

LE BADMINTONNIEN

Volume 31 numéro 3 • Mars 2016
Revue des entraîneurs de

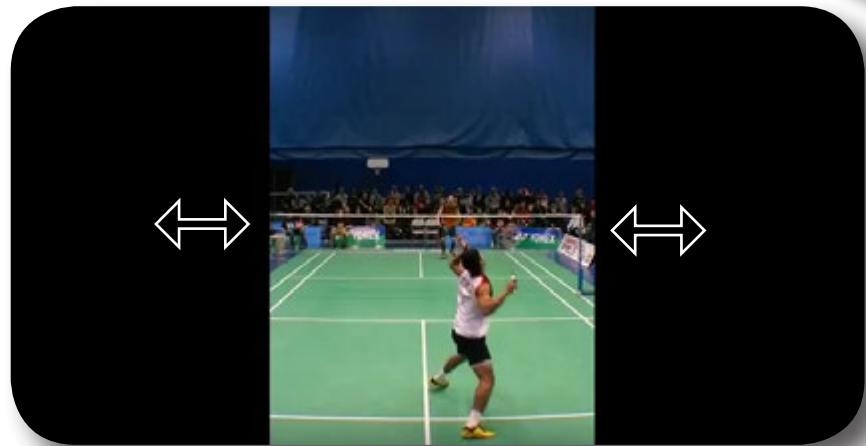


SOMMAIRE

- 3- Le Training
- 4- La TAC
- 5- La Planète Badminton
- 6- Informations

La TAC

Fermer le jeu



Suite à la page 4

Québec



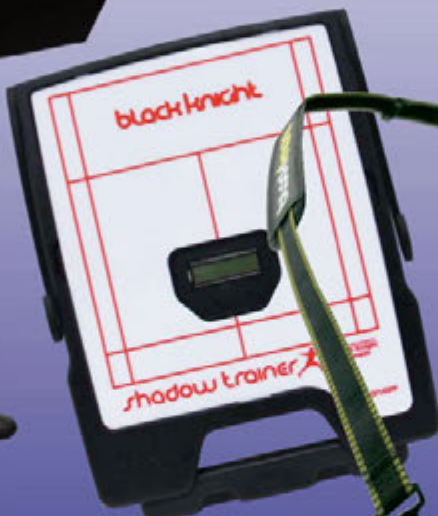
www.blackknight.ca

sports
experts®

www.sportsexperts.ca

Badminton Québec

recommande la marque **Black Knight**,
les seules raquettes ayant le sceau
Qualité Badminton Québec



MIEUX ENSEIGNER
MIEUX S'ENTRAÎNER
MIEUX JOUER



blackknight

badminton@BlackKnight.ca

Le Training

La BOX GAME



Le lien du vidéo

<https://www.youtube.com/watch?v=Tm8VVt1H2ag>

Je vous présente l'exercice probablement le plus utilisé dans le monde, la **BOX GAME**. Cette routine est universelle et peut être appliquée à tous les niveaux de jeu. Il faut identifier des objectifs précis qui permettront d'améliorer notre partie.

Le badminton est un sport de duel et la *box game* représente vraiment cet aspect où les intentions et les attitudes sont essentielles à la victoire.

Bon visionnement !



 **INTERSPORT®**

La TAC

Fermer le jeu



Fermer le jeu en fond de terrain sera notre premier sujet. Il faut comprendre le concept d'angle pour bien maîtriser cette tactique. Un volant qui provient du centre du terrain passera plus près de moi lorsque j'aurai à le frapper. Les joueurs utilisent cette tactique autant en double qu'en simple.

Une nouvelle section voit le jour. La **TAC** nous présentera différents aspects des tactiques utilisées en badminton. Une tactique est un ensemble de coups avec des intentions qui sont utilisés par l'ensemble des joueurs de badminton. La stratégie, quant à elle, est aussi un ensemble de coups avec intentions mais en fonction d'un adversaire donné ou en fonction de ma propre partie. En résumé, la tactique est pour l'ensemble des joueurs tandis que la stratégie est en fonction de moi ou de mon adversaire.



Le lien du vidéo

<https://www.youtube.com/watch?v=ptfJczU4AbA>

sports experts®

La Planète Badminton

La maîtrise!



Sur cette vidéo, nous voyons *Lee Chong Wei* jouer des échanges avec de jeunes joueurs de badminton de la Thaïlande.

C'est toujours impressionnant de voir le niveau d'agilité et de maîtrise de la frappe de ces jeunes asiatiques.

Lien du vidéo

<https://www.youtube.com/watch?v=qO18L-svkP8>

Informations



Le Badmintonien est une publication électronique trimestrielle à l'intention des entraîneurs et entraîneurs affiliés(es) à Badminton Québec.

Les auteurs prennent l'entière responsabilité de leurs écrits. Le générique masculin est utilisé uniquement dans le but d'alléger le texte.

Prochaine parution: **Été 2016**

Rédacteur: **Éric Dufour**
Mise en page: **Carole Plante**
Photos: **Yves Lacroix**

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Canada
ISSN 1929-5782

Badminton Québec
4940 est, rue Hochelaga
Montréal (Québec) H1V 1E7
Tél. : (514) 252-3066
Fax : (514) 252-3175
Courriel: info@badmintonquebec.com
Site web: www.badmintonquebec.com

Conseil d'administration

Président:	Claude Tessier
Secrétaire:	Mario Harbec
Trésorier:	Pieric Langlais-Gagné
Administrateur:	Pierre Beaulieu
Gouverneur:	Gaston Girard
Gouverneur:	Bruno Bélisle

Permanents

Directrice générale:	Chantal Brouillard
Directeur technique:	Christian Guibourt
Directeur des programmes:	Éric Dufour
Coordonnateur des services aux membres:	Alexandre Grosleau
Agente de bureau:	Carole Plante
Adjointe administrative:	Claire Attis

Merci à nos partenaires!

Québec



**sports
experts®**