



<http://ffroliball.fr>

## Le Roliball ou Raquettes Chinoises

Ici, la balle n'est pas frappée mais est "absorbée" avec la raquette en utilisant les forces centrifuges. Puis elle est relâchée dans la continuité d'une trajectoire courbe et fluide.

Sans choc ni explosion d'énergie et donc sans agressivité, ni pour le corps des pratiquants ni dans la relation entre pratiquants.

Du sport-santé au haut-niveau compétitif, en passant par la pratique récréative familiale ou l'activité physique alliant douceur et tonicité.



## Le plaisir ludique des jeux de raquettes

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 !

## Innovant et élégant

A partir du standard d'origine créé en Chine en 1991, intégrant les principes du Taijiquan, les raquettes et balles ont évolué sous différentes formes pour répondre aux diverses pratiques :

- comme discipline à part entière ou en complément d'autres arts chinois ;
- à plusieurs (échanges de balle entre les joueurs) ou en solo (jonglages) ;
- avec ou sans filet (plusieurs variantes de terrains) ;
- en salle ou en extérieur (le matériel est polyvalent) ;
- en loisir (récréatif et coopératif) ou en compétition (règlements internationaux) ;
- debout (standard) ou assis (sport adapté et handisport).

*Pratiqué en France depuis 2010.*

*Reconnu par la Fédération des Arts Energétiques et Martiaux Chinois (FAEMC) en 2019.*

*La Fédération Roliball France (FRF) est créée en 2020.*

*La FAEMC devient délégataire (FFAEMC) en 2022 et donc le Roliball reconnu par le Ministère !*

## 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)