaspillage de temps.**
- **jeu dangereux.**

