

Protocole de test des raquettes

Comparer 2 à 4 modèles avec la même méthode pour laisser le terrain départager les bonnes options.

PRINCIPE

Essayez assez longtemps, alternez l'ordre des cadres et documentez le cordage. Une raquette peut briller sur un coup et vous pénaliser dès que vous êtes en retard ou fatigué.

1 Avant de commencer

- ☐ Je garde ma raquette actuelle comme point de comparaison.
- ☐ Je note le type de cordage, la jauge, la tension connue/estimée et son état.
- ☐ Je teste si possible sur le même court, avec les mêmes balles et des durées comparables.
- ☐ Je ne commence pas toujours par la même raquette : j'alterne l'ordre d'essai.
- ☐ Je prévois au moins une vraie séance ; idéalement 2 ou 3 si le prêt le permet.

2 Séquence de test recommandée

#	Exercice	Protocole	Ce que ça révèle
1	Rallye neutre croisé	10-15 balles coup droit puis revers à 70-80 %	Profondeur facile, centrage, trajectoire.
2	Même cible en profondeur	10 balles vers une zone profonde	Dispersion et contrôle de longueur.
3	Accélération sur balle courte	Alterner balle neutre puis balle courte à finir	Prévisibilité quand vous accélérez.
4	Défense en retard	Jouer large/profond en course	Tolérance, stabilité, capacité à remettre profond.
5	Balle haute / lift adverse	Recevoir quelques balles hautes et lourdes	Stabilité et vitesse de préparation.
6	Service	1res balles 3 zones puis 15-20 deuxièmes	Vitesse de tête, placement, répétabilité.
7	Retour	10 retours bloqués + 10 plus agressifs	Préparation courte + stabilité.
8	Volée / toucher	Volées réflexes, slices, quelques amorties	Maniabilité, toucher, contrôle.
9	Points sous pression	Jeu ou tie-break avec rotation des cadres	Confiance et comportement réel.
10	Retest sous fatigue	Après 45-60 min : rallye + service + défense	Exigence réelle de masse / inertie.

Noter avant d'oublier

Utilisez une note de 1 à 5 après chaque séquence. Ne cherchez pas un total parfait : cherchez le meilleur compromis pour votre jeu.

3

Conditions de la séance

Date

Surface

Balles

Durée

Partenaire / niveau / contexte :

4

Configuration des raquettes

RAQUETTE A

Modèle

Cordage

Jauge

Tension / état

RAQUETTE B

Modèle

Cordage

Jauge

Tension / état

RAQUETTE C

Modèle

Cordage

Jauge

Tension / état

RAQUETTE D

Modèle

Cordage

Jauge

Tension / état

5

Grille de notation - 1 faible / 5 excellent pour vous

Critère	Repère	A	B	C	D
Profondeur facile	Puis-je jouer long sans surjouer ?	1-5	1-5	1-5	1-5
Contrôle longueur	La balle reste-t-elle prévisible quand j'accélère ?	1-5	1-5	1-5	1-5
Centrage / tolérance	Que se passe-t-il sur une frappe imparfaite ?	1-5	1-5	1-5	1-5
Stabilité	Le cadre recule-t-il ou tourne-t-il sur impact lourd ?	1-5	1-5	1-5	1-5
Maniabilité	Puis-je le placer vite au retour / en retard ?	1-5	1-5	1-5	1-5
Service 1re	Vitesse de tête, placement, répétabilité.	1-5	1-5	1-5	1-5
Service 2e	Sécurité, rotation, confiance.	1-5	1-5	1-5	1-5
Retour	Préparation courte + stabilité.	1-5	1-5	1-5	1-5
Volée / toucher	Placement rapide, contrôle, sensations.	1-5	1-5	1-5	1-5
Défense	Puis-je remettre profond en course ?	1-5	1-5	1-5	1-5
Confort / fatigue	Que devient mon geste en fin de séance ?	1-5	1-5	1-5	1-5
Confiance	Est-ce que je joue mon tennis ou pense à la raquette ?	1-5	1-5	1-5	1-5

6

Décision

Les 3 forces du cadre retenu :

Ses 2 limites acceptables :

Décision / prochain test :