

pratique sur de grandes plaines où le vent souffle de manière régulière et où les espaces sont suffisamment vastes pour «tirer des bords», c'est-à-dire zigzaguer en remontant le vent. Un peu comme un voilier, qui louvoie pour naviguer dans la direction d'où souffle vent.

Lire la suite à la page 87 ►►



Relié à une voile comparable à celle d'un parapente, le kitesurfeur (Frédéric Lovis sur la photo) se laisse tracter par le vent dans des paysages sublimes.



## Tchoukball Jouer avec l'adversaire

Mélange de volleyball, de handball et de squash, le tchoukball est un sport mixte – sauf au niveau international –, qui met aux prises deux équipes de sept joueurs et joueuses (les tchoukeurs).

**Le matériel.** Ludique, simple à apprendre, le tchoukball ne requiert pas d'équipement sophistiqué. Il suffit de disposer de deux cadres (sorte de trampolines inclinés) à placer à chaque extrémité d'un terrain de 10 x 20 m et d'une balle de handball. Genouillères et coudières sont néanmoins conseillées. Généralement, il se pratique dans une salle de sport classique, mais des rencontres peuvent avoir lieu sur gazon, sable, terrains extérieurs, et même dans l'eau (watertchouk).

**Le jeu.** Lors d'une phase de jeu classique, l'équipe qui attaque se fait des passes et

tire la balle sur le trampoline. Après que la balle a rebondi, l'autre équipe doit essayer de la rattraper avant qu'elle ne touche le sol. Si elle y parvient, le jeu continue. Dans le cas contraire, l'équipe qui a tiré marque le point. En revanche, si le tir de l'attaquant ne touche pas le cadre, rebondit dans la zone interdite, ou sort du terrain, c'est l'équipe défendante qui marque le point (cela s'appelle un point perdu).

**Principe.** Inventé par le médecin genevois Hermann Brandt, le tchoukball est un sport où prédominent le fair-play et le plaisir de jouer. Davantage que la victoire, c'est, idéalement, le beau jeu «avec» l'adversaire qui est recherché. Conçu pour pouvoir être pratiqué par tout un chacun, quels que soient l'âge, le sexe ou les capacités physiques, ce sport interdit toute forme d'obstruction et d'agression corporelle.

**Timothée Pages (21 ans en mars), étudiant en linguistique à l'Université de Berne**

«J'ai découvert le tchoukball grâce à une amie, qui m'a proposé de venir à un entraînement du club TB Val-de-Ruz (NE), en 2008. Ce sport m'a plu et j'ai rejoint le Tchoukball Club Neuchâtel (TBCN), dont je suis président depuis 2011. Le tchoukball me permet d'exercer une activité sportive assez physique. C'est aussi un sport très «social» et l'on s'amuse beaucoup dans l'équipe. Les tournois me permettent de rencontrer du monde, de me dépenser et de passer du bon temps. Le tchoukball est aussi un sport qui renforce l'esprit d'équipe, les réflexes, l'observation constante et la stratégie.»



► lien [www.fstb.ch](http://www.fstb.ch)