

# Badminton – Formes pour le double: Inséparables

**Veiller sur son partenaire et coopérer sont les ingrédients principaux de cet exercice.**

Deux joueurs s'affrontent en simple. Chacun est accompagné d'un partenaire sans raquette qui lui tient la main. Le joueur qui se détache perd le point de l'échange.



## Variante

Jumeaux: Quatre joueurs se livrent un match de double spécial. Ils se donnent la main et frappent le volant à tour de rôle. Lorsque le nombre de points est impair, un troisième partenaire vient se glisser entre les deux afin d'augmenter l'envergure du tandem.

---

Source: [Articles | Shuttle Time: Le badminton s'invite à l'école](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**