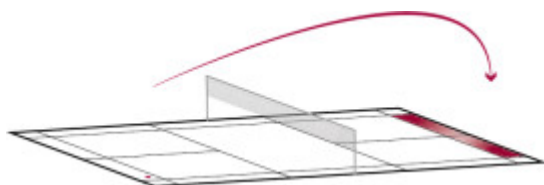


# Badminton – Technique de frappe: Dégagement côté coup droit

Le dégagement côté coup droit oblige l'adversaire à reculer au fond du court, créant ainsi de l'espace dans la zone avant adverse.

**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 dégagement côté coup droit part du fond du court pour atteindre le fond du court adverse.

## Quand le coup est-il utilisé?

Le coup est utilisé lorsque le joueur est au fond du court et souhaite jouer le volant long.

## Quelles sont les principales caractéristiques du coup?

### Position de départ

- Prise en coup droit.
- Les coudes et les épaules forment une ligne droite.
- L'avant-bras ne se trouve ni en pronation ni en supination.
- La raquette est orientée vers le volant.
- La hanche et l'épaule sont ouvertes; le coude est ramené en arrière.

### Phase d'élan

- Avancer la hanche.
- Lever et avancer le coude, bras et avant-bras en supination (le tamis s'éloigne du point d'impact).

### Phase de frappe

- Pronation explosive du bras et de l'avant-bras.
- Coude pas complètement tendu.

- Point d'impact si possible dans l'axe longitudinal du corps ou juste derrière («au-dessus de la tête ou de l'épaule»).

## Phase finale

- Le tamis termine le mouvement en descendant (l'avant-bras poursuit sa rotation).

---

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**