

1 · DÉBUTANT

J'apprends les coups de base

Je fais mes 1^{er} échanges

Je dispute mes 1^{er} points sur terrain adapté avec une balle rouge, orange ou verte...

2 · DÉBUTANT +

Je progresse et réussis mieux sur format vert (24m, balle verte)

Je mets la balle en jeu et joue lentement pour la contrôler

Je connais les règles principales

3 · ÉLÉMENTAIRE

Je joue sur format jaune traditionnel

Je suis capable d'accélérer avec mon coup fort de fond de court

Je participe à mes premières compétitions avec la balle jaune en match libre, par équipe ou TMC (simple ou double)

4 · INTERMÉDIAIRE

J'utilise les effets en fond de court et au service

Si je préfère défendre, je sais tenir l'échange dans la durée

Si je préfère attaquer sur balles courtes et lentes, j'accélère ou je place dans des zones précises

Je participe à des épreuves individuelles ou par équipes avec mon club

5 · CONFIRMÉ

Je maîtrise mon jeu à vitesse moyenne lente

À vitesse moyenne lente, j'ai au moins une solution par situation de jeu

Je participe à des épreuves individuelles ou par équipes avec mon club (en simple et double)

Je gagne des matchs face à des joueurs de début de 3^e série (30, 15/5)

6 · AVANCÉ

Je maîtrise mon jeu à vitesse moyenne

Je choisis les zones, les trajectoires, les rythmes et les effets en fonction de mon intention de jeu

Je participe à des épreuves individuelles ou par équipes avec mon club (en simple et double)

Je gagne des matchs face à des joueurs de milieu de 3^e série (15/4, 15/3)

7 · AVANCÉ +

Je maîtrise mon jeu à vitesse moyenne plus

Je participe à des épreuves individuelles ou par équipes avec mon club (en simple et double)

Je gagne des matchs face à des joueurs de fin de 3^e série (15/2, 15/1)

8 · EXPERT

Je maîtrise mon jeu à vitesse rapide avec intensité physique

Je participe à des épreuves de niveau régional, voire national

Je gagne des matchs face à des joueurs de 2^e série positive (15 à 1/6)

9 · EXPERT +

Je maîtrise mon jeu à haute vitesse et haute intensité dans la durée

Je participe à des épreuves de niveau régional, national et international

Je gagne des matchs face à des joueurs de 2^e série négative (0 à -15)

10 · ÉLITE

Je maîtrise mon jeu à très haute vitesse et très haute intensité dans la durée

Je participe principalement à des épreuves internationales

Je gagne des matchs face à des joueurs des circuits professionnels ITF, ATP, WTA