



LE FOOTENPING

Indicateurs - Index - Série



« Comment se classer seul et à l'échelle mondiale en moins de 5 minutes »

Tableau de conversion des coups valides réalisés en 1 minute, pour chaque discipline avec leur indicateur correspondant.

FOOT											TENNIS										PING											
0	4	8	12	16	20	24	28	32	36	40	0	6	12	18	24	30	36	42	48	54	60	0	9	18	27	36	45	54	63	72	81	90
à	à	à	à	à	à	à	à	à	à	et	à	à	à	à	à	à	à	à	à	à	et	à	à	à	à	à	à	à	à	à	à	et
3	7	11	15	19	23	27	31	35	39	+	5	11	17	23	29	35	41	47	53	59	+	8	17	26	35	44	53	62	71	80	89	+
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Ex : un joueur ayant réalisé au mieux (= son record) 26 rebonds valides en 1 minute dans l'épreuve « solo » du foot aura un indicateur Foot de 6. Il fera de même pour le tennis et le ping, il obtiendra ainsi ses 3 indicateurs. **La somme de ses 3 indicateurs donnera son INDEX FooTenPing.**

- L'épreuve de classement du foot consiste à toucher avec un ballon en mousse de foot (de 30 cm) un maximum de fois en 1 minute un carré de 1m de côté placé à 70 cm du sol sur un mur. Et cela avec le pied d'appui derrière une ligne tracée à 3 mètres du mur. Il faudra laisser un rebond après chaque impact au mur. Le ou les engagements ne comptent pas comme des coups valides. Le joueur peut soit renvoyer directement le ballon (=1 touche), soit faire 2 touches enchaînées pour renvoyer le ballon (1-2), ou encore plus facile faire une première touche, laisser le ballon rebondir au sol avant de le renvoyer avec une 2^{ème} touche (1-R-2).
- L'épreuve de classement du tennis consiste à toucher avec une balle en mousse de 9 cm, en se servant d'une raquette 21 pouces un maximum de fois en 1 minute un carré de 53,5 cm de côté (=raquette 21') placé sur un mur à 70 cm du sol. Et cela avec des appuis au sol derrière une ligne tracée à 3 mètres du mur. Là encore un rebond devra suivre l'impact au mur avant une nouvelle frappe. Le ou les engagements ne comptent pas. Le joueur ne doit jouer des coups droits et des revers dans une proportion n'excédant pas 2 tiers / 1 tiers sans que ces derniers soient nécessairement alternés, contrairement au ping.
- L'épreuve de classement du ping consiste à réussir avec une table de ping-pong repliée à l'équerre un maximum de coups valides en 1 minute (avec balle et raquette au standard du ping). Pour que les coups comptent, ils doivent être frappés derrière la table (avec une tolérance d'avancée d'une raquette = 25 cm) et il faut alterner coup droit et revers systématiquement. Le ou les engagements en forme de service ne comptent pas.

n/c	6 ^{ème} série					5 ^{ème} série					4 ^{ème} série					3 ^{ème} série					2 ^{ème} série					1 ^{ère} série				
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Un joueur ayant des indicateurs 7/8/8 (en foot/tennis/ping) aura un index 23 (= la somme des 3 indicateurs), il sera donc un joueur de 2^{ème} série.

Il sera noté sur sa licence : Prénom Nom (né en 19XX) : index 23 (7/8/8).

Il est possible aussi d'obtenir ses 3 indicateurs et son index par comparaison avec des joueurs étalons