



Caractéristiques importantes des performances à Wimbledon : implications pour les entraîneurs

Anna Fitzpatrick

Université de Loughborough, Royaume-Uni.

Mots-clés : performance réussie ; Tennis d'élite ; Wimbledon ; Analyse de la performance.

Reçu : 10 Août 2023. **Accepté :** 26 Novembre 2023

Correspondance : Anna Fitzpatrick. Email: a.fitzpatrick@lboro.ac.uk

INTRODUCTION

Ma recherche a cherché à remédier au manque d'enquêtes sur l'analyse de la performance dans le tennis d'élite sur gazon. En plus d'introduire et de valider une nouvelle méthode d'analyse des données conviviale pour les entraîneurs, conçue pour les encourager à adopter l'analyse de la performance (Fitzpatrick et al., 2018), notre recherche a fait progresser les connaissances sur les aspects importants des matchs de tennis d'élite sur gazon et a fourni un nouvel aperçu de la façon dont les matchs sont remportés à Wimbledon. Cet article fondé sur des données probantes résume les principaux résultats et, surtout, examine les applications pratiques du point de vue de l'entraînement.

RÉSULTATS CLÉS

L'analyse longitudinale des matchs masculins et féminins à Wimbledon a montré que, bien que les caractéristiques du match-play aient évolué entre 1992 et 2017, les points courts (points de 0 à 4 coups) sont restés l'aspect le plus important tout au long de la compétition. En nous appuyant sur les connaissances des entraîneurs en matière de sport, nous avons ensuite défini des matchs de tennis "très disputés" et "unilatéraux", l'analyse révélant que les points courts restent très importants dans les matchs très disputés et unilatéraux (Fitzpatrick, 2021). Avec seulement trois semaines séparant Roland Garros et Wimbledon, une comparaison des deux tournois du Grand Chelem a fourni un contexte important pour informer les stratégies d'entraînement des joueurs pendant la transition cruciale, mais pressée par le temps, entre la terre battue et le gazon (Fitzpatrick et al., 2019). Il est intéressant de noter que, malgré la nature plus lente de la terre battue, les points courts l'ont à nouveau emporté, en tant qu'aspect le plus important du match-play, sur les deux surfaces, les joueurs qui gagnaient plus de points courts que leur adversaire remportant le match dans 85 à 92 % des cas (Fitzpatrick et al., 2019 ; voir tableau 1). Il convient de noter qu'une valeur PWOL plus élevée indique une association positive plus forte avec le résultat du match (c'est-à-dire avec le fait de gagner le match).

Les chercheurs et les entraîneurs ont toujours reconnu que le service était le coup le plus important au tennis, certains soulignant également la nature vitale du retour (Ruder, 2019). Les stratégies de "service plus un" (où un joueur exécute un service et cherche ensuite à renvoyer la balle avec son coup

suivant) sont également considérées comme des éléments cruciaux de l'arsenal d'un joueur (O'Shannessy, 2019a), et occupent donc une place importante dans les séances d'entraînement. Ces observations des praticiens, ainsi que l'importance évidente des points courts, nous ont amenés à étudier plus en profondeur les points d'une longueur de 0 à 4 coups de l'échange. Notre analyse a réaffirmé l'importance de stratégies de service et de retour efficaces pour gagner des matchs à Wimbledon, mais a également indiqué que les stratégies de service plus un (c.-à-d. les points de 3 coups) ne différencient pas les joueurs gagnants des perdants (Fitzpatrick et al., 2021 ; voir tableau 2), ce qui pourrait jeter un doute sur la priorité qui leur est actuellement accordée dans le cadre de l'entraînement. Il convient de noter qu'une valeur PWOL proche de 50 % n'indique aucune association avec le résultat du match.

L'analyse tactique des données de suivi de balle Hawk-Eye a permis de comprendre les stratégies de service et de retour les plus courantes et les plus efficaces pour les hommes et les femmes à Wimbledon (Fitzpatrick, 2021). Sans surprise, les services et les retours qui atterrissent dans les zones latérales du court (c'est-à-dire plus près des lignes de touche) sont plus efficaces que ceux qui atterrissent plus au centre, et les joueurs gagnants exécutent les services et les retours avec plus de précision dans les zones latérales que les joueurs perdants.

IMPLICATIONS POUR LES ENTRAÎNEURS

Les résultats ont révélé que les points de 0 à 4 coups (c'est-à-dire les points courts) étaient la caractéristique de performance la plus importante pour gagner des matchs à Wimbledon, indépendamment du sexe (homme/femme), de l'époque (de 1992 à 2017) et de la proximité du match (très disputé/unidirectionnel) (Fitzpatrick, 2021). Les entraîneurs devraient être conscients de la prévalence et de l'importance des points courts, et concevoir l'entraînement des joueurs en conséquence. Guidés par le cadre de conception de l'apprentissage représentatif de Pinder et al. (2011), les entraîneurs devraient s'assurer que les échanges courts et les stratégies de fin de point sont des aspects fondamentaux des séances d'entraînement des joueurs sur gazon. Cependant, Craig O'Shannessy, analyste en stratégie de tennis, a suggéré que les joueurs d'élite passent environ 90 % de leur temps d'entraînement à s'engager dans de longs échanges en fond

Tableau 1. Valeurs PWOL des hommes et des femmes (c'est-à-dire importance en termes de gain de matches) pour les caractéristiques de performance les plus importantes à Roland Garros et à Wimbledon (d'après Fitzpatrick et al., 2019).

| Caractéristiques de performance | Roland Garros | | Wimbledon | | Moyenne PWOL |
|--------------------------------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| | Hommes PWOL | Femmes PWOL | Hommes PWOL | Femmes PWOL | |
| Points gagnés de 0 à 4 rallyes | 89% | 85% | 92% | 87% | 88% |
| Premiers points de service gagnés | 85% | 83% | 85% | 84% | 84% |
| Points de référence gagnés | 82% | 84% | 79% | 90% | 84% |
| Deuxième point de service gagné | 77% | 76% | 73% | 79% | 76% |
| Points gagnés de 5 à 8 rallyes | 65% | 68% | 69% | 72% | 69% |
| Points remportés lors d'un +9 rallye | 66% | 56% | 61% | 58% | 60% |

Tableau 2. Nombre moyen (± sd) de points gagnés pour chaque longueur d'échange par les joueurs gagnants et perdants des deux sexes à Wimbledon, et les PWOL correspondants (c'est-à-dire l'importance en termes de gain de matches) (d'après Fitzpatrick et al., 2021).

| Longueur du rallye | Les hommes | | | Les femmes | | |
|---------------------|------------------|--------------------|------|------------------|--------------------|------|
| | Joueurs gagnants | Perdre des joueurs | PWOL | Joueurs gagnants | Perdre des joueurs | PWOL |
| 0 tirs | 4.2 ± 2.7 | 3.2 ± 2.4 | 56% | 3.5 ± 2.2 | 2.7 ± 2.3 | 55% |
| 1 tirs | 41.3 ± 15.5 | 35.0 ± 16.2 | 71% | 18.9 ± 7.0 | 15.4 ± 7.5 | 71% |
| 2 tirs | 15.1 ± 5.9 | 10.4 ± 5.3 | 77% | 11.0 ± 4.3 | 8.1 ± 4.4 | 71% |
| 3 tirs | 18.3 ± 7.2 | 18.0 ± 7.7 | 48% | 11.0 ± 4.3 | 9.9 ± 4.8 | 54% |
| 4 tirs | 10.6 ± 3.7 | 7.1 ± 3.7 | 72% | 7.8 ± 3.5 | 5.9 ± 3.2 | 66% |
| 0-4 tirs (combinés) | 89.5 ± 25.7 | 73.7 ± 28.6 | 92% | 52.3 ± 14.3 | 41.8 ± 16.7 | 87% |

de court (O'Shannessy, 2019b). Ce type d'entraînement développe le rythme et la cohérence, et ne devrait donc pas être abandonné, mais l'importance de fournir un environnement d'entraînement représentatif du contexte de performance ne doit pas être négligée. Nos résultats suggèrent donc que le temps consacré à l'entraînement des longs rallyes de fond de court devrait être reconsidéré et potentiellement réduit, en raison de la forte prévalence et de l'importance inconditionnelle des points courts (Fitzpatrick et al., 2021). Le cas échéant, les entraîneurs peuvent être guidés sur la manière de concevoir des rallyes de base plus représentatifs, afin de garantir des niveaux élevés de spécificité dans l'entraînement des joueurs ; des stratégies à cet effet sont présentées ci-dessous.

Nos résultats ont systématiquement mis en évidence le rôle crucial des stratégies de service et de retour à Wimbledon. Selon O'Shannessy (2020), le service et en particulier le retour sont des compétences radicalement sous-entraînées par rapport à leur prévalence dans les matchs d'élite. Bien que cela n'ait pas encore été étudié empiriquement dans le tennis professionnel, Krause et al. (2019) ont analysé les séances d'entraînement des joueurs juniors et ont démontré que les services et les retours ne représentaient que 10 % et 3 % du temps total d'entraînement, respectivement. Nos résultats démontrant que les stratégies de service et de retour ont une grande influence sur l'issue des matchs (Fitzpatrick, 2021), les services et les retours devraient sans aucun doute être prioritaires lors de l'entraînement sur gazon. Les résultats ont montré que, pour les joueurs masculins, les retours peuvent en fait être plus importants que les services (Fitzpatrick et al., 2021), il est donc particulièrement important pour les entraîneurs masculins de s'assurer que les retours bénéficient d'un temps d'entraînement suffisant. En outre, les joueurs ont tendance à s'entraîner au service en frappant plusieurs fois des balles à partir d'un panier, souvent en engageant une

conversation simultanément (Meffert et al., 2018) et sans la présence d'un joueur qui renvoie (Krause et al., 2019) ; il est important de tenir compte de la représentativité limitée de ces modèles d'entraînement. Pour représenter plus fidèlement le contexte de performance, les services et les retours ne devraient pas être pratiqués de manière isolée, mais plutôt comme ils se produisent pendant le match - dans le cadre d'une série de coups, en commençant par un premier ou un deuxième service (Krause et al., 2019). Par conséquent, les pratiques de service dans lesquelles les joueurs sont dissuadés de parler, un "adversaire" de retour est actif et le joueur au service est tenu d'effectuer le coup suivant si le retour est réussi, sont conseillées.

Les stratégies de service plus un (c'est-à-dire les échanges en 3 coups) n'ont pas permis de différencier les joueurs gagnants des perdants, ce qui remet en question les affirmations précédentes selon lesquelles ces stratégies sont cruciales dans le tennis d'élite. Cependant, ce résultat doit être replacé dans son contexte : les 3 coups sont la deuxième longueur d'échange la plus fréquente, et modifier le temps d'entraînement accordé aux stratégies de service plus un pourrait conduire les joueurs à devenir moins compétents dans leur exécution. Il ne serait donc pas judicieux de suggérer que les stratégies de service plus un ne devraient pas être pratiquées, mais les entraîneurs pourraient veiller à la spécificité, en accordant du temps aux stratégies spécifiques que leur joueur exécute avec plus ou moins de succès au cours des matchs.

Les services et les retours atterrissant près des bords latéraux du court ont eu plus de succès que ceux atterrissant dans les zones centrales (Fitzpatrick et al., 2021). L'importance des points courts, l'importance des stratégies de service et de retour, et la réussite des services et des retours dans les zones latérales (par rapport aux zones centrales) indiquent collectivement que le succès est généralement atteint à

Wimbledon en exécutant des stratégies d'attaque qui mettent l'adversaire sous pression dès le début du point. Conformément à ces conclusions, les entraîneurs devraient concevoir des pratiques qui suscitent des comportements proactifs et favorisent les stratégies d'attaque, telles que le jeu sur le pied avant, l'entrée sur la ligne de fond, la prise de balle précoce (c.-à-d. à la montée) et la mise sous pression de l'adversaire en termes de position et/ou de temps.

Le modèle de Newell axé sur les contraintes est une approche pédagogique efficace pour promouvoir les comportements émergents souhaitables (Renshaw & Chow, 2019), et peut donc étayer le développement de tels modèles de pratique par les entraîneurs. Nous présentons ci-dessous quatre conceptions de tâches que les entraîneurs pourraient explorer, dans lesquelles les contraintes sont manipulées pour encourager des comportements fonctionnels. Ces suggestions sont éclairées par les résultats de notre recherche et dérivées de la littérature sur l'entraînement au tennis.

1. Rallyes limités dans le temps

Les joueurs participent à un échange pendant 60 secondes, avec pour objectif de frapper le plus grand nombre de coups possible (idéalement au cours d'un seul échange). En explorant les adaptations comportementales nécessaires pour atteindre l'objectif, les joueurs apprennent à réduire le temps entre les coups, et donc à frapper plus de coups dans le temps imparti, en prenant la balle tôt et en exécutant une trajectoire d'attaque. Les tâches limitées dans le temps peuvent également améliorer la capacité des joueurs à jouer à un rythme élevé tout en conservant une certaine régularité, une compétence essentielle au tennis (Antoun, 2007). Compte tenu du fait que les points courts sont étroitement associés à la réussite, cette tâche encouragera les joueurs à mettre leur adversaire sous pression au début du point. Avec le temps, cette tâche pourrait également évoluer pour devenir basée sur la direction (c'est-à-dire sur le court ou sur la ligne), afin d'être plus représentative des scénarios de match.

2. Espace de jeu adapté

Utilisez du ruban adhésif ou des marqueurs pour créer une ligne à 10 cm derrière la ligne de fond du serveur, délimitant l'espace de jeu effectif dans lequel les joueurs doivent rester. Dans le cadre de cette adaptation, les balles entrantes qui atterrissent près de la ligne de fond doivent être frappées en montée pour satisfaire aux exigences de la tâche. Avec le temps, les joueurs apprennent que cela impose une pression temporelle à l'adversaire. Pendant les activités basées sur les points, cette manipulation garantit que les joueurs ne reculent pas après avoir servi, ce qui favorise la prise en compte active d'une stratégie de service appropriée, ce qui constitue un avantage supplémentaire. Cette tâche s'appuie sur l'importance des stratégies de service et sur la constatation que les joueurs gagnants frappent une plus grande proportion de leurs services dans les zones latérales du carré de service que les joueurs perdants. Une adaptation similaire pourrait être appliquée au joueur qui retourne le ballon, afin de l'encourager à se concentrer davantage sur les stratégies de retour.

3. Deux pas en avant

Pendant les tâches axées sur le retour, demandez aux joueurs de faire deux pas en avant après chaque coup. Cela favorise

la frappe sur le pied avant et le déplacement dans la balle, et encourage une mentalité d'attaquant, car il est difficile de jouer de manière défensive en se déplaçant vers l'avant. Compte tenu de l'importance des stratégies de retour (en particulier pour les hommes), cela encouragera les joueurs à attaquer le retour, afin d'essayer d'empêcher le serveur de dominer le début du point. Cette manipulation peut également être utilisée pendant les échanges en fond de court pour améliorer les capacités de déplacement vers l'avant et vers l'arrière des joueurs, qui sont généralement plus faibles que leurs capacités de déplacement latéral.

4. Points bonus pour la création de perturbations

Les entraîneurs peuvent accorder un point de bonus si les joueurs manquent leur coup par une petite marge tout en essayant de créer une perturbation (c'est-à-dire en appliquant une pression temporelle ou positionnelle) au début du point, afin de promouvoir une intention positive. Par exemple, si un joueur sert large vers le court avantageux, puis entre dans le court et tente mais rate (en coupant la bande) un revers agressif vers le bas de la ligne sur son coup suivant, il pourrait se voir attribuer un point de bonus pour son intention contrôlée et positive. S'inspirant de l'importance des points courts, cette tâche favorise une approche offensive (plutôt que passive ou défensive) des premiers coups de chaque point, en annulant la pression psychologique associée à la commission d'une erreur. Les points de bonus et/ou de pénalité peuvent être appliqués à de nombreuses activités, afin de promouvoir des comportements souhaitables ou de dissuader des comportements moins souhaitables.

Des instructions et des commentaires verbaux pertinents (c'est-à-dire des déclarations claires et simples) peuvent être fournis par les entraîneurs pour compléter ces manipulations (Reilly & Williams, 2003). Parmi les exemples qui reflètent nos résultats, citons "frappez à travers la balle", "prenez leur temps" ou "frappez en premier" pour encourager le jeu proactif (Ruder, 2019). Dans la mesure du possible, les environnements d'entraînement devraient également susciter les cognitions et les émotions associées à la compétition, afin de mieux soutenir l'émergence de comportements fonctionnels et de présenter une fidélité au contexte de performance (McCosker et al., 2019). Les entraîneurs peuvent chercher à recréer l'environnement de haute pression de la compétition en utilisant des forfaits et des récompenses (Stoker, 2017), ou en mettant en œuvre des restrictions de temps et/ou des manipulations de notation situationnelle (par exemple, le joueur doit commencer chaque match avec un retard de 0 à 30). Le tennis étant un sport individuel, le fait de mettre les joueurs en équipe, où la performance de chacun affecte le succès de l'ensemble de l'équipe, peut également contribuer à simuler la pression.

Pour une mise en œuvre réussie des plans d'entraînement, les joueurs doivent en comprendre l'objectif, la pertinence et le contexte, afin de s'assurer qu'ils adoptent un état d'esprit approprié (Ruder, 2019). Sur la base de nos résultats, les joueurs devraient aborder l'entraînement en étant prêts à rechercher activement et à créer des opportunités pour gagner le point, plutôt que d'attendre passivement que des opportunités se présentent ou que leur adversaire commette une erreur. Pour faciliter cette mentalité, les entraîneurs pourraient demander aux joueurs de verbaliser leur intention tactique à chaque coup, en disant par exemple "défendre", "neutre" ou "attaquer". Il a été démontré que l'auto-évaluation, une compétence importante pour les athlètes, améliore la concentration et en particulier les domaines que les joueurs contrôlent, comme le service (Taylor & Wilson, 2005). L'auto-évaluation de l'efficacité des

services et des retours pendant l'entraînement, en les notant sur dix, en fonction de la difficulté perçue par le joueur pour récupérer chaque coup, pourrait encourager l'exploration de différentes manières d'exécuter les services et les retours afin d'augmenter la probabilité de créer une perturbation (c'est-à-dire de mettre l'adversaire sous pression).

L'application de l'entraînement décrite dans cet article n'est pas unique et doit être individualisée. Compte tenu de l'éventail des styles de jeu au tennis et des personnalités individuelles des joueurs, les entraîneurs ont la responsabilité inhérente de connaître suffisamment bien le jeu et le caractère de leur propre joueur pour déterminer comment et dans quelle mesure ils doivent mettre en œuvre ces recommandations (Reilly & Williams, 2003). De cette manière, les stratégies tactiques d'un joueur individuel devraient maximiser ses points forts, tout en limitant les possibilités pour les adversaires d'exploiter ses faiblesses. (Antoun, 2007). La manière dont les entraîneurs communiquent le contexte des résultats et les adaptations associées est également importante (Jones et al., 2004). Par exemple, avec un joueur masculin dont l'arme est son service puissant, un entraîneur pourrait souligner les points forts de ce style de jeu sur les courts en gazon, en se basant sur l'importance critique du service et l'importance de la vitesse du premier service et des aces découverts dans notre recherche, pour instiller de la confiance et de l'assurance (Wilkins & McBrien, 2018). Cependant, pour un joueur dont les points forts sont le mouvement et la régularité des coups, l'entraîneur exprimant que son style de jeu n'est pas idéal pour les courts en gazon (car les longs points ne sont pas importants pour gagner des matchs à Wimbledon) a peu de chances d'être bénéfique. Il est donc évident que les entraîneurs doivent tenir compte des styles de jeu et des personnalités des joueurs avant de décider de la meilleure façon de concevoir les séances et de leur expliquer les adaptations.

RÉSUMÉ

Sur la base des résultats de nos recherches, les entraîneurs devraient concevoir des entraînements sur gazon qui suscitent des comportements proactifs et favorisent les stratégies d'attaque (par exemple, jouer sur le front de l'attaque, prendre le ballon tôt et mettre l'adversaire sous pression en termes de position et/ou de temps).

Pour refléter le jeu en match, les entraîneurs doivent développer des entraînements représentatifs et spécifiques basés sur le service, le retour et le service plus un, et prendre en compte le temps que les joueurs passent à s'engager dans de longs rallies en fond de court.

Les quatre conceptions de tâches basées sur les contraintes présentées ici montrent comment les entraîneurs peuvent appliquer les résultats actuels, complétés par une instruction et un retour d'information appropriés, afin de garantir une pratique représentative.

Les entraîneurs doivent adapter la mise en œuvre de ces tâches en fonction du style de jeu et du caractère de chaque joueur.

CONFLIT D'INTÉRÊTS ET FINANCEMENT

L'auteur déclare qu'elle n'a aucun conflit d'intérêt et qu'elle n'a reçu aucun financement pour mener cette recherche.

RÉFÉRENCES

- Antoun, R. (2007). Women's tennis tactics. *Human Kinetics*.
- Fitzpatrick, A., Stone, J. A., Choppin, S., & Kelleet, J. (2018). A simple new method for identifying performance characteristics associated with success in elite tennis. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 14(1), 43-50.
- Fitzpatrick, A., Stone, J. A., Choppin, S., & Kelleet, J. (2019). Important performance characteristics in elite clay and grass court tennis match-play. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 19(6), 942-952.
- Fitzpatrick, A., Stone, J. A., Choppin, S., & Kelleet, J. (2021). Investigating the most important aspect of elite grass court tennis: Short points. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 16(5). <https://doi.org/10.1177/1747954121999593>
- Fitzpatrick, A., Stone, J. A., Choppin, S., & Kelleet, J. (2024). How are elite tennis matches won at Wimbledon? A comparison of close and one-sided contests. *European Journal of Sport Science*. <https://doi.org/10.1002/ejsc.12063>
- Fitzpatrick, A., Stone, J. A., Choppin, S., & Kelleet, J. (2023). Analysing Hawk-Eye ball-tracking data to explore successful serving and returning strategies at Wimbledon. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. <https://doi.org/10.1080/24748668.2023.2291238>
- Jones, R. L., Armour, K. M., & Potrac, P. (2004). *Sports coaching cultures: from practice to theory*. Routledge.
- Krause, L., Buszard, T., Reid, M., Pinder, R., & Farrow, D. (2019). Assessment of elite junior tennis serve and return practice: a cross-sectional observation. *Journal of Sports Sciences*, 37(24), 2818-2825.
- McCosker, C., Renshaw, I., Russell, S., Polman, R., & Davids, K. (2019). The role of elite coaches' expertise in identifying key constraints on long jump performance: how practice task designs can enhance athlete self-regulation in competition. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1687582>
- Meffert, D., O'Shannesset, C., Born, P., Grambow, R., & Vogt, T. (2018). Tennis serve performances at break points: approaching practice patterns for coaching. *European Journal of Sport Science*, 18(8), 1151-1157.
- O'Shannesset, C. (2019a). 25 Golden Rules of Singles Strategy. Retrieved 10 April 2023, from <https://www.braingametennis.com/25-golden-rules-of-singles-strategy/3-serve-1/>
- O'Shannesset, C. (2019b). Coaching analysis from the experts: first four shots are the key. Retrieved 2 April 2023, from <https://tennishead.net/coaching-analysis-from-the-experts-first-four-shots-are-the-key/>
- O'Shannesset, C. (2020). Bringing the analytics revolution to tennis. Retrieved 3 July 2023, from <https://www.tennis.com/pro-game/2020/01/craig-osshannesset-change-how-tennis-played-data-analytics-djokovic-riske/86425>
- Pinder, R. A., Davids, K., Renshaw, I., & Araujo, D. (2011). Representative learning design and functional use of research and practice in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33, 146-155.
- Reillet, T., & Williams, M. (2003). *Science and Soccer*. Routledge.
- Renshaw, I., & Chow, J.-E. (2019). A constraint-led approach to sport and physical education pedagogy. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(2), 103-116.
- Ruder, J. (2019). *Winning tennis with the tactical point control system: How to win tennis points against an opponent*. iUniverse.
- Stoker, M. (2017). *Creating pressure environments in elite sport* (Doctoral dissertation). Retrieved from https://shura.shu.ac.uk/16987/1/MStoker_2017_PhD_Creatingpressurisedtraining.pdf
- Taylor, J., & Wilson, G. S. (2005). *Applying sport psychology: Four perspectives*. Human Kinetics.
- Wilkins, G., & McBrien, C. (2018). *Groundwork: The essential football reference for coaches* (2nd ed.). IntegralDMS.

COPYRIGHT © 2024 Anna Fitzpatrick



Ce texte est protégé par une licence Creative Commons BY 4.0 licence

Vous êtes autorisé à partager, copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats et adapter le document, remixer, transformer et créer à partir du matériel pour toute utilisation y compris commerciale, tant qu'il remplit la condition de :

Attribution : Vous devez correctement créditer l'œuvre originale, fournir un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été apportées. Vous pouvez le faire de toute manière raisonnable, mais pas d'une manière qui suggère que vous avez l'approbation du concédant de licence ou que vous la recevez pour votre utilisation du travail.

[CC BY 4.0 license terms summary](#). [CC BY 4.0 license terms](#).

[SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF ACADEMY \(CLIQUEZ\)](#)

