

Les règles simplifiées du squash

Maîtrisez les règles de bases en lisant ci-dessous. Vous souhaitez visualiser le règlement complet ? Téléchargez le [règlement en simple](#) ou le [règlement en double](#).

Le squash se joue avec 2 joueurs sur le court, en utilisant une raquette standard et une balle approuvée par la Fédération mondiale de squash (WSF).

Les matches se disputent au meilleur des 3 jeux ou au meilleur des 5 jeux, selon l'option retenue par l'organisateur de la compétition. Chaque jeu se dispute en 11 points. Si le score arrive à 10-10, le jeu continue jusqu'à ce que l'un des joueurs obtienne 2 points d'avance et gagne ainsi le jeu.

Comment marquer

Les points peuvent être marqués par chacun des joueurs, qu'il serve ou non. Quand un joueur manque son service ou ne retourne pas la balle selon les règles, son adversaire marque un point. Quand le relanceur remporte l'échange il marque un point et devient à son tour serveur.

Service

- a) Le droit de servir se décide en faisant tourner une raquette ou à pile ou face en début de match. Ensuite le joueur ainsi choisi reste serveur jusqu'à ce qu'il perde un échange. Le service change alors de main.
- b) Le joueur ayant remporté un jeu est le premier à reprendre le service au jeu suivant. Au début de chaque jeu ou à chaque changement de main, le serveur a le choix du carré de service. Il doit ensuite alterner tant qu'il conserve le service.
- c) La balle doit être servie directement sur le mur avant, entre la ligne de service et la ligne supérieure du mur de façon à ce qu'elle retombe au premier rebond dans le quart de court arrière opposé au carré de service utilisé, sauf si elle est reprise de volée.
- d) Un service est manqué si :
 - i. Au moment de la frappe le serveur n'a pas au moins un pied au contact du sol de son carré de service, sans qu'il ne touche la ligne entourant le carré (faute de pied)
 - ii. Après avoir lancé la balle le serveur ne parvient pas à la frapper avant qu'elle ne retombe au sol, ou si elle touche un mur ou quoique ce soit qui est porté par le serveur.

« Fédération sportive reconnue par le Gouvernement de la Fédération Wallonie-Bruxelles »

- iii. Le serveur ne parvient pas à envoyer la balle directement sur le mur avant entre la ligne de service et la ligne supérieure du mur.
- iv. Sauf reprise volée, la balle ne retombe pas dans le quart de court arrière opposé au carré de service.
- v. Le serveur envoie la balle hors limites.

L'échange

Après qu'un service valable ait été délivré, les joueurs retournent alternativement sans interruption jusqu'à ce qu'une relance soit manquée ou que la balle cesse d'être en jeu selon le règlement.

NB : si la balle touche la ligne de limite du terrain elle est comptée faute, de même si elle touche la tôle ou le sol à son second rebond (down). De même, une balle de service rebondissant avant le carré de service ou sur sa ligne est faute.

Bonne relance

La relance est bonne si la balle est retournée par le joueur avant son deuxième rebond jusqu'au mur avant sans toucher le sol ou la tôle ni une partie du corps du joueur ou ses vêtements, pour autant qu'elle ne soit pas doublée, down ou out.

Let

Un let est un point non attribué : l'échange ne compte pas et le serveur doit recommencer du même carré.

- a) Un let est accordé :
 - i. Si un joueur se retient de frapper la balle dans le but légitime de ne pas blesser son adversaire
 - ii. Si le joueur est suffisamment gêné par l'adversaire dans son déplacement pour être empêché de jouer un coup valable alors que sans cela il l'aurait réussi.
 - iii. Si l'arbitre reçoit une réclamation et ne peut pas trancher en faveur de l'un ou l'autre joueur.
- b) Un let est accordé :
 - i. Si le relanceur n'est pas prêt et n'essaie pas de jouer la balle.
 - ii. Si la balle crève durant l'échange.
 - iii. Si une bonne relance a été exécutée mais la balle est out après son premier rebond.

« Fédération sportive reconnue par le Gouvernement de la Fédération Wallonie-Bruxelles »

- iv. Si la balle en jeu touche le relanceur ou quoique que ce soit qu'il porte alors qu'elle se dirigeait vers un mur latéral ou le mur du fond, pour autant que sans cela elle aurait bien atteint le mur avant et donc aurait été valable.

Comment un point (stroke) est-il accordé

Un joueur obtient un point (stroke) :

- a) Si le serveur manque le service (voir ci-dessus).
- b) Si son adversaire ne parvient pas à exécuter une relance valable.
- c) Si la balle touche son adversaire ou quoique que ce soit qu'il porte alors qu'elle se dirigeait directement vers le mur avant.
- d) Si un joueur fait tomber sa raquette, s'exprime ou gêne l'adversaire de telle manière que l'arbitre décide que c'est cela qui lui a occasionné la perte de l'échange.
- e) Si la balle touche le plafond ou tout autre objet extérieur au court.

Liberté d'action

Après avoir joué la balle, le joueur doit faire tous les efforts nécessaires pour ne pas entraver le chemin de son adversaire.

En particulier :

- i. Le joueur doit faire tout son possible pour laisser la visibilité de la balle à son adversaire, de façon à ce qu'il puisse être en vue pour sa frappe.
- ii. Le joueur ne doit pas toucher son adversaire, ni le gêner dans son déplacement vers la balle ni dans son geste visant à la frapper.
- iii. Le joueur doit faire tout son possible afin de laisser à son adversaire la possibilité de frapper la balle contre le mur avant ou un mur latéral si sa position le lui permet.

Echauffement

Juste avant le début du match, une période d'échauffement sur le court d'une durée maximale de cinq minutes est accordée.