



Les FONDAMENTAUX du BADMINTON

# LE DOUBLE DAMES



## LOGIQUE INTERNE du BADMINTON

«Sport duel dans lequel le volant, frappé par une raquette, après avoir franchi le filet, doit toucher le sol dans le camp adverse ou ne pas être renvoyé par l'adversaire.»

*Définition FFBD*

## Les PRINCIPES FONDAMENTAUX

- **L'utilisation de l'espace...** c'est le volume de jeu dans lequel se déplace la joueuse et dans lequel le volant peut être envoyé. Les trajectoires utilisées : longues, courtes, hautes, basses, à plat, droites et croisées.
- **L'utilisation du temps...** c'est le temps qu'a la joueuse pour s'organiser entre chaque frappe. C'est une constante que l'on retrouve à tous les niveaux. Plus le niveau de jeu est élevé, moins les joueuses ont de temps pour s'organiser (prise d'information, vitesse de déplacement, vitesse du volant) et plus elles sont capables de jouer sur les variations de rythme.
- **L'adversaire...** le badminton est un sport d'opposition. La prise en compte de l'adversaire influence la joueuse sur les choix qu'elle doit faire tout au long du match (points forts, points faibles, type de jeu développé).

# Le DOUBLE DAMES

Le match se joue en deux sets gagnants de 21 points.

Chaque échange remporté par une paire de joueuses est comptabilisé par un point à son actif.

Si les 2 paires sont à un score de 20 partout, le match se poursuit jusqu'à ce qu'une des deux paires ait deux points d'écart. À 29 partout, la première à 30 est déclarée vainqueur du set.

## CARACTERISTIQUES du double dames

- Le jeu est très **agressif**.
- Les joueuses de double dames exploitent de mieux en mieux les différentes zones du terrain.
- **Elles maîtrisent l'avant du court** (mi-court – filet).
- **Les défenses restent plus fortes que les attaques et occasionnent des échanges souvent très longs** (jusqu'à plus de 100 coups par échange).
- Les situations de jeu imposent (en plus des qualités de jeu au filet) d'avoir **une bonne défense et surtout d'être capable de gérer efficacement les échanges en fond de court**.
- Comme dans toutes disciplines collectives, **la notion de soutien est importante**. Par son placement, la joueuse dite sans volant aide sa partenaire qui a pris des options fortes et limite les choix de jeu de ses adversaires.
- Il faut souligner **la prépondérance des 4 premiers coups** sur le résultat d'un match de double. La qualité et les choix faits à ce moment-là donneront le tempo de l'échange.

## STATISTIQUES du double dames lors des JO 2008

Nombre de matchs	16
Durée moyenne des matchs (minutes)	42
Match le plus court (minutes)	20
Match le plus long (minutes)	65
Échange le plus long (secondes/coups)	100/107
Moyenne des échanges (secondes/coups)	14/12
Nombre de matchs en 3 sets	3

## Les qualités essentielles des joueuses de double dames

- Explosivité / Endurance
- Maniabilité
- Qualité des appuis
- Vitesse de réaction (prise d'information / lecture du jeu)
- Vitesse d'exécution
- Relâchement
- Sens du jeu
- Lucidité
- Gestion de la pression
- Concentration
- Combativité
- Confiance
- Adaptation



Ligue Ile-de-France  
de Badminton

96/98 rue Blanche - 75 009 Paris

Tél : 01 53 25 11 61

Site internet : [www.lifb.org](http://www.lifb.org)

Courriel : [secretariat@lifb.org](mailto:secretariat@lifb.org)