Badminton

**Descriptif général du sport**

Le badminton est un sport de raquette qui oppose soit deux joueurs (simples) soit deux paires (doubles), placés dans deux demi-terrains séparés par un filet. Les joueurs, appelés badistes marquent des points en frappant un volant à l'aide d'une raquette pour le faire tomber dans le demi-terrain adverse. L'échange se termine dès que le volant touche le sol.

**Niveau du cours**

Tous niveau, mixte.

Débutant, mixte.

Moyen, mixte.

Avancé, mixte.

Compétition, Mixte.

**Objectifs/Contenu**

Selon le niveau des joueurs :

* Découverte et apprentissage des coups de base pour arriver à échanger.
* Amélioration des techniques pour développer ses possibilités de jeu.
* Optimisation des capacités techniques, tactiques, physiques du joueur.
* Utilisation de schémas tactiques pour s’adapter à différents adversaires.

**Tenue/Matériel**

Tenue de sport, chaussures de sport en salle.

Raquette.

Affaire de rechange.

Bouteille d’eau.