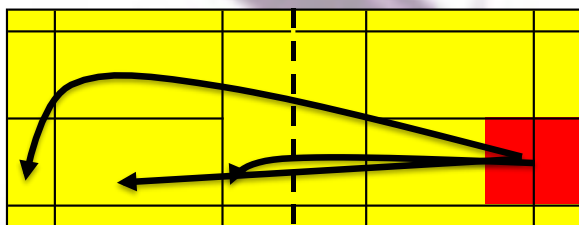


## LE REVERS DE FOND DE COURT

Il s'agit d'un coup qui s'effectue dans l'espace arrière quand le joueur est en retard sur son revers. Le volant est frappé simultanément à la pose du pied d'appui (pied droit pour les droitiers).

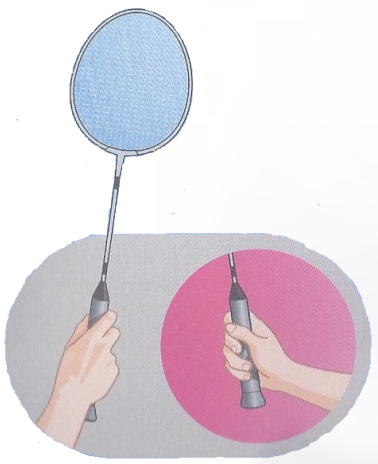
Les trajectoires associées à ce coup sont :

- Le smash
- Le dégagement
- L'amorti



C'est une frappe que l'on retrouve essentiellement lors d'un match de simple.

Il faudra éviter d'être crispé, de bouger les épaules et le coude au moment de l'impact avec le volant.



### La prise de raquette :

Paradoxalement, il va falloir utiliser une prise de coup droit pour jouer un revers de fond de court en ouvrant le tamis depuis la prise universelle en fonction de la trajectoire recherchée. Pour une frappe puissante, il faut mettre la main en bas du grip (prise longue).

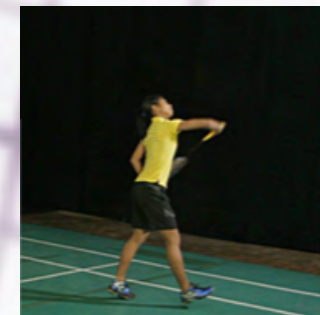
### Le smash :

Il peut être droit ou croisé. Le coude est fixé haut et loin du corps afin de jouer le volant sur la droite du joueur le plus tôt possible.



S'ensuit une extension de l'avant-bras simultanément à une supination très violente.

Les doigts se serrent au moment de l'impact. Le tamis est face à la cible et orienté légèrement vers le bas.



Attention au smash croisé qui oblige à un remplacement plus important.

### Le dégagement :

Il peut être droit ou croisé. Les principes restent identiques au smash mis à part que le tamis est orienté légèrement vers le haut au moment de l'impact.

Attention à la trajectoire du volant sur le dégagement croisé qui doit passer bien au dessus de l'adversaire sous peine de se faire contrer.

### L'amorti :

Comme pour la réalisation du smash, le coude est fixé haut et loin du corps. Cette fois la rotation de l'avant-bras est freinée juste avant l'impact.

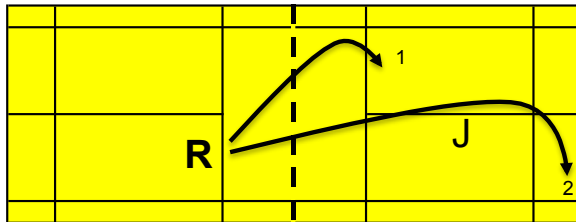
Le tamis est face à la cible et légèrement orienté vers le bas.

Attention aux amortis sans vitesse près du filet qui peuvent permettre à l'adversaire de faire un coup précis en retour.

## Quelques exercices :

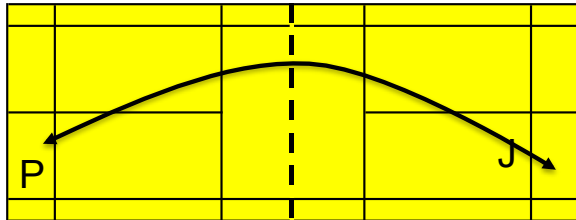
- ❖ Un relanceur (R) placé à l'avant du court face au revers du joueur (J). R alterne un volant en fond de court sur le revers de J et un volant court sur son coup droit.

J renvoie le volant sur R. Ainsi, le joueur s'exerce à l'amorti de fond de court.



Afin de travailler le smash, R se place mi-court face au revers de J.

- ❖ Un partenaire (P) se place en fond de court face au revers du joueur (J). P effectue des dégagements en coup droit et J des dégagements en revers.



# ENTRAINE-TOI BIEN!

LIGUE CHAMPAGNE ARDENNE DE BADMINTON  
9C RUE DE LA POMPELLE – 51100 REIMS  
03 26 89 26 33 – [secretariat@lcabad.fr](mailto:secretariat@lcabad.fr)  
[www.lcabad.fr](http://www.lcabad.fr)



## LE REVERS DE FOND DE COURT



# LIVRET #5