



<http://ffroliball.fr>

Le Roliball¹ a été créé en Chine en 1991 par le Pr. BAI Rong (Université de Jinzhong), ancien volleyeur, spécialisé dans la rééducation du geste sportif après trauma.

Durant sa première décennie, le Roliball a été enraciné dans les principes du Taijiquan, avec la collaboration du Pr. LIU Jiaji (Université des Sports de Beijing) : l'alternance du Yin et du Yang (le vide et le plein, le fort et le souple, l'absorption et la poussée, etc.), ainsi que des mouvements circulaires et spiralés, permettent ainsi de jouer avec balles et raquettes selon des trajectoires fluides, sans frapper la balle, sans choc ni explosion d'énergie et donc sans agressivité, ni pour le corps des pratiquants ni dans la relation entre pratiquants – le plaisir ludique des jeux de raquettes, sans risque de tendinite !

Le Roliball est une discipline artistique et sportive, élégante et innovante, qui favorise une mixité multiple : des genres, des âges, des tailles et même des objectifs de pratique. A niveau technique équivalent, tout le monde peut jouer ensemble, y compris en compétition officielle. Tous les publics sont ainsi couverts, du sport-santé au haut-niveau compétitif, en passant par la pratique récréative familiale ou l'activité physique alliant douceur et tonicité.

Reconnu comme sport national en Chine vers l'an 2000, cette discipline est arrivée en Europe (de l'est surtout) vers 2005. Les premiers clubs français ont ouvert à partir de 2010. Le Roliball a été reconnu officiellement par la Fédération des Arts Energétiques et Martiaux Chinois (FAEMC – agréée par le Ministère des Sports et membre du CNOSF) au titre des “pratiques associées” en mai 2019, devenue délégataire en 2022. La Fédération Roliball France (FRF) a été créée le 16 février 2020, afin de pouvoir développer la discipline en toute indépendance.

Ces “Raquettes Chinoises” bénéficient d'un développement technologique continu et se présentent aujourd'hui sous diverses formes :

- 太极拍 – Tàijí Pāi – Taiji Racquet d'origine, similaire au Padel mais avec une membrane dont la souplesse varie selon 4 degrés “Souple”, “Intermédiaire”, “Tendue” et “Rigide” ;
- 功夫拍 – Gōngfū Pāi – Gongfu Racquet ou “Bailo” miniature et totalement rigide, que l'on peut emporter partout facilement et qui permet de perfectionner la motricité fine ;
- 柔韵球 – RóuYùnQiú – “Rhythm’ball”, de taille intermédiaire, sans membrane et avec une balle plus grande, qui convient particulièrement aux enfants ou au sport-adapté.

Les raquettes sont toujours associées à une balle lestée et parfois munie de rubans : celle-ci adhère à la raquette par la force centrifuge générée lors des mouvements circulaires (phase active) puis est relâchée de la raquette dans la continuité de sa trajectoire (phase passive).

Le Roliball peut s'inscrire en complément d'une autre pratique (e.g. application non-violente des principes martiaux, matérialisation des principes énergétiques, nouvel engin pour le Wushu), aussi bien qu'en discipline autonome (règles spécifiques et pédagogie indépendante).

1 柔力球 – RóuLiQiú en pinyin, qui signifie “la balle avec une énergie souple” ou encore “la balle avec une force douce”, qu'on pourrait traduire par « soft power ball » en anglais, en rapport direct avec le « soft power » du nouveau modèle de développement chinois.

Fédération Roliball France (FRF)

ape 9312Z • siret 884.854.251.00012 • rna W751256869

27 rue Claude Decaen F-75012 Paris • +33(0)6.09.65.09.65 • contact@ffroliball.fr

Les différents potentiels du Roliball

Le jeu au filet “Netplay” (网式 – WǎngShì) se pratique sur un terrain de Badminton avec un filet plus haut (1m75), mais il existe des variantes sans filet comme au Crossminton ou au Blackminton, respectivement désignées ici par “Miniplay” ou “Multiplay”.

Une version simplifiée, notamment pour les personnes à mobilité réduite, désignée “Tactiplay” (技巧赛 – JìQiǎoSài), interdit les attaques et promeut un jeu plus technique et tactique.

Une autre variante encore, par équipe de 4 ou plus, désignée “Goalplay”, est en développement sur le modèle de l’Ultimate (pour le fairplay) ou des sports à zone d’en-but.

- Match d'opposition “Xplay²” : où l’on cherche à marquer des points comme au Badminton
 - ✓ “simple” (单打 – Dāndǎ),
 - ✓ “double” (双打 – Shuāngdǎ) avec 1 passe autorisée entre les équipiers,
 - ✓ “triple” (三人 – Sānrén) avec 2 passes autorisées,
 - ✓ “relai par équipe” (团体 – Tuántǐ) en cumulant les points sur plusieurs matchs de formats différents (simple, double ...).
- Jeu de coopération “Cooplay” : où les deux joueurs sont partenaires et doivent réaliser un maximum de techniques différentes de renvoi de la balle en un temps limité, le score total de l’équipe tenant compte aussi de la qualité d’exécution des techniques.
- Jeu libre “Freeplay” : le but est ici de faire durer les échanges de balle le plus longtemps possible entre tous les partenaires ; chacun peut s’amuser à réaliser des figures artistiques avant de renvoyer la balle aux autres.

Le jeu artistique “Artplay” (花式 – HuāShì) se pratique sur une surface d’évolution d’en général 14m x 8m, sur le modèle des chorégraphies d’arts martiaux, de gym ou de patinage, en synchronisation avec une partition musicale.

- Formes chorégraphiques (套路 – Tàolù) se divisent en plusieurs catégories :
 - ✓ catégories de style :
 - * formes “gymniques” (genre Wushu sportif) ;
 - * formes “rythmiques” (genre Fitness ou Danse traditionnelle) ;
 - * formes “internes” (genre Taijiquan traditionnel) ;
 - ✓ catégories d’épreuve :
 - * formes “libres” (自选 – Zìxuǎn) ou créations personnelles ;
 - * formes “imposées” (规定 – Guīdìng) ;
 - ✓ catégories d’équipe :
 - * formes “individuelles” (par défaut) ;
 - * formes “face à face” (对脸 – Duìliǎn) ;
 - * formes “groupe synchronisé” (集体 – Jítǐ).
- Formes improvisées (健舞 – JiànWǔ) : ici la partition musicale n’est pas forcément connue à l’avance, et le pratiquant se laisse aller librement dans ses figures artistiques avec balle/s et raquette/s³, au gré de la mélodie.
- Formes récréatives (娱乐球 – YúlèQiú) : jongler avec une ou plusieurs balle/s, éventuellement sans raquette en utilisant ses mains, reconnecte le corps à l’environnement ; on prend alors conscience du mouvement des énergies corporelles intérieures au rythme du mouvement de la balle à l’extérieur, ainsi que des “sphères” habitées par notre corps (l’espace environnant, à diverses distances : contact direct, portée de main, portée de pied, portée de vue/ouïe/odorat ...).

Toutes ces formules sportives peuvent à leur tour se décliner :

- ✓ en loisir (récréatif et coopératif) ou en compétition (règlements internationaux) ;
- ✓ en salle ou en extérieur (le matériel est polyvalent) ;
- ✓ debout (standard) ou assis sur une chaise ou fauteuil roulant (sport-adapté, handisport).

²Prononcer “Crossplay”.

³On peut en effet jouer avec une raquette dans chaque main, et éventuellement une balle dans chaque raquette.

Roliball : 4 principes, 3 phases, 2 objectifs, 1 philosophie

Les 4 principes fondateurs du mouvement sont :

- 柔 – **Róu** (prononcer “jaou”) : la **souplesse** ou relâchement du corps, de la gestuelle, de la trajectoire et donc de l'énergie de la balle (équivalent du “惺忪 – XīngSōng” en Taijiquan, du “Ju” en Judo, ou encore de la “transformation réversible” en thermodynamique ...).
- 退 – **Tuì** (prononcer “t'ouei”) : le **recul** ou retrait du corps et de la raquette, qui permet d'absorber l'énergie et donc d'éviter les chocs.
- 圓 – **Yuán** (prononcer “yüann”) : la **circularité** des trajectoires de la balle ainsi que des mouvements du corps, qui eux-mêmes s'inscrivent dans des “sphères” concentriques.
- 整 – **Zhěng** (prononcer “tjeung”) : la **holistique**, obtenue par une union du corps, de la raquette, de la balle et de sa trajectoire, dans l'harmonie de l'intention, du geste, de la musique et du moment présent (le “道 – Dào”, la voie vers l'accomplissement ...); plus simplement, le geste technique est correct, et par conséquent la trajectoire de la balle aussi, lorsque l'intégralité du corps est mis en mouvement suivant les principes précédents; il serait impossible par exemple d'effectuer un geste juste, ni donc de parcourir un cercle juste, si seulement le bras bougeait; il est également nécessaire de mobiliser le torse, les hanches, les jambes, les appuis au sol, pour mettre en action le centre de gravité et d'énergie du corps (le “丹田 – DānTián”) et ainsi diffuser le mouvement le long des membres supérieurs et motoriser les trajectoires circulaires de raquette, qui à leur tour vont générer la force centrifuge pour maintenir la balle en contact.

Les 3 phases d'exécution du mouvement sont :

- 截精 – **Jié Jīng** (prononcer “djié djinng”) : **accueillir**, c'est à dire intercepter la balle, établir le contact avec la raquette (c'est une phase “neutre” et très courte, un “instant de grâce” qui peut sembler s'étirer lorsque les sens de perception se synchronisent avec le mouvement de la balle; le cerveau ne perçoit alors plus les trajectoires rapides de la balle et de la raquette dans le repère fixe du terrain de jeu, mais un alignement presque fixe de la raquette et de la balle dans le repère mobile de la trajectoire !). Le principe Zhěng est ici subtilement transcendé.
- 化精 – **Huà Jīng** (prononcer “r'oua djinng”) : **accompagner**, c'est à dire transformer doucement l'énergie et la trajectoire de la balle (c'est la phase active, ou “阳 – Yáng”, de la technique). Les 4 principes sont ici clairement en action, puisqu'il s'agit d'absorber l'énergie de la balle en reculant, de façon souple, en transformant la trajectoire libre de la balle (parabole) en une trajectoire appairée avec la raquette (cercle ou ellipse), ce qui ne sera possible qu'en mobilisant l'ensemble du corps, dont le mouvement va s'inscrire dans le motif global dessiné par l'ensemble du système balle – raquette – corps.
- 发精 – **Fā Jīng** (prononcer “f'a djinng”) : **accomplir**, c'est à dire achever la technique en relâchant la balle (ici le sinogramme Fā est abusif car il porte l'idée d'une action active de projection voire d'explosivité comme en arts martiaux, alors qu'il doit s'agir en Roliball d'une action passive de laisser partir ...), ainsi que les énergies de transformation et le reste du corps, sans les contraindre ni les forcer, afin de les laisser “retourner à leur source” (c'est la phase passive, ou “阴 – Yīn”, de la technique). On observe ici une prépondérance du principe Róu de relâchement, qui va progressivement se muer en principe Zhěng, de manière à “rassembler ses forces” (收势 – ShōuShì) et refermer son corps, terminer le mouvement et se préparer au début du mouvement suivant.

On retrouve exactement les trois mêmes phases lorsque l'on décompose les techniques de “mains poussantes” (推手 – TuīShǒu) du Taijiquan ou de “mains collantes” (黏手 – NiǎnShǒu ou Chi Sao) du Yongchun Quan (ou Wing Chun).

Les 2 objectifs recherchés à travers ces mouvements sont :

- **Tangence** : la surface de la raquette doit (presque) toujours être tangente à la trajectoire de la balle, ce qui assure de pouvoir appliquer les principes précédents, éviter les chocs ou rebonds de la balle sur la raquette au moment de l'interception, éviter le décollement de la balle pendant la technique, éviter de modifier la trajectoire libre de la balle au moment de la relâcher.
- **Harmonie** : tous les mouvements de la raquette et du corps du pratiquant doivent s'insérer de façon fluide dans la trajectoire de la balle, pas plus vite ni moins vite qu'elle, tout en respectant également le rythme de la musique dans le cas du jeu artistique.

Ainsi, lorsque deux pratiquants de Roliball s'expriment, même à plusieurs mètres de distance l'un de l'autre, la rencontre de leurs énergies (mécaniques et corporelles) au travers de ce vecteur matériel qu'est la balle, peut être considérée comme des techniques de Tuishou sans contact ou à distance⁴.

Plus généralement, le Roliball peut donc être considéré comme une application des principes des arts martiaux (chinois) à un jeu de raquettes non-violent.

1 cercle – 1 direction – 1 force – 1 pas

Une philosophie :

Appliquée simplement aux techniques du Roliball, notamment du Netplay, cela signifie que :

- la technique de raquette doit prolonger le cercle de la trajectoire initiale de la balle et ne doit pas changer de cercle (ni son rayon, ni son centre, ni son plan ou son inclinaison) en cours d'exécution ; il ne doit pas y avoir de point d'inflexion dans la trajectoire ; cela impose également que l'angle de rotation soit inférieur à 360° (sinon la raquette commencerait un deuxième cercle !).
- la technique de raquette ne doit pas changer de direction ni de sens ; il ne doit pas y avoir de point de rebroussement dans la trajectoire ; par conséquent, ce n'est que lors de "l'instant de grâce" (cf. phase JieJing plus haut) qu'il peut y avoir une connexion entre 2 cercles différents en Artplay, ou entre le vol libre parabolique de la balle (appelé "arc d'injection") et le cercle de renvoi par un joueur (appelé "arc d'inception") en Netplay.
- la technique de raquette doit s'effectuer à force constante, ce qui implique par la deuxième Loi de Newton une accélération constante de la balle (dont la masse est constante aussi) ; cela permet donc d'accélérer ou ralentir progressivement la balle (accélération positive ou négative respectivement) ou de maintenir sa vitesse constante (accélération nulle), mais à condition que cette accélération ne change pas tout au long de la technique (ce que l'on appelle "souple" du point de vue Taoïste, ou "réversible" du point de vue Thermodynamique), ce qui interdit donc d'arrêter puis relancer la balle, ou les coups de poignets ou autres impulsions en fin de technique, et a fortiori les frappes.
- la technique de raquette ne peut s'effectuer que sur un seul pas de déplacement, c'est à dire qu'un des deux pieds du pratiquant doit maintenir le contact au sol (équivalent du pied de pivot au Basketball ou Handball) tant que la balle est au contact de la raquette.

Cette philosophie peut et doit s'appliquer à chaque élément du jeu, à tous les niveaux de pratique, et même au delà : à la balle (gestion des trajectoires), à soi-même (gestion de son propre apprentissage, de sa trajectoire de vie), à son partenaire (gestion de sa relation à l'autre, par l'écoute ou l'observation, équivalent du "听精 – TīngJīng" en Taijiquan), à la vie en général (métaphore de l'enfant : on l'accueille, on l'accompagne puis il s'accomplit lorsqu'il s'émancipe).

⁴Remarque formulée vers 2014 par Joël Panhelleux (Aktizen) à SUI Xiaofei (TBBA) ;

on se gardera de confondre toutefois le principe "退 – Tui" du Roliball qui n'est pas le même sinogramme que dans "推手 – Tuīshǒu".

Le Roliball est donc en soi une discipline riche de techniques corporelles, et aussi d'enseignements philosophiques. Mais on peut également y trouver un parfait complément ludique aux entraînements à d'autres activités :

- ✓ mise en condition physique (cardio sans brutalité articulaire) ;
- ✓ appréciation des distances, adaptation du déplacement (balle = cible en mouvement) ;
- ✓ appréciation des rythmes, adaptation des temps de réaction par rapport à la cible ;
- ✓ vision périphérique de l'ensemble de la zone de pratique et des éléments mobiles ;
- ✓ motricité globale, coordination, engagement physique et mental dans l'action ;
- ✓ motricité fine (rotation de la raquette dans la main), relâchement corporel ;
- ✓ concentration, relâchement mental ;
- ✓ travail des gestes de bases (基本功 – Jībèngōng) des arts martiaux chinois (Wushu) ;
- ✓ gestion de la “ligne de centre” (comme au Taijiquan, Yiquan, Wingchun ...), afin de ne pas laisser la balle pénétrer sa zone faible (“sortir du centre”, car on ne peut pas jouer la balle trop près du corps), tout en essayant de prendre le contrôle de la zone défensive adverse (“prendre le centre”, en envoyant la balle dans la zone faible de l'adversaire).

Le “cercle juste” nécessite aussi les mots justes !

Cette discipline toute jeune et en plein essor a été diffusée dans diverses régions du monde, sous différentes appellations, au gré des traductions ou des tentatives marketing. Certaines dénominations désignent une véritable variante du style de pratique, tandis que d'autres sont strictement synonymes ou bien carrément erronées.

Noter que les variantes de pratique évoquées plus bas sont toutes à la base une même et unique discipline : le Roliball ! Un peu comme les différents styles de Taijiquan (Chen, Song, Wu, Wuu, Wudang, Yang, Zhaobao ...) restent tous unifiés, malgré leurs différences apparentes, sous une seule dénomination : le Taijiquan.

Le terme “RóuLiQiú” souffre actuellement du manque d'entrées correctes dans les dictionnaires des outils de traduction électroniques. Le sinogramme “Li” (力 – « power ») est souvent simplement ignoré par ces outils, tandis que le “Róu” (柔 – « flexibility ») conduit à une interprétation erronée par les services Google⁵ comme “Softball” (cf. plus bas), ou encore par ceux de Wechat comme “JudoBall” ou “FlexiBall” (à **proscrire** aussi car le Roliball n'est pas un art martial tel le “Judo”, et “Flexibar” est déjà une marque déposée pour un engin de fitness).

Voici donc un lexique qui permet d'y voir plus clair !

(1991 - ?) 娱乐球 – YúLèQiú :

C'est le terme qui fut utilisé à l'origine, alors que la discipline consistait uniquement en un jeu de balle. La raquette n'ayant pas encore été développée, on n'utilisait que les mains. Une traduction pourrait être “Balle Récréative”.

(? – présent) 柔力球 – RóuLiQiú :

C'est le terme officiel, utilisé en Chine depuis les années 90, afin de développer la discipline. “Róu” signifie la souplesse ; “Li” la force ou l'énergie ; “Qiú” la balle. Ce qui donne une description fonctionnelle du jeu : “la Balle Souple et Forte” (contraste taoïste Yin-Yang), ou “la balle avec une énergie souple” (rondeur des trajectoires, tangence des contacts avec la raquette), ou encore “la balle avec une force douce” qu'on pourrait traduire par « soft power ball » en anglais, en rapport direct avec le « soft power » du nouveau modèle de développement chinois.

Le préfixe “Tàiji” ou “Taichi” a longtemps été utilisé pour rappeler une des origines de la discipline, et insister sur l'importance de ses principes fondateurs, mais a peu à peu été abandonné dans un souci de raccourcir le nom, d'ouvrir la discipline au delà de la communauté des arts martiaux chinois et de populariser la pratique.

Différentes traductions se sont succédées :

- *—Softball a été la première traduction utilisée par l'Association Sportive des Seniors de Chine Populaire, mais a été abandonnée officiellement depuis le début des années 2000

⁵Google Traduction est un service collaboratif : chaque fois que c'est possible il **faul** corriger le résultat !

par l'Administration Chinoise des Sports lorsqu'elle a élevé la discipline au rang de sport national (bien qu'encore répandue dans le sud-est asiatique, ou par Google Translate). Même si "Soft" traduit bien le "Róu", l'expression est à **proscrire** puisque d'une part il manque le "Li", et d'autre part "Softball" désigne officiellement une variante du Baseball (qui est en outre un sport de frappe de balle, donc opposé à la philosophie du Roliball !).

- * Rouliball est un charabia à **éviter**, qui mélange anglais ("ball") et mandarin en transcription "pinyin" ("Rouli") ! Cette traduction a été utilisée pendant la décennie suivante, avant d'être à nouveau réformée à l'occasion de l'organisation des premières grandes compétitions internationales à Jinzhong et à Beijing. On trouve encore cette marque sur les vieux stocks de housses de raquettes, toujours en vente sur les plateformes chinoises de e-commerce.
- ✓ Roliball (prononcer "rolibol") est ainsi l'occidentalisation officielle du nom, utilisée par les chinois eux-mêmes, notamment l'Université des Sports de Beijing et la fédération internationale dont le siège mondial est basé à Macao (Chine). "Roli" rappelle autant le "RóuLi" chinois que la racine latine "rota", présente dans "rotation", conforme au principe de circularité ; en outre "Roli" est formé de deux syllabes prononçables de façon identique dans la plupart des langues occidentales (contrairement à "Rouli").

(2005 – présent) 白龙球 – BáiLóngQiú – Bailongball :

C'est la marque déposée qui est utilisée par la "Taiji Bailong Ball Association" (TBBA), devenue "Taiji Bailong Ball Federation" (TBBF) en 2022, dont le siège Européen est à Hambourg (Allemagne), pour promouvoir la discipline internationalement.

"BáiLóng" est un jeu de mots entre "Dragon Blanc" (traduction littérale) et "BAI Rong" (le nom du fondateur !), qui donne une description symbolique de la discipline. Le salut officiel réutilise cette symbolique avec la raquette dans la main droite, qui représente les ailes du Phénix (personnifié par le Pr. LIU Jiaji), et la balle dans la main gauche qui représente la perle dans la gueule du Dragon (personnifié par le Pr. BAI Rong).

Le préfixe "Taiji" a également été abandonné lors de l'Assemblée Générale 2018 de la TBBA.

(2007 – présent) Mediball :

C'est l'appellation de la branche Hongroise, dans la mouvance "santé" et "énergétique" de la discipline (même racine que "médecine" mais aussi "méditation"). Leur méthode pédagogique dépasse en effet les cadres stricts du Roliball et du Taijiquan, en incorporant également des notions de développement personnel et des méthodes neuro-cognitives, dans le but de favoriser un apprentissage "intuitif" davantage que "rationnel".

On peut **regretter** la trop grande proximité avec "Medecine Ball" (ballon lesté utilisé en musculation ou en rééducation). **Mediball** est d'ailleurs aussi une marque déposée par un fabricant de balles à usages gymniques (Pilates, Yoga ...).

(2014 – présent) Raquettes Chinoises :

C'est la dénomination utilisée à l'origine pour la promotion des événements auprès du grand public en région parisienne, puis finalement adoptée officiellement comme appellation générique par la FAEMC en 2019, permettant de regrouper sous une seule expression en Français toutes les variantes et styles de pratique du Roliball.

飛龍球 – FēiLóngQiú – Flowball ou Kyoball :

Expression que l'on trouve parfois, lorsque des rubans sont attachés à la balle de Roliball, en référence aux rubans de la Gymnastique Rythmique (GRS).

"FēiLóng" signifie "Dragon Volant", ce qui est à nouveau un rappel au nom du fondateur, mais surtout une référence à cette discipline des Dragons Volants chinois, une version plus longue et très colorée des rubans de GRS, souvent pratiquée dans les parcs urbains en Chine, aux côtés des Diabolos, Toupies, danses d'Éventails ou d'Ombrelles, etc.

Ces rubans présentent deux avantages : agrémenter le côté artistique du Roliball, et visualiser la trajectoire de la balle, bien utile pour appréhender la notion de "tangente" lors du contact avec la raquette.

- ✗ “Flowball”, surtout utilisé par les néerlandais, rentre hélas en **conflit** avec un appareil breveté (une sorte de pipe contenant une balle de pingpong que l'on doit soulever en soufflant) destiné à travailler le souffle, par exemple pour les musiciens à vent.
- ✓ “Kyoball” a été inventé par les portugais, où “Kyo” est la prononciation japonaise du sinogramme “經 – Jīng”⁶, directement relié au principe taoïste du “follow the flow” ou “suivre le sens du courant”.

Rhythm'Ball :

Expression utilisée surtout à Singapour, depuis le début des années 2010, où la discipline semble promue essentiellement sous forme de chorégraphies de fitness rythmique, pratiquées en musique comme toutes les formes chorégraphiques de Roliball.

Cette expression est cependant aussi la meilleure traduction de “柔韵球 – RóuYùnQiú”, qui désigne les nouvelles raquettes sans membrane, commercialisées depuis 2018.

Malheureusement, outre la confusion entre le style de pratique et l'instrument de jeu, cette appellation rentre également en **conflit** avec une variante artistique du Basketball, où l'on tente de reproduire une mélodie connue en utilisant la percussion du ballon sur le sol (dribbles).

太极拍 – Tàijí Pāi – Taiji Racquets :

Expression que l'on rencontrait parfois chez les anglophones, mais qui est tombée en désuétude, d'une part à cause de la désaffection pour le préfixe “Taiji”, d'autre part à cause de la désaffection des anglophones pour la discipline, et enfin parce que le Pr. BAI Rong ne cesse de rappeler que l'objet central de sa discipline est la balle, et non la raquette !

Cette expression est néanmoins ressortie du placard lorsqu'en 2018 deux nouveaux types de raquettes ont été inventés pour diversifier le matériel et les styles de pratique. Ainsi, “Taiji Racquet” désigne la raquette d'origine (notamment les tous premiers modèles avec des membranes décorée du Taijitu), tandis que “Gongfu Racquet” (ou “Bailo”) désigne la raquette miniature (qui nécessite un bon “gongfu”, c'est à dire une bonne maîtrise), et que “Rhythm'Ball” désigne la raquette sans membrane à utiliser avec une grande balle (comme un Bilboquet).

D'autres variantes ont plus rarement été utilisées, mais restent à **proscrire** :

- ✗ ~~Taiji Racquet Ball~~ aurait pu simplement décrire le matériel (une raquette, une balle et un esprit taiji), mais “Racquet Ball” désigne déjà une variante du Squash et/ou du Beach Tennis, qui sont des jeux de frappe de balle, contraires aux principes du Roliball.
- ✗ ~~Taiji Tennis~~ ou ~~Taiji Badminton~~ sont des hérésies sémantiques (mandarin/anglais) autant que philosophiques (on frappe la balle au Tennis et au Badminton, non au Roliball), destinées à appâter (sans succès ...) les pratiquants de ces autres sports de raquettes.

太极球 – Tàijí Qiú – Taiji Ball :

Cette dénomination a trop souvent été **associée par erreur** au Roliball, y compris par la TBBA dans une première tentative pour condenser son nom (en enlevant le “Bailong” du milieu).

En réalité, cette appellation désigne les mouvements de gymnastique chinoise effectués avec une grosse boule de bois entre les mains. Il s'agit d'ailleurs en effet davantage de Qigong que de Taijiquan, mais la référence au Taiji rappelle ici les origines taoïstes de ces mouvements (la balle est souvent décorée d'un Taijitu enroulé sphérique ment à sa surface). C'est donc bien une toute autre discipline, différente du Roliball.

Des variantes, tout autant éloignées du Roliball, sont également à **proscrire** :

- ✗ ~~保定健身球 – Bǎodìng Jiànshēn Qiú – Fitness Balls~~
- ✗ ~~气功双球 – Qìgōng Shuāng Qiú – Qigong Balls ou Meditation Balls~~ désignent la paire de boules, souvent métalliques et d'environ la taille d'une balle de pingpong, avec un grelot ou dispositif de tintement à l'intérieur. Le but est de les faire tourner l'une autour de l'autre dans la paume de sa main, sans les faire sonner, dans une pratique méditative.
- ✗ ~~Taiji Energy Ball~~ est en quelque sorte “l'autre moitié”, tout aussi erronée, de l'expression ~~Taiji Soft Ball~~ ! Cette fois, il manque le “Róu” du Roliball, tandis que “Energy” fait

⁶Noter que ce n'est pas le même sinogramme que le “精 – Jīng” des 3 phases du Roliball.

davantage penser au “Qi” du Qigong qu'au “Li” du Roliball. En outre, “~~Energy Ball~~” est déjà une marque déposée de compléments alimentaires (ainsi qu’une technique de combat pratiquée par je-ne-sais-plus-quel personnage de la franchise “Pokemon” !).

- *- ~~Taiji Body Ball~~ est une variante géante du ~~Taiji Ball~~, qui permet cette fois vraiment de travailler les techniques du Taijiquan et du Tuishou, en simulant les contacts contre les bras d’un partenaire virtuel à l'aide d'une balle de Yoga ou Pilates, que l'on maintient pressée contre une surface verticale en poussant avec son corps. D’ailleurs “~~Body Ball~~” est déjà justement la marque déposée pour cette fameuse balle de Yoga ou Pilates (d'environ 1m de diamètre, et souvent grise, ou parfois rose ou bleue).

N.B. Puisque les questions de genre sont à la mode, il faut remarquer que tous les noms de sports se terminant par “ball” sont masculins (le football, le basketball, le handball, le netball, le baseball, etc.), bien que “balle” soit un mot féminin en français ...

→ Donc phonétiquement on dit bien LE ROLIBOL et non LA ROULIBALLE !

Illustrations à venir ...