

NIVEAUX DE PADEL



1

DÉBUTANT

- Je commence à jouer.
- J'apprends les coups de base.

2

PERFECTIONNEMENT

- Je joue les coups de base.
- Je joue lentement avec échanges courts.
- Je commence à volleyer.

3

ÉLÉMENTAIRE

- Je joue en loisir.
- Je sais servir et je joue des matches avec échanges en essayant de garder la balle en jeu.

4

INTERMÉDIAIRE

- Je joue des matches avec de longs échanges et montées-descentes répétées au filet.
- Je monte au filet au service et après un lob.
- Je redescends en défense sur lob adverse pour renvoyer la balle.
- Je joue la balle après rebond sur la vitre.
- Je maîtrise le placement, notamment en fonction de mon partenaire, que je sois au filet ou en recul au fond de court.

Critères de compétition :

- Matches gagnés en P25 et P100 avec classement en fin de tableau de P100
- Moyenne de pts par tournoi joué : de 5 à 25 pts

5

CONFIRMÉ

- Je maîtrise mon jeu, avec service-volée, repli sur les lobs, remontée en contre-attaque, coups avec effets, retours de service en lob et dans les pieds, et placement en phase avec mon partenaire.
- Je monte toujours au filet après un lob.
- Je finis des points à la volée en smash.
- Je joue avec les vitres en défense, et je remets la balle en jeu sur les doubles vitres.

Critères de compétition :

- Top 1.500 françaises / Top 10.000 français
- P100 : classement milieu de tableau (50% victoires)
- P250 : classement fin de tableau

6

AVANCÉ

- Je maîtrise le jeu rapide et les effets, au service et dans le jeu.
- Je varie les zones et vitesses de mes volées. Je défends les doubles vitres avec maîtrise.
- Je maîtrise parfaitement le 360.
- Je contre-attaque les smashes de l'adversaire.

Critères de compétition :

- Top 900 françaises / Top 6.000 français
- P100 : tête de série, top 4 régulier
- P250 : classement milieu de tableau (50% victoires)
- P500 : matches gagnés, classement fin de tableau

7

EXPERT

- Je maîtrise les aspects du jeu et tactiques
- Je termine les points par des coups gagnants face à une défense solide (même niveau).
- Je ne fais pas de fautes directes.
- Je maîtrise parfaitement les doubles vitres et j'utilise les vitres en contre-attaque.

Critères de compétition :

- Top 450 françaises / Top 3.000 français
- P250 : 1ère partie de tableau
- P500 : fin ou milieu de tableau



8

ÉLITE

- Joueuse experte : Top 150 français
- Joueur expert : Top 1.000 français

Critères de compétition :

- Joueuses et joueurs de P1000, P1500 et P2000