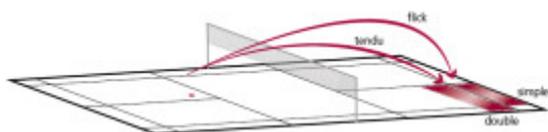


Badminton – Technique de frappe: Service long en coup droit (tendu/flick)

Le service long en coup droit est une bonne alternative au service court et permet d'imposer à l'adversaire un point d'impact défavorable.

Remarque: D'autres prises de vue sont disponibles (playlist) en cliquant sur le menu déroulant en haut à gauche de la vidéo.

Quelle est la trajectoire du volant?



Le service long en coup droit part de la ligne de service avant pour atterrir à la limite arrière du carré de service hors de portée de l'adversaire. Il peut revêtir la forme d'un tendu ou d'un flick.

Quand le coup est-il utilisé?

Le coup est utilisé lorsqu'il s'agit de jouer un coup énergique sur la ligne de service arrière.

Quelles sont les principales caractéristiques du coup?

Position de départ

- Prise en coup droit.
- Position près de la ligne médiane.
- Pied gauche pointe légèrement vers l'avant.
- Poids du corps sur la jambe arrière.

Phase d'élan

- Déplacer le poids du corps en avant.
- Amener le bras de manière contrôlée en avant, élan passif en avançant le coude (supination; tamis orienté de côté).

Phase de frappe

- Déplacer le poids du corps encore plus en avant.
- Frapper le volant avec une pronation courte et énergique de l'avant-bras.
- Point d'impact devant le corps proche de la hauteur permise.

Phase finale

- Poursuivre le mouvement.
- Ramener la raquette rapidement en arrière en position d'attente.

Source: Richard, Th. et al. (2016). Badminton: Technique de déplacement et de frappe. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO