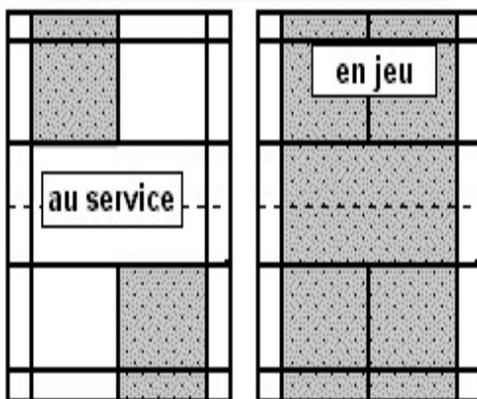
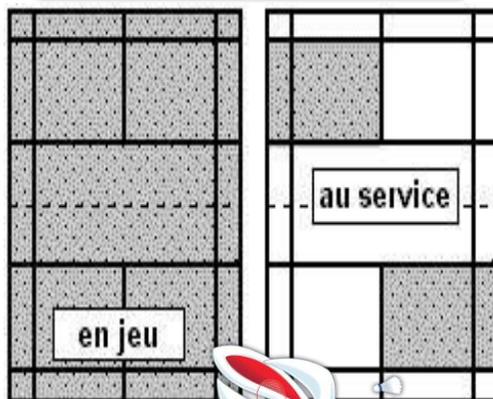


## AUTRES POINTS A ABORDER...

### Zone de jeu en simple (1/1)



### Zone de jeu en Double (2/2)



### Savoir lire un échancier



Lors d'un Tournoi, en arrivant à la salle, vous devez « pointer » pour confirmer votre présence, puis rapidement prendre connaissance de l'échéancier afin de savoir à quelle heure vous jouez. Il s'agit d'un cadre indiquant les heures prévisionnelles des matchs. Pour cela, il vous faudra effectuer un petit décryptage des abréviations, en commençant par le tableau :

Exemple: **SD NC/P12 Poule A**

**S** = simple, ou **D** = Double puis le sexe : **H** = homme / **D** = dame / **X** = mixte (en double)

Puis les regroupements de catégories (exemple : **NC-P12 / P11-D9 / D8-D7 / R**)

On peut aussi trouver ce type de classement **P- / P+ / D- ...** fait à partir des cotes des joueurs

La poule d'évolution: **PA ou Poul A** = poule A... une poule peut aller de 3 à 5 joueurs:

- Si 3 joueurs alors 2 matchs minimum (hors forfait)
- Si 4 joueurs alors 3 matchs minimum (hors forfait)
- Si 5 joueurs alors 4 matchs minimum (hors forfait).

Si vous terminez dans les 2 premiers, alors vous êtes qualifiés pour des phases éliminatoires (selon règlement) qui vous amèneront peut être jusqu'en finale dans votre catégorie...

Chaque match dure entre 25 et 40mn. S'hydrater et se ravitailler durant les pauses !

Conseil: pensez à vous échauffer (sans volant) 15mn avant votre match...

### Matériel nécessaire pour un tournoi

- Prévoir 2 raquettes (si un cordage casse) + grips / surgrips
- Chaussures de salle adaptée (badminton, hand, tennis...)
- Short (ou jupette pour les femmes) OBLIGATOIRE
- Polo(s) ou T-shirt(s) – 1 par match recommandé...
- Bouteille d'eau / barres de céréales ou autre alimentation rapide
- Serviette de toilette (+ nécessaire de rechange si douche sur place)



# BADMINTON MODE D'EMPLOI



Vous venez de vous inscrire au badminton et cela va peut être vous amener à disputer vos premiers matchs en tournoi ou en Interclubs.

Il est important de dissocier ces 2 types d'offres. Les Interclubs (mixtes ou hommes) sont des compétitions par équipes de club qui ont lieu les soirs en semaine (1 tous les 15 jours environ) durant les créneaux d'entraînements des clubs, suivis d'un repas. La D1 mixte fait exception à cette règle car les rencontres sont des dimanches (7/an). Ils sont organisés en divisions hiérarchiques. Pour être dans une équipe, vous devez vous rapprocher de la commission Vie Sportive de votre club. Vous pouvez suivre les championnats sur ce lien: <https://icmanager.ffbad.org/>

Les tournois, eux, se déroulent les week-ends dans les différents clubs affiliés de toute la France. Il n'y a aucune obligation d'y participer, les inscriptions se font de manière volontaires et individuelles, cependant, une fois engagé, seul un certificat médical pourra justifier un forfait de votre part. En cas d'absence injustifiée, une suspension de 2 mois de tournoi vous sera infligée par la Ligue. Vous pouvez connaître les dates et lieu sur ce site:

<https://badiste.fr/liste-tournoi-badminton>



Sachez que tous ces différents formats de compétitions ont été pensés afin que chaque joueur puisse s'exprimer à son niveau. Ainsi la Fédération Française de Badminton a créé un système de classement personnel allant de Non Classé (NC) à N1. Chaque match, gagné ou perdu, donne des points, utilisés pour le calcul d'une moyenne appelée « cote » (ou cpph). Cette valeur détermine le classement de chaque joueur dans chacune des 3 disciplines (Simple, double, mixte) dont voici la progression:

**NC- P12- P11- P10- D9- D8-D7- R6- R5- R4- N3- N2- N1.**

Dans un tournoi, un joueur NC ne peut donc jamais se retrouver à jouer contre un joueur R6 (exemple). Lien pour connaître son classement :

<https://poona.ffbad.org/page.php>

Les inscriptions pour les Interclubs (et parfois les tournois) sont gérées par un (ou des) **responsables dans votre club**. Nous vous incitons à le rencontrer et à discuter avec lui pour organiser le co-voiturage, mais aussi pourquoi pas prendre quelques responsabilités dans le club (inscription, capitaneat...). Il est important que vous en connaissiez les coordonnées téléphoniques et adresses mails.

Vos trouverez dans les pages suivantes des éléments pouvant vous aider (règles du jeu, coaching, organisation...). Alors bons matchs !

En attendant, voici le site de référence pour les vidéos (BWF) :

[https://www.youtube.com/channel/UCHh-akEbUM8\\_6gHvNjD6cQ](https://www.youtube.com/channel/UCHh-akEbUM8_6gHvNjD6cQ)



- Match remporté en 2 sets gagnants de 21 points avec 2 points d'écart
- En cas d'égalité jusqu'à 29/29, on s'arrête à 30pts maximum (fin du set)
- Le tirage au sort du serveur se fait en déposant le volant sur la bande du filet. Le bouchon indique celui qui peut au choix :
  - Prendre le service (laisse le choix du terrain à l'autre)
  - Choisir son camp (laisse l'autre servir ou non)
-  Chaque échange donne lieu à un point gagné (ou perdu)
- Le point est marqué lorsque le volant touche le sol du camp adverse, ou si l'adversaire commet une faute (volant dans le filet, touché par le corps ou hors des limites du terrain).
- Les lignes font partie du jeu (si touchées = points gagnés)
- Le gagnant de l'échange prend le service (ou continu de servir)
- Le serveur se place en fonction de son score personnel, côté droit si son score est paire, et côté gauche si son score est impaire
- Le service s'effectue en diagonale ou « croisé » (sauf en Minibad)
- La frappe se fait sous la ligne du nombril (main basse) sans feinte
- Le volant doit au moins franchir la ligne de service adverse (au service)
- Le volant peut toucher le filet s'il retombe dans la bonne zone de jeu
- Les couloirs latéraux sont interdits en simple (ok en double) - cf page 4
- Le couloir de fond est interdit sur le service en double – cf page 4
- **Le couloir de fond est interdit en Minibad et Poussins, et filet à 1,40m**
- Pause à 11pts (1mn) et en fin de set (2mn) – 3mn d'échauffement raquette

### COACHING (2 coachs par joueur maximum)

- ✓ Tous les matchs sont en auto-arbitrage (aucune intervention)
- ✓ En cas de litige, on fait « à remettre » sans compter le point
- ✓ Coaching interdit durant les échanges mais autorisé entre
- ✓ Coaching interdit entre les échanges en Poussins/Benjamins
- ✓ Coaching autorisé durant les pauses (11 pts et fin de set)
- ✓ Recommandations: analyser les points faibles adverses (zone de jeu: au filet, en mi-court, en fond de court, zone revers), ainsi que la vitesse de déplacement
- ✓ Pas de conseils techniques, rester dans la tactique, valorisez ses points forts
- ✓ Gagné ou perdu, on se salue tous en fin de match.



**ENCOURAGEZ POSITIVEMENT VOTRE PARTENAIRE**

**SACHEZ GERER SES EMOTIONS LIEES AU DUEL EN COURS, RESTEZ CALME**

**LE FAIR PLAY EST UNE NOTION PRIMORDIALE EN BADMINTON.**

