

Remarque : Les démonstrations figurant dans les vidéos commentées (NV), les séquences filmées en vidéo à grande vitesse (HSV), les démonstrations scientifiques (TP), ainsi que tous mes articles sont accessibles et peuvent vus en ligne sur <http://billiards.colostate.edu> ⁽¹⁾. Les numéros de référence utilisés dans cet articles vous aideront à localiser les documents sur le site internet. Si vous avez une connection internet lente ou inadaptée, il se peut que vous vouliez voir les documents à partir d'un CD-ROM ou d'un DVD. Pour plus d'informations, reportez-vous au site web.

Nous voici en début de saison, et il est donc temps de faire des rappels sur quelques fondamentaux importants. Durant les quelques mois qui vont suivre, je vais présenter des informations et des exercices traitant des compétences et des principes essentiels relatifs au geste pour tirer, à la visée et au contrôel de la blanche.

La **figure 1** montre ce que j'appelle la pyramide de développement des compétences pour le billard américain ou **Pyramide de Progression**. Les couches fondatrices de la pyramide (de A à D) représentent les niveaux de compétences successifs requis pour devenir un bon joueur de billard américain. La progression des compétences de la couche la plus basse vers la plus haute se fait naturellement. La pyramide illustre l'importance de construire et de renforcer votre niveau de compétences du bas vers le haut, en commençant par les fondamentaux. Cette pyramide est inspirée de la « Hiérarchie des Besoins » de Maslow⁽²⁾, principe impotant dans le monde de la psychologie. Ce principe stipule qu'on ne peut atteindre son potentiel maximum sans avoir d'abord satisfait les besoins physiologiques (nourriture, eau, air, protection), ensuite les besoins de sécurité (intégrité, assurance), puis les besoins d'appartenance à un groupe (amis, famille, amour), et enfin les besoins d'estime (respect envers soi-même, réputation). Si un besoin d'un niveau inférieur n'est pas satisfait, il est alors difficile, voire impossible, de satisfaire des besoins d'un niveau supérieur. Pour ce qui est de la pyramide du billard américain, vous ne pouvez atteindre votre niveau de compétence maximum qu'à condition de commencer par développer et de maîtriser les fondamentaux.

Notes du traducteur :

- (1) Le site web de David Alciatore est uniquement en anglais. Toutefois, tous les documents originaux y figurent et les vidéos en sont un bon complément d'illustration. Au cas où le lecteur irait chercher des documents sur le site web de l'auteur, j'ai délibérément laissé les références originales. En voici la liste avec leurs noms originaux correspondant :

NV : Normal Video. Vidéo explicative commentée, filmée à vitesse normale.
HSV : High-Speed Video. Vidéo explicative tournée avec une caméra à haute vitesse; il en résulte une image au ralenti, permettant de bien visualiser le mouvement des billes.
TP : Technical Proof. Preuve technique. L'auteur est avant tout un docteur en Physique et apporte dans ce type de document des éléments scientifiques (équations, démonstrations...) pour expliquer et démontrer différents coups au billard américain

- (2) Ce principe est aussi connu sous le nom de « Pyramide de Maslow ». Théorie établie en 1954 par Maslow, éminent psychologue américain du 20^e siècle.

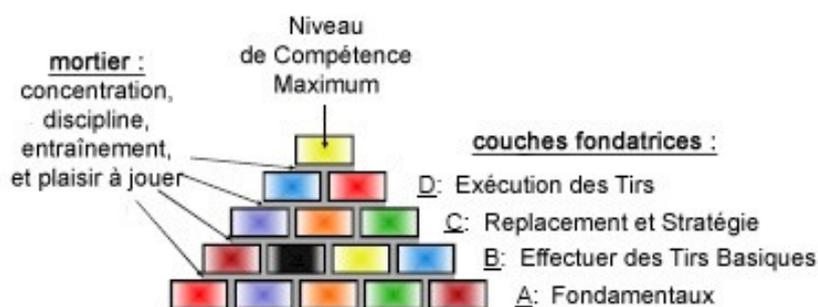


Figure 1 : Pyramide de Progression

Le mortier dans la **figure 1**, nécessaire pour construire la pyramide et la maintenir en place, représente la concentration, la discipline, l'entraînement et le plaisir à jouer, essentiels pour développer et entretenir votre jeu au billard américain. Un entraînement continu, l'auto-critique et le progrès sont indispensables tout au long du processus de développement et d'entretien. La confiance et l'intuition n'arriveront qu'avec beaucoup d'entraînement et d'expérience. Il est également important de prendre du plaisir à jouer et de s'amuser. Si vous ne vous amusez pas du tout à ce jeu, vous n'éprouverez pas le désir de progresser.

Je veux mettre l'accent sur l'importance de construire et de renforcer la « pyramide » du bas vers le haut. Il est conseillé de passer la plupart de votre temps d'entraînement à travailler vos fondamentaux, tout particulièrement si vous êtes un débutant ou un joueur intermédiaire. Cela demande de la discipline mais cela en vaut la peine – vous progresserez mieux et plus vite! Votre « exécution des tirs » deviendra aussi plus fiable. Si vos fondamentaux ne sont pas solides, vous ne pourrez pas développer les compétences des niveaux supérieurs aussi facilement.

Même si vous êtes un joueur confirmé et expérimenté, il est préférable de toujours continuer à travailler et à entretenir de solides fondamentaux. Des tas de bons joueurs pourraient être encore meilleurs s'ils avaient des fondamentaux plus forts et s'il avaient une meilleure assimilation des principes de base du billard américain. Beaucoup de bons joueurs ne se fient strictement qu'à l'expérience et ne comprennent pas vraiment les principes du billard américain. Ils ont vu tellement de coups différents, qu'ils savent souvent quoi faire intuitivement ; alors que s'ils étaient armés d'une bonne compréhension des principes, ils pourraient mieux appréhender beaucoup de coups, qui seraient difficiles à effectuer en se fiant strictement à l'expérience et à l'intuition – ces principes sont absolument indispensables pour être un grand joueur. Par ailleurs, comprendre peut être une aide précieuse pour accélérer votre processus d'apprentissage et de construction de l'intuition.

La **figure 2** montre ce que j'appelle le Rack des Compétences qui dresse la liste d'éléments et de compétences importants au billard américain en rapport avec les niveaux de la pyramide montrés dans la **figure 1**. Comme la pyramide, le rack de billes a cinq niveaux, chacun portant sur des sujets spécifiques. Les deux figures sont tirées de mon livre « *The Illustrated Principles of Pool and Billiards* ». Ces figures illustrent comment mon livre est organisé, en divisant chaque couche de la pyramide en un nombre de compétences requises spécifiques.



Figure 2 : Rack des Compétences

Le geste (coup de queue) est de loin la brique la plus importante dans la construction d'un jeu victorieux au billard américain. Votre geste doit être fiable, précis et constant afin d'avoir un jeu solide. Le geste est judicieusement positionné en tant que pierre d'angle dans la pyramide (voir **figure 2**). Dans le numéro de mai 2008, Mason King et moi-même présentons un « Réglage du Coup de Queue » en bonus afin de traiter en détails des « meilleurs exercices » pour le coup de queue. Cet article, accompagné de fiches pratiques et récapitulatives fort utiles pour tous les fondamentaux (queue, procédé, prise en main, chevalet, position et geste) est disponible dans la rubrique « *Instructor and Student Resources* » de mon site web. C'est toujours mieux d'être en présence d'un instructeur qualifié et expérimenté afin de diagnostiquer et d'éliminer les défauts de vos fondamentaux ; mais les checklists pourront vous aider à repérer certains points, tout particulièrement si vous avez sous la main des miroirs et/ou un camescope.

Les deux choses concernant le coup de queue qui font débat sont la nécessité de plutôt employer ou pas un geste purement pendulaire, où le coude reste immobile, et la nécessité de plutôt faire ou pas une pause à la fin du balancement arrière avant votre geste final vers l'avant. Je ne veux pas traiter de ces questions ici, car cela prendrait trop de pages. La plupart des instructeurs recommandent fortement un balancement pendulaire avec le coude immobile et une pause (même infime) avant le geste final vers l'avant. Si vous voulez en savoir plus à ce sujet, reportez-vous à la rubrique « *stroke* » dans la section FAQ de mon site web.

Alison Fisher⁽¹⁾ m'a dit une fois que le changement dans son jeu ayant eu l'impact le plus positif, comparé avec d'autres changements qu'elle ait pu faire, a été d'ajouter une pause distincte et délibérée avant son geste final vers l'avant. Cela semble avoir bien marché pour elle. Voyons maintenant un exercice qui pourrait vous aider à repérer et à corriger certains problèmes concernant votre geste.

Note du traducteur :

(1) Allison Fisher est une joueuse de billard américain d'origine anglaise, concourant dans le circuit professionnel américain. Elle commença le billard en compétition par le snooker à l'âge de 13 ans. À 15 ans elle remporte son premier titre national au snooker, puis son premier titre mondial à 17 ans. De 1983 à 1995, elle gagne plus de 80 titres nationaux et 11 Championnats du Monde. Après 10 ans d'une grande carrière professionnelle au snooker, elle s'installe au États-Unis en 1995 afin de jouer au billard américain au sein du Women's Professional Billiards 9-Ball Tour. Allison Fisher a ainsi continué d'exceller dans le billard américain. Son parcours depuis son arrivée aux États-Unis n'a pas encore été égalé dans toute l'histoire du billard, joueurs masculins et féminins confondus. (source : <http://www.allisonfisher.com/biopage.htm>)

La **figure 3** montre ce que j'appelle **MOFUDAT** : *The MOst Famous and Useful Drill of All Times*⁽¹⁾. C'est un exercice très répandu parmi les instructeurs et les auteurs de méthodes. Voici les consignes de cet exercice :

1. Utilisez une vitesse moyenne ainsi qu'une attaque au-dessus du centre pour envoyer la bille cerclée tout droit et qu'elle revienne ensuite. Aligner la rayure de la bille avec la direction du tir avant de tirer.
2. Vérifier les irrégularités éventuelles de la rayure quand la bille roule. Si c'est le cas, cela veut dire que vous avez tiré en-dehors de l'axe vertical central de la bille.
3. Restez baissé dans votre position de tir et observez la façon dont la bille revient sur le procédé. Un retour tout proche du procédé indique que la visée et l'alignement sont bons et que le geste précis.
4. Effectuez ce coup dix fois en notant combien d'essais sont bons (très peu ou pas d'irrégularité quand la bille roule, et un retour de la bille tout près du procédé).
5. Répétez les étapes 1 à 4 avec des hauteurs d'attaque au centre puis en-dessous du centre de la bille.
6. Quelle hauteur d'attaque s'avère être la plus constante et la plus précise?

Le MOFUDAT est excellent pour tester votre visée, votre alignement, la précision du placement de votre procédé, et la constance de votre geste. J'ai ajouté les billes sur la bande afin d'avoir une cible claire ainsi qu'un niveau de difficulté variable (en variant l'espacement entre les billes). Si la rayure de la bille tirée ne reste pas verticale, et si la bille ne revient pas sur votre procédé, vous aurez ainsi un espace cible à travailler. Des fiches pratiques d'une page chacune à propos du MOFUDAT et de beaucoup d'autres exercices peuvent être disponibles dans la section « *Instructor and Student Resources* » de mon site web. Souvenez-vous : l'entraînement amène à la perfection!

Note du traducteur :

- (1) The MOst Famous and Useful Drill of All Times : « *l'exercice le plus connu et le plus utile de tous les temps* ». J'ai pensé qu'il serait plus simple de garder l'acronyme original en donnant ici sa traduction. Créer un acronyme en français aurait risqué de s'éloigner de la traduction précise de l'original.

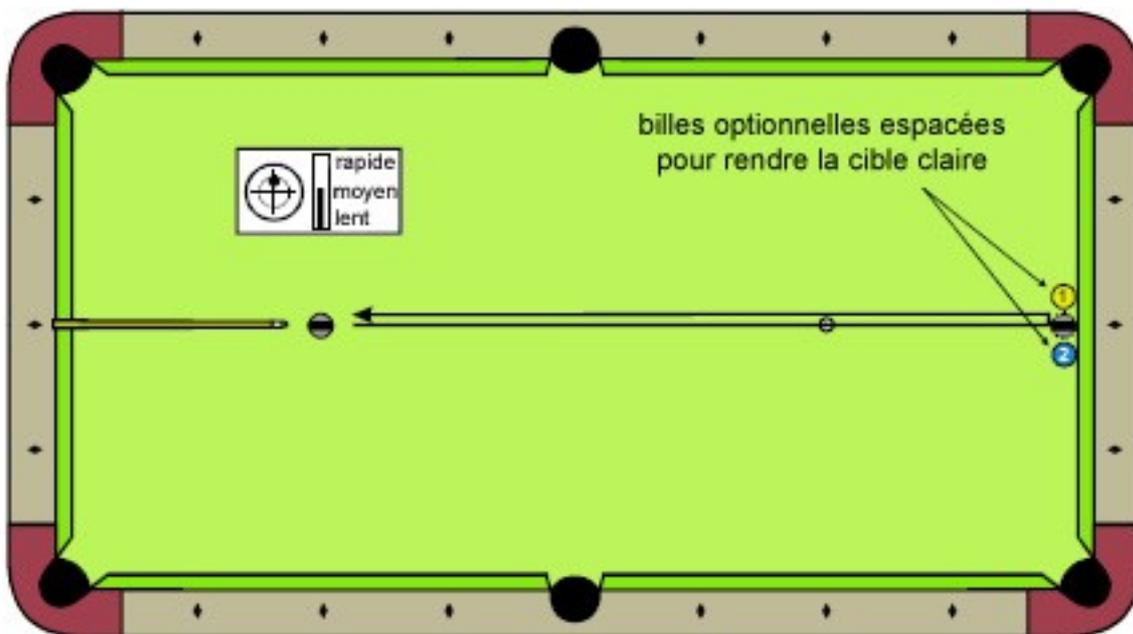


Figure 3 : « L'exercice le plus connu et le plus utile de tous les temps » (MOFUDAT)

L'étape 6 mentionnée plus haut implique qu'il se pourrait que votre régularité et votre précision soit différentes en fonction des différents placements du procédé sur la ligne verticale centrale de la bille. La vidéo en ligne **HSV B.10** montre les effets des attaques au-dessus et en-dessous du centre et explique quelques-unes des raisons pour lesquelles une attaque au-dessus du centre semble avoir le meilleur rendement pour cet exercice. Voici un récapitulatif de quelques-unes de ces raisons :

- La queue peut être tenue plus à niveau (moins piquée) pour une attaque au-dessus du centre, avec un espacement identique entre la queue et la bande. Cela réduit ainsi la probabilité de déviation courbe de la trajectoire de la bille si la bille est involontairement frappée en-dehors du centre.
- L'effet d'amorti causé par une attaque en-dessous du centre (rétro), avec un effet de côté involontaire, augmente l'effet latéral après le contact sur la bande. L'amorti ralentit plus la vitesse de la bille que le coulé (attaque haute), mais l'effet latéral ne disparaît pas plus vite. Avec le même effet et moins de vitesse, l'angle du rebond sur la bande sera plus grand avec un rétro.
- Cela a l'air d'être plus facile pour certaines personnes de placer le procédé sur la ligne verticale centrale de la bille quand le procédé est plus proche du bord supérieur de la bille, où l'alignement entre le procédé et le dessus de la bille est plus clair (bien que cette raison soit discutable).



HSV B.10 : Les effets du coulé et du rétro lors de l'exercice MOFUDAT

Une chose est évidente dans la vidéo **HSV B.10** : avec une attaque en-dessous du centre, il est difficile de maintenir l'orientation de la rayure pendant le roulement de la bille. Certaines personnes pensent que le mouvement de la bille est facilement dérangé à cause du patinage dû à l'amorti (au lieu du roulement renforcé par le coulé), ce qui n'est en fait pas le cas. La raison est que le rétro crée un carreau avant d'engendrer un roulement. Tant que la bille n'a pratiquement pas ou peu d'effet supérieur ou inférieur (par exemple, quand il s'agit quasiment d'un carreau), même un très léger effet latéral peut dévier la rayure. Ceci n'arrive pas lors d'une attaque au-dessus du centre (coulé) car la bille roule constamment, ne permettant pas à l'effet d'avoir assez de temps pour dévier la rayure dans une autre direction. Il est certain que la rayure bouge irrégulièrement si de l'effet est appliqué sur un coulé, mais elle ne va pas totalement s'écarter de son axe initial, comme c'est le cas avec une attaque en-dessous du centre, même avec le plus léger des effets. Regardez la vidéo et vous pourrez voir tout cela avec un mouvement extrêmement ralenti.

Voilà, j'espère que vous allez essayer l'exercice MOFUDAT et utiliser quelques-unes de mes fiches pratiques de mon site web, afin d'essayer de consolider les fondations de votre pyramide. Le mois prochain nous verrons quelques méthodes et exercices de base concernant la visée, qui pourraient s'avérer utiles si vous avez parfois une visée loin d'être parfaite.

Bon courage et bonnes parties,
Dr Dave

Dr Dave est professeur de génie mécanique à l'Université de l'État du Colorado, à Fort Collins, Colorado. Il est aussi l'auteur du livre, du DVD et du CD-ROM « [The Illustrated Principles of Pool and Billiards](#) » et du DVD « [High-Speed Video Magic](#) ».