

Photo: Antoine Rouillet.

Quang Tran.

badinfo@club-internet.fr

# Éléments techniques et tactiques de base en double

**Le double, une discipline d'équipe par excellence ! Mais, bien la maîtriser n'est pas chose aisée notamment au niveau de coordination des deux partenaires sur l'intention de frappe et sur le placement. Les bons joueurs de double doivent savoir :**

- se placer de façon à pouvoir assurer une couverture maximale du terrain en fonction de la frappe de retour du camp adverse,
- se relayer dans l'attaque pour que ce ne soit pas toujours le même joueur qui soit en arrière, car c'est le plus fatigant,
- se placer pour pouvoir exploiter les points forts de l'équipe et couvrir ses points faibles : un joueur de profil attaquant et bon smasheur doit se trouver plus souvent en arrière et, inversement, un joueur adroit et rapide au filet doit se trouver le plus souvent devant près du filet...

## Quelques points-clés à retenir

1- Se placer le plus souvent possible en situation dominante qui est la position d'attaque et savoir conserver cet avantage jusqu'au gain de l'échange. Les joueurs doivent utiliser le plus possible les trajectoires plongeantes (smash ou amorti) obligeant ainsi leurs adversaires à lever le volant.

## Suggestions d'exercices d'entraînement :

**Exercice 1 - Savoir changer la situation en passant de celle de défenseurs à celle d'attaquants :** Les deux joueurs se placent côte à côte et l'entraîneur distribue des volants de trajectoire d'attaque rapide, smash ou demi-smash ou dégagement rapide.

Après trois à quatre frappes de défense en lob au fond, les joueurs doivent essayer de passer en position d'attaque en jouant en amorti et en se plaçant en position d'attaquants.

Celui qui a joué l'amorti se place devant au filet et son partenaire derrière. Si l'entraîneur

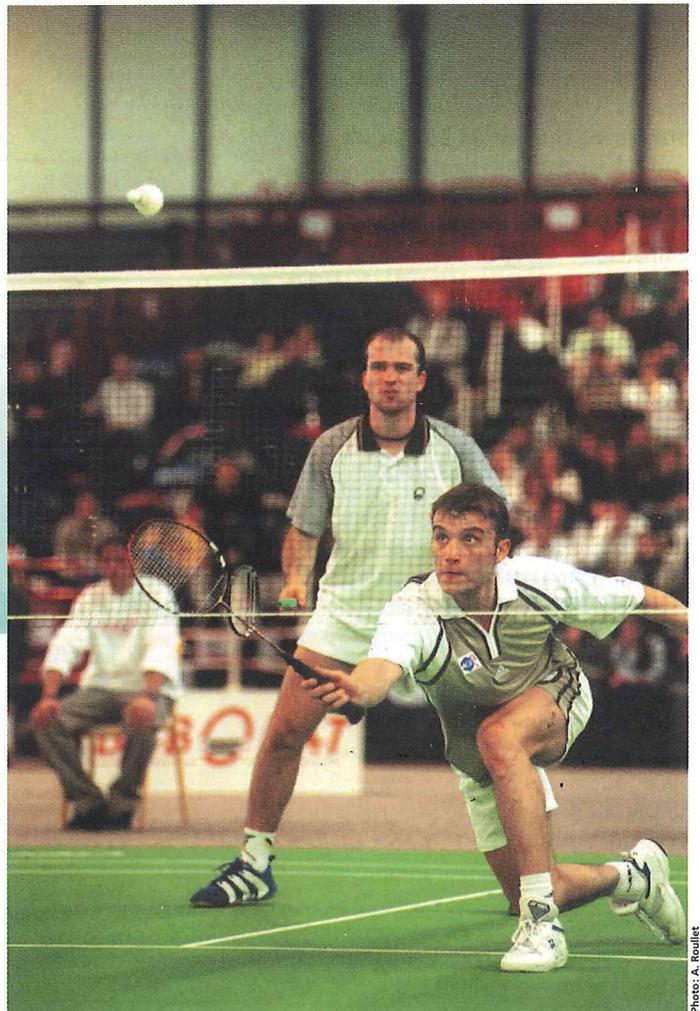
juge que l'amorti est efficace pour les faire passer en situation d'attaquants, il distribue alors des volants en trajectoire de défense, sinon il s'arrête et fait recommencer en position de défense..

**Exercice 2 - Savoir conserver l'attaque :** les deux joueurs se placent en position d'attaquants, l'entraîneur distribue des volants de trajectoire de défense, lob ou amorti. Les joueurs ne doivent jouer que des frappes de trajectoires plongeantes (amortis, smashes ou demi-smashes).

2- Se placer ensuite le plus souvent possible en situation d'attaquants, pour éviter que les adversaires ne s'installent dans une position de défense solide. Il faut, pour cela, savoir alterner les frappes d'attaques, puissantes et rapides, comme le smash, le dégagement d'attaque... et celles plus "molles", au filet comme les amor-

tis de fond ou demi-smash..., cela permet de casser le rythme et de perturber le placement des adversaires.

Idée de routine d'entraînement : Faire jouer 4 joueurs en situation d'attaque/défense. La paire de défenseurs se place côte à côte et



Savoir se placer en position dominante - Vincent Laigle exécute un contre-amorti dans le but de provoquer un dégagement main basse. Il donne alors l'opportunité à son partenaire pour attaquer.

Photo: A. Rouillet



Savoir varier en attaque - Ici Bertrand Gallet fait un amorti feinté au filet dans l'idée de surprendre les adversaires et essaie ainsi de créer une situation propice à Manuel Dubrulle pour conclure au filet.

essaie de lever le volant le plus possible au fond. Les attaquants doivent varier les 3 types de frappe d'attaque, smash-amorti de fond et dégagement tendu rapide, pour surprendre et percer la défense adverse.

3- Assurer en permanence sa position d'attente par rapport à la frappe de l'adversaire de façon à pouvoir couvrir un maximum de terrain. Cela suppose de connaître sans cesse la position de son partenaire et de savoir bouger en fonction de sa frappe ou de celle de son coéquipier, en anticipant la trajectoire retour.

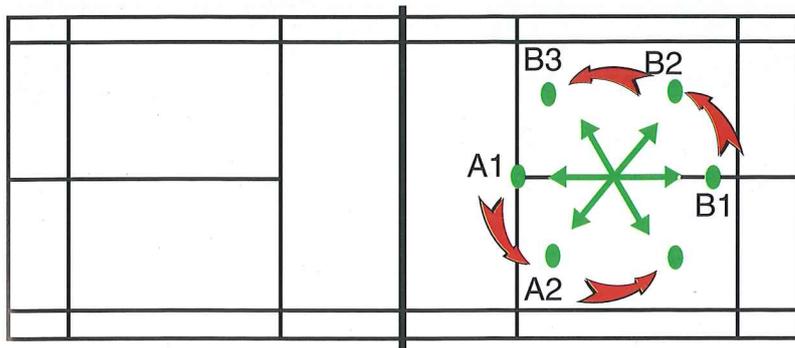
Le joueur au filet doit être constamment en mouvement et avoir la raquette levée devant soi pour pouvoir intercepter rapidement les volants au filet. En position d'attaque, les joueurs se placent habituellement l'un devant l'autre dans la zone centrale. Mais, dès lors que l'un des deux se décale d'un côté pour intercepter un volant, son partenaire doit se déplacer au côté opposé pour mieux couvrir les zones exposées.

Le placement des deux joueurs est symétrique par rapport au point central (O) du terrain à l'image d'une aiguille tournant autour de (O) : lorsque le joueur en arrière (B) avance à droite, le joueur au filet (A) recule à gauche et vice versa...

### Suggestions d'exercices d'entraînement :

**Exercice 1 - permutation :** Les deux joueurs se placent en position d'attaquants. L'entraîneur distribue des volants de trajectoire défensive, lob ou amorti. Les joueurs ne doivent exécuter que des frappes d'attaque (amortis, demi-smashes ou smashes). Dès que le joueur au fond exécute une frappe en position décentrée et au milieu du terrain, il avance au filet et son partenaire recule pour prendre la place au fond.

4- Se concentrer sur la qualité du service et du retour de service. Sachant que 50% de la partie se joue sur ces frappes, les joueurs doivent soigner leur précision et leur efficacité en se mettant dans les meilleures dispositions physiques et mentales : reprendre son souffle avant de servir ou de recevoir, ne pas se laisser impres-



Exercice de permutation.

## Smash

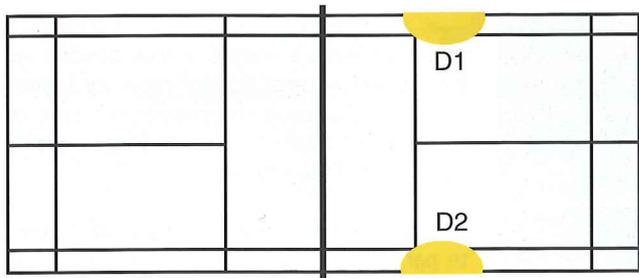
vente à distance

**YONEX - CARLTON - KAWAZAKI - VICTOR - BABOLAT**  
Volants, Raquettes, Textiles, Accessoires

**Tarif gratuit sur demande**

Michel Lechalupé, entraîneur BEES  
183, route de Roncherolles - 76160 Préaux  
Tél : 02 35 59 03 19 - Fax : 02 35 59 68 91

**tout le badminton scolaire**  
[www.smash-sports.fr](http://www.smash-sports.fr) - [smash.sarl@wanadoo.fr](mailto:smash.sarl@wanadoo.fr)



Zone de "divorce" D1 - D2

sonner par la position d'attente menaçante de l'adversaire et se concentrer uniquement sur la trajectoire de sa frappe...

5- En situation d'attaque, se placer rapidement dans la meilleure disposition d'interception : le joueur présent au filet doit surveiller la trajectoire d'attaque et anticiper le retour en défense pour pouvoir intercepter.

6- Il faut utiliser le plus souvent possible le service court, obligeant ainsi l'adversaire à lever le volant. Une bonne trajectoire plongeante place tout de suite les serveurs en avantage de la position d'attaque.

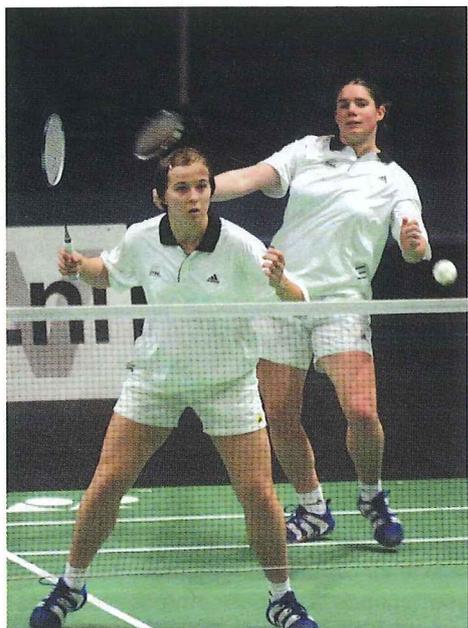


Photo: R. Sachet

Suivre la trajectoire de frappe d'attaque de son partenaire permet d'anticiper le retour de défense du camp adverse - A.Decelle va pouvoir intercepter le retour au filet et conclure l'échange par un rush.

7- Réception de service : savoir mettre les adversaires sous pression. Les joueurs doivent se montrer menaçants en position d'attente, raquette haute et corps légèrement penché vers l'avant, et essayer d'intercepter très tôt les services courts en jouant soit

sur les zones de divorce D1-D2 soit en visant directement le corps du serveur. Sur les services longs, il faut essayer de rabattre le volant par des trajectoires rapides, smashes ou amortis.

## Conclusion

Une bonne équipe de doubles est avant tout celle dont la coordination et la prise de décision sont toujours les plus optimales et adaptées à la situation. Cette entente sur qui doit faire quoi pendant l'échange, le placement-replacement à faire ou la frappe la plus judicieuse à exécuter, résulte d'un automatisme acquis seulement suite à des répétitions des schémas technico-tactiques N fois exécutés à l'entraînement et que les joueurs s'imposent à respecter en situation de match.

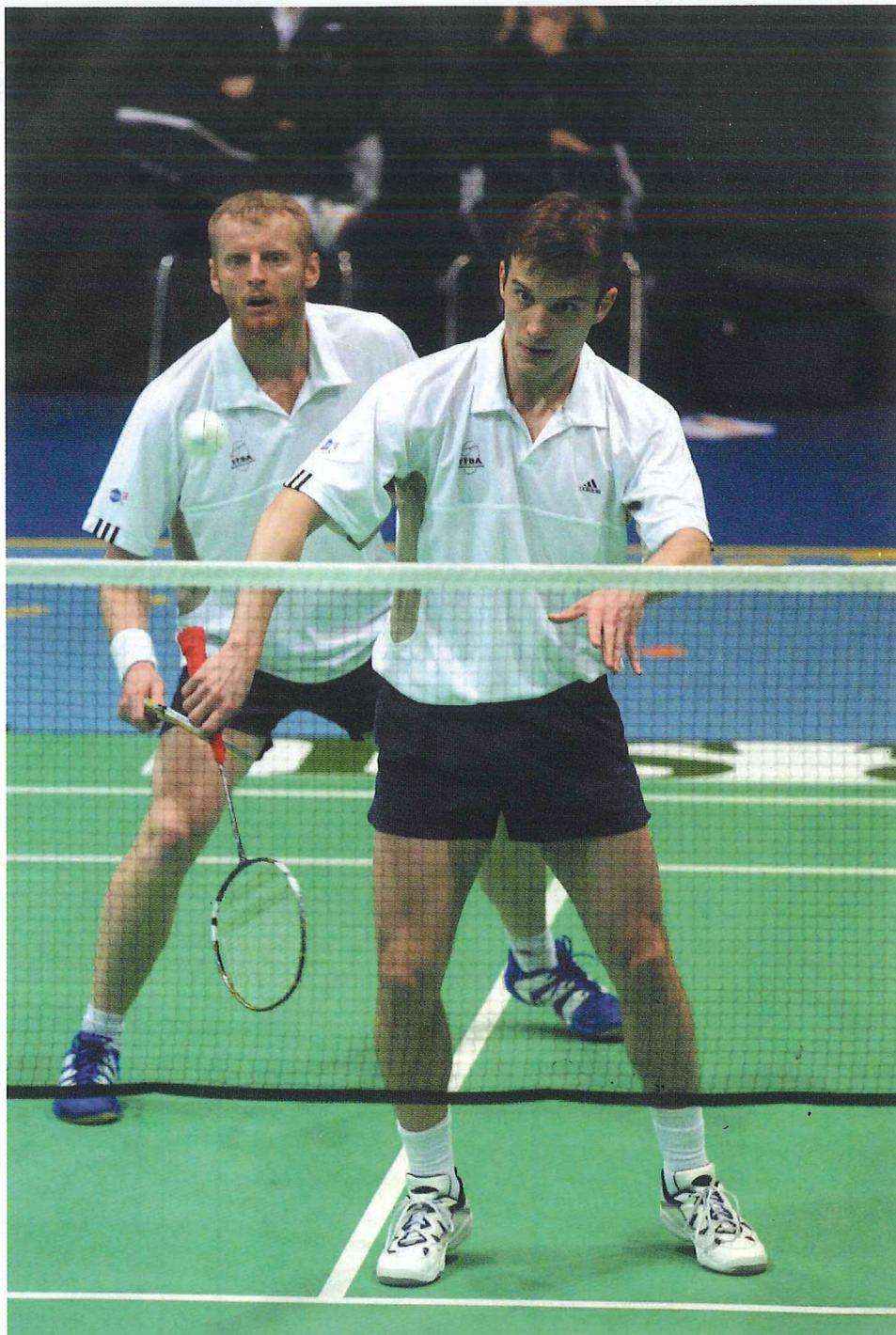


Photo: R. Sachet

Service court au filet pour avoir l'avantage de l'attaque - Ici Vincent Laigle avec son service court plongeant va créer une opportunité d'attaque en smash pour Manuel Dubrulle.

# PACIFIC

Tout pour le badminton

[Intecsports.com](http://Intecsports.com)

Tel : 02.35.70.41.42