

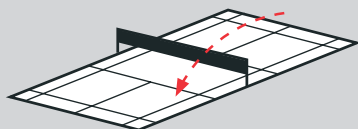
Amorti de coup droit

Quelle est la trajectoire du volant?

Les amortis partent du fond de court pour atteindre l'avant du court adverse.

Les amortis plus longs ont tendance à atterrir juste derrière la ligne de service.

Les amortis les plus courts atterrissent entre la ligne de service et le filet.



Quand utilise-t-on ce coup?

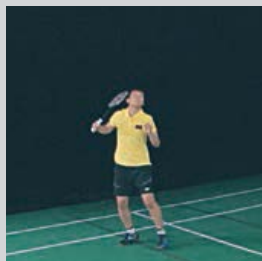
L'amorti de coup droit est utilisé lorsque l'on se trouve est dans la zone d'attaque.

Pourquoi joue-t-on ce coup?

Les amortis sont utilisés pour:

- Créer un espace dans le fond de court adverse.
- Déstabiliser l'adversaire.
- Inciter l'adversaire à exécuter un lob.

Comment se décompose ce coup?



Position de départ

- Prise en coup droit.
- Raquette prête au-dessus de la tête.
- Avant-bras levé.
- Position de profil par rapport au filet.



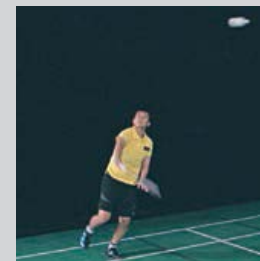
Phase d'élan

- Transférer le poids de la jambe postérieure vers l'avant.
- Pousser la hanche postérieure vers l'avant.
- L'épaule postérieure et l'avant-bras se déplacent vers le haut et l'avant.
- Les deux bras pivotent vers l'extérieur.



Phase de frappe

- Les deux bras pivotent vers l'intérieur.
- Frappe du volant douce au-dessus et légèrement devant l'épaule côté raquette.
- Juste avant l'impact, ralentir la rotation du bras pour «rentrer» dans le volant.



Phase finale

- Le pied postérieur devient le pied antérieur.

Source: Badminton World Federation (2011). Shuttle Time: Manuel à l'usage des enseignants en badminton.

→ Vidéo