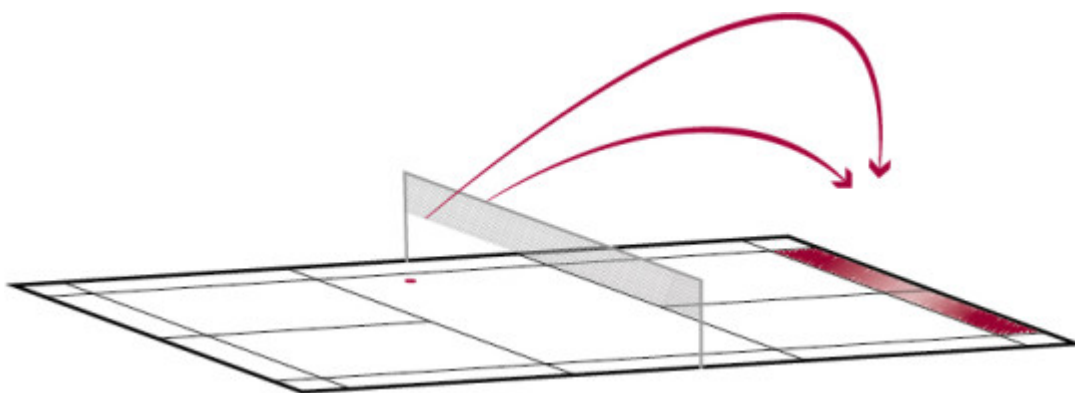


Badminton – Technique de frappe: Lob du revers

Le lob offensif du revers est utilisé pour mettre l'adversaire sous pression au fond du court. Le lob défensif laisse le temps au joueur de se replacer correctement pour le coup suivant.

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 lob du revers part de l'avant du court pour atteindre le fond du court adverse.
- Si le lob offensif est à peine hors de portée de l'adversaire, le lob défensif l'est beaucoup plus.

Quand le coup est-il utilisé?

Le coup est utilisé lorsque le joueur se trouve à l'avant du court, qu'il doit jouer le volant sous la bande du filet et qu'il souhaite l'envoyer au fond du court adverse.

Quelles sont les principales caractéristiques du coup?

Position de départ

- Prise en revers.
- Tamis près du point d'impact attendu.
- Coude légèrement fléchi.
- Léger angle entre l'avant-bras et le manche de la raquette.

Phase d'élan

- Elan passif en avançant et en levant le coude (pronation du bras).
- Alternative: Elan actif par pronation de l'avant-bras.

Phase de frappe

- Supination explosive de l'avant-bras.
- Serrer le manche (fingerpower).
- Point d'impact sous la bande du filet (le plus haut possible lors du lob offensif) devant le corps.

Phase finale

- Poursuivre le mouvement dans la direction de la frappe.

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