

# Badminton – Technique de déplacement: Saut ciseaux

Le saut ciseaux permet de jouer énergiquement, dans l'axe longitudinal du corps, le volant qui menace de tomber derrière le joueur. Le centre de gravité est déjà amené en direction du pied avant. Cela permet un retour plus rapide vers le centre du jeu.

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

## Où et quand la technique de déplacement est-elle utilisée?

Le saut ciseaux est utilisé au milieu ou au fond du court côté revers lors de coups droits hauts.

## Quelles sont les principales caractéristiques de la technique de déplacement?

- La partie du corps côté raquette est reculée avant la frappe.
- L'appel se fait sur la jambe côté raquette.
- Lors du saut, le corps effectue une légère rotation autour de l'axe longitudinal de manière que la jambe côté raquette soit devant au moment de la réception.
- Au moment de la réception, le pied arrière est tourné à 45° vers l'extérieur et touche le sol (légèrement) plus tôt que le pied avant.

---

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