Les règles du padel sur une page

À jour au 6 novembre 2026. D'après les règles du jeu FFT, édition du 1er septembre 2026.

Le jeu	• À quatre, sur 20 × 10 m, entre vitres et grillages. • Un seul rebond au sol, puis la balle peut toucher vitres et grillage. • La balle te touche directement, tu la frappes deux fois, ou ta frappe tape une balle qui traîne chez toi : perdu.
Le service (règle 6)	• À la cuillère, après un rebond, à la ceinture ou plus bas. • Deux pieds derrière la ligne, sans toucher la ligne de service ni la ligne centrale. Ni marcher ni sauter. • En diagonale, lignes comprises. Deux essais. • Après le rebond : vitre, bon ; grillage, faute. • Jamais de volée au retour.
Le let (règles 6 à 8)	• Service qui touche le filet puis le bon carré : on rejoue la balle. S'il file ensuite dans le grillage : faute. • Pendant l'échange, on rejoue le point si : balle qui éclate, objet qui entre sur le terrain, imprévu, gêne involontaire.
Le score (règle 3)	• 15, 30, 40, jeu. À 40-40 : avantage ou point décisif, selon le format. • 6 jeux pour un set, deux jeux d'écart. En tournoi FFT, à 6-6 : jeu décisif en 7 points. • Deux sets gagnants, sauf format court.
Les vitres et le grillage (règle 9)	• Pour renvoyer : ta vitre, oui. Ton grillage, jamais. • Directement sur la vitre ou le grillage d'en face : perdu. • Dans l'angle, sol et vitre ensemble : bonne.
Le filet (règle 9)	• Filet, puis le sol d'en face : bonne. • Le toucher, ou frapper avant que la balle l'ait passé : perdu. • Raquette au-dessus après une frappe de ton côté : permis (support d'arbitrage FFT, question 19).
Entre amis, avant le premier point	• Avantage ou point décisif ? • Service à deux pieds (FFT) ou à un pied (FIP) ? • On sort du terrain, ou pas ?