

Passe d'attaque – 41

La 41 est une passe qui se joue à environ **un mètre du passeur et un mètre du filet**. Sa trajectoire doit donner à l'attaquant l'option de couper rapidement l'angle du ballon pour frapper en 5 ou d'attendre que le ballon voyage jusqu'à son épaule gauche pour frapper en 1.



Interception de la trajectoire

1. Le passeur est dans sa **position de départ**, près du filet. Ses genoux sont fléchis, ses mains sont hautes, et ses épaules sont ouvertes en direction de la provenance de la réception. Il **se déplace rapidement sous le ballon**.
2. **Une fois sous le ballon, le passeur saute à deux pieds**. Il a le dos droit, les mains hautes et ouvertes et les coudes écartés. Il est prêt à passer le ballon. Il est **orienté vers l'attaquant de centre**, et ses épaules sont perpendiculaires au filet. Tandis qu'il repère le ballon, il **voit l'attaquant de centre dans sa vision périphérique**. Selon le rythme et la position de l'attaquant de centre, le passeur décide du **choix de passe approprié** et du meilleur endroit où passer le ballon.

Posture d'interception

3. Le passeur effectue le contact avec les mains au-dessus et en avant de sa tête, **le plus haut au possible pour réduire le délai entre la passe et la frappe**. Son dos est droit, et ses poignets fléchissent au contact du ballon. Les jambes se plient naturellement (afin de stabiliser le corps lors d'une passe en suspension). L'**action de propulsion du ballon est rapide** pour faciliter le synchronisme avec l'attaquant de centre.

Production de la trajectoire

4. Dans leur poussée, les **bras et les poignets accompagnent la passe** en direction de la cible. Le passeur **passe en fonction de la POSITION de l'attaquant**, et non d'une zone précise. La passe devrait être dirigée devant **l'épaule dominante** et la zone de frappe de l'attaquant, ce qui permet à celui-ci de faire une extension complète de son bras. Pour y arriver, le passeur **ajuste la passe pour qu'elle soit en avant et au-dessus de la tête de l'attaquant**.
5. Le passeur atterrit sur deux pieds, en fléchissant les genoux. Ses épaules sont orientées vers l'attaquant. Il se déplace pour **faire le soutien d'attaque**.