



<http://ffroliball.fr>

Le Roliball<sup>1</sup> 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 – Tàiji Pāi – Taiji Racket 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 Racket 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 tamis 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](mailto: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 “Xplay<sup>2</sup>” : 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/s<sup>3</sup>, 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).

2 Prononcer “Crossplay”.

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