

# Badminton – Technique de frappe: Touches au corps

Durant cet exercice, les élèves s'affrontent sans filet mais avec puissance. Il s'agit de défendre au mieux sur des drives rapides et de mettre la pression sur l'adversaire avec des coups appuyés.

Un contre un librement dans la salle. Les trois premiers échanges sont coopératifs; dès le quatrième, le jeu s'accélère. Qui réussit à viser le premier son adversaire (en dessous du cou) grâce à un drive en revers?



## Variantes

- La touche au niveau du pied compte double.
- Sur un demi-terrain, avec un filet à hauteur réduite.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO