



LES DEUX FONT LA PAIRE, LE JEU EN DOUBLE !

Sports de raquettes = sport individuel. Le badminton renverse ce cliché en proposant un jeu en double technique, engagé et tactique mais surtout tout aussi pratiqué que le jeu en simple. Matthieu Lo Ying Ping, vice-champion de France en double, fait la paire avec vous pour vous expliquer le double.

La partie commence... Mais quels sont les points importants pour bien jouer en double ?

Comment sont positionnés les joueurs et quels sont leurs rôles en situation d'attaque?

Le premier joueur est positionné devant le filet et son rôle est de mettre la pression sur les adversaires, de les empêcher de bloquer les attaques et de reprendre le filet. Le deuxième joueur est en fond de terrain et doit diriger le point : smash, amortie, variation de coups. Ce deuxième joueur doit toujours penser à son coéquipier et chacun de ses coups doit mettre son coéquipier en position favorable pour défendre ou attaquer.

Rappel des zones de jeu en double : au service et en jeu.



« Avoir l'attaque »

A moins d'avoir une défense de fer et de ne faire aucune faute, il vous faut pouvoir prendre l'attaque et la garder. Pour cela, les phases de jeu se jouent principalement en frappant à plat, l'objectif pour vous est de ne pas donner la main (l'attaque) avec un volant facile et lent. La prise du filet est donc essentielle pour gagner le point. Plus vous serez présent et actif au filet, plus les adversaires vont être amenés à lever le volant et donc à vous donner des volants de smash.

La défense.

Oui, si l'attaque est perdue la défense doit permettre de reprendre l'avantage ou de pousser ses adversaires à la faute. Le positionnement des deux joueurs est donc différent puisqu'ils doivent être côte à côte pour couvrir un maximum de terrain. 2 possibilités s'offrent à vous : défendre court ou faire bouger l'attaquant. Reprendre l'attaque doit rester votre objectif lors de la défense.

Garder l'attaque, reprendre l'attaque, oui ! Mais quelles sont les zones où jouer pour prendre l'ascendant ?

La zone de divorce est LA zone où jouer. C'est cette zone située entre les deux joueurs. Si vous arrivez à placer le volant alors les adversaires ont un risque important de se gêner et de réaliser un mauvais coup. Une attaque smashée entre les joueurs va activer leurs réflexes en même temps, ce qui peut considérablement les gêner.

Quels sont les coups à maîtriser pour prendre l'ascendant dans l'échange ?

Service, retour et 3ème coup ! Sans aucun doute les coups les plus importants pour prendre l'ascendant dès le début du match. Un bon service de votre part suivi d'une bonne prise d'option en attaque et votre point peut être conclu en 3 frappes. Il en est de même pour le retour de service. En jouant sur les côtés, entre les deux joueurs (zones de divorce) ou encore sur le joueur pendant son changement de prise, vous pourrez prendre l'avantage rapidement et conclure le point.

Le jeu en double est un subtil mélange de technique, de tactique et de positionnement. En étant très mobiles et en cherchant toujours la bonne position sur le terrain, vous et votre coéquipier serez en mesure de développer un jeu d'attaque et de vous envoler vers la victoire.