

Réception en touche













Interception de la trajectoire

- 1. Le réceptionneur se place en **position de départ**, poids reposant sur la plante des pieds, prêt à se déplacer, et regarde les épaules du serveur pour anticiper la trajectoire de son service.
- 2. Il identifie rapidement la direction et la trajectoire du ballon et amorce son déplacement vers le point de contact anticipé.
- 3. Au moment où il se retrouve au point de contact du ballon et ses appuis se stabilisent, il lève les mains simultanément au-dessus et devant la tête. À ce moment, il a les genoux fléchis et le poids du corps vers l'avant et est stable. Il regarde le ballon, et ses épaules sont perpendiculaires à la trajectoire du ballon.

Posture d'interception

- 4. Les mains sont grandes ouvertes et plus rapprochées qu'à la passe d'attaque. Les poignets doivent être rigides pour contrer la vélocité du service, et les coudes sont fléchis pour aider la propulsion du ballon.
- 5. Les épaules et la tête pivotent légèrement en direction de la cible. Les coudes font une extension alors que les jambes accompagnent et stabilisent la poussée du corps pour produire la trajectoire recherchée. Les poignets demeurent rigides pour éviter que le ballon glisse à l'intérieur des mains.



Production de la trajectoire

- 6. Les mains accompagnent le ballon vers la cible. Le réceptionneur organise ses appuis pour se préparer à jouer au soutien ou à faire sa transition d'attaque.
- N.B. Dans le livre de règlement de Volleyball Canada, pour les catégories 16 et moins et celles plus jeunes, la réception de service en touche est interdite, et ce, peu importe la qualité de celle-ci.

Source: Volleyball Canada