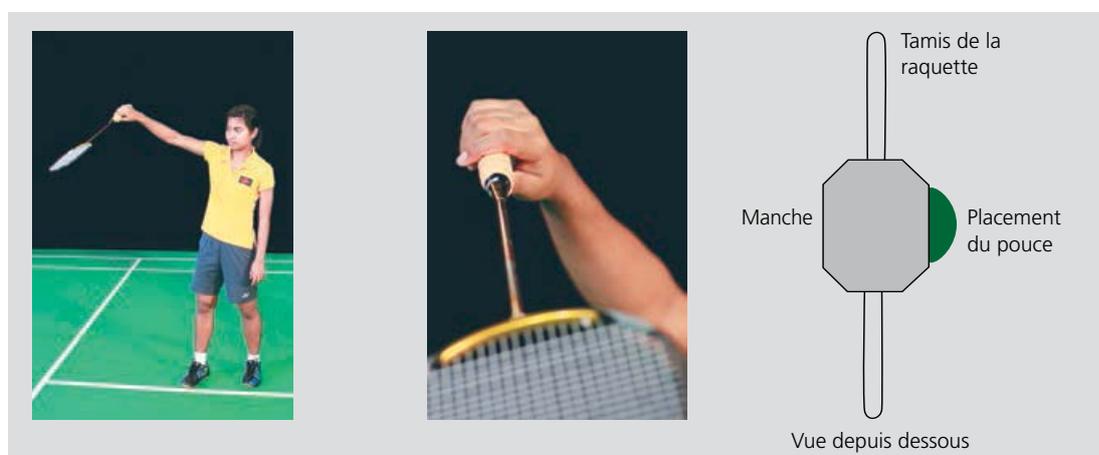


Prises revers et coup droit

Les gestes de base du badminton sont assez faciles à acquérir, ce qui permet d'éprouver rapidement du plaisir. A l'école, le sourire pendant le jeu est primordial. Les exercices techniques («apprendre») sont là pour renforcer le plaisir de jouer. L'acquisition de la bonne prise de raquette dès le départ facilite le développement de la capacité de jeu («réaliser une performance»).

Prise revers

La prise revers est utilisée pour les frappes en revers devant le corps, comme le service court, l'amorti, le smash de défense, le lob et le drive. Le pouce est placé sur la face large inférieure du grip et les autres doigts sont relâchés de manière à laisser un espace entre la main et le grip.



Prise coup droit

Cette prise est utilisée aussi bien pour les frappes main basse que celles au-dessus de la tête.

