

Badminton 493 km/h



Squash– 282 km/h



Tennis – 263 km/h



Utile à savoir : Le Guide du Badminton

par

La Commission des Jeunes du
Rixensart Badminton Club

Édité par AB le 27 juillet 2015

LE BADMINTON EN BELGIQUE

Organigramme des instances du Badminton :

Organisation mondiale
Badminton World Federation
(<http://www.bwfbadminton.org>)

Organisation européenne
Badminton Europe
(www.badmintoneurope.com)

Fédération Belge de Badminton, BBF (*)
(www.belgian-badminton.be)

Association néerlandophone de badminton
Vlaamse Badminton Liga, VBL
(<http://www.badmintonvlaanderen.be/>)

Association francophone de badminton
Ligue Francophone de Badminton Belge, LFBB
(<http://www.lfbb.net>)



(*) Organise les aspects internationaux du badminton belge tels que la sélection des joueurs pour les Jeux Olympiques et les tournois internationaux en Belgique y compris le Belgian Badminton "A" circuit. La BBF définit également les règles de compétitions et de classements en Belgique.

Au total, environ 25.000 (11.500 en Wallonie et à Bruxelles en 2014) personnes sont inscrites dans les clubs belges de Badminton en tant que compétiteurs ou récréant. Pour comparaison, en Allemagne (2011) 213.000 personnes pratiquent le badminton et en France (2013) 167.000. La LFBB entreprend des efforts pour, d'une part emmener plus de jeunes à la pratique du Badminton et, d'autre part pour améliorer la qualité du jeu des jeunes. Pour cela, elle offre des entraînements aux jeunes talents et aussi des formations aux entraîneurs. En outre, elle essaie d'établir un réseau de clubs donnant un entraînement de qualité pour les jeunes. Elle a établi trois labels de qualité : le pôle club performance, le pôle club entraînement et le pôle club loisir.

Le club de Rixensart a obtenu en 2012 le label de qualité "Pôle entraînement" et le label « Pôle Performance » avec une étoile au 1er janvier 2015. Depuis septembre 2013, la LFBB a lancé un projet pédagogique afin de développer le badminton pour les enfants en bas âge : le projet Pôle Mini-badminton pour les enfants de moins de 9 ans. Projet que notre club s'engage à honorer depuis la saison 2014-2015 en lançant son Pôle « Mini-bad ».

RIXENSART BADMINTON CLUB

Avec 219 membres en 2014, notre club compte parmi les grands clubs de Badminton de Belgique. Notre club participe avec six équipes (trois équipes Hommes et deux équipes Mixte) aux compétitions interclubs de la LFBB. Une équipe Messieurs joue en 1^{ème} division, une équipe Mixtes en 2^{ème} division, 2 équipes jouent en 4^{ème} division et une équipe en 5^{ème} division. Deux équipes (une équipe Messieurs et une équipe Dames) participent également en compétition "Coupe de Ligue".

Le club organise trois tournois nationaux par an : au mois d'octobre pour les joueurs de compétition (classés B1, B2, C1, C2 et D), au mois de mars un tournoi jeunes (moins de 9 ans, moins de 11 ans, moins de 13 ans, moins de 15 ans et moins de 17 ans) et un en juin pour les joueurs élités de tout haut niveau, classés A et B.

En plus de la compétition, notre club propose également des activités de loisir et de détente. Ainsi nous organisons une matinée d'accueil **le dimanche 20 septembre**, un souper raclette en **mars** (avec soirée dansante) et un barbecue en général **fin juin**

LA COMMISSION DES JEUNES

- Stage de Pâques

Nous sommes fiers d'améliorer notre offre pour les jeunes d'année en année. Ainsi, cette saison, nous avons organisé notre 3^{ème} stage au Touquet durant les vacances de Pâques. Ce stage est un réel succès, non seulement en terme d'ambiance et d'encadrement, mais aussi au niveau des progrès sportifs réalisés par les stagiaires. Le stage se déroulera en 2016 du 27 mars au 2 avril. Avis aux amateurs !

- Après-midi de type "interclub"

En collaboration avec BCCM et Waterloo, nous organiserons également des après-midis de loisirs de type « interclubs » : une rencontre par trimestre - le dimanche après-midi de 14h à 18h. Ce ne sont donc pas des rencontres officielles mais offrent l'occasion de se mesurer à des jeunes d'autres clubs.

- Minibad

Comme mentionné plus haut, notre club propose le Pôle Mini-bad pour les enfants jusqu'à 9 ans.

Notre site internet www.rixbad.be reprend toutes les informations concernant le club (horaires, contacts, groupes d'entraînement, compétitions, ...) et les activités de la Commission des jeunes en cours sont reprises sur la page d'accueil du site.

Les personnes de contact de la Commission des Jeunes sont :

Gestion Administrative et Sponsoring
Responsable des Entraînements et Minibad

Anne Belfroid 0478/78.64.38
Xavier Debecker 0471/66.12.16

LA COMPETITION

Il y a plusieurs façons de faire de la compétition.

- Championnats

Les championnats (jeunes et adultes) de Belgique et de la Ligue sont organisés une fois par an. Jusqu'à ce jour aucun niveau n'est exigé pour y participer ; mais il est préférable de demander conseil au responsable entraînement avant de se lancer dans l'aventure!!

- Interclubs officiels

Se jouent par équipe contre d'autres équipes ; ces rencontres ont lieu pendant la semaine et le week-end. Les équipes (des adultes principalement et quelques jeunes de niveau) sont formées dès le mois d'août de chaque saison.

- Tournois

Organisation ponctuelle proposée par les clubs le week-end.

- Les tournois adultes sont ouverts aux joueurs de tout âge et se déroulent le plus souvent sur tout le week-end. Certains proposent les simples un jour et les doubles l'autre journée.
- Les tournois jeunes sont des tournois (d'un jour) réservés aux jeunes (jusqu'à, le plus souvent, la catégorie moins de 17 ans, parfois moins de 19 ans)
- Les tournois vétérans sont réservés aux plus de 35 ans.

La liste des tournois de la saison 2015/2016 est disponible via le lien ci-après:

<http://www.lfbb.be/content/tableau-des-tournois-2015-16>

Chaque saison, la Commission des Jeunes sélectionne quelques tournois "jeunes" et encadre ces déplacements. Les inscriptions, le transport (co-voiturage) et le coaching par au moins un entraîneur sont assurés. Les parents sont néanmoins encouragés à accompagner leurs enfants dans la mesure du possible.

Pour participer à un tournoi, que ce soit pour adultes, jeunes ou vétérans, il faut s'inscrire au tournoi via le site officiel de la Ligue:

<http://lfbb.tournamentsoftware.com/home.aspx>

Pour les jeunes qui le souhaitent, la Commission des Jeunes peut prendre en charge l'inscription aux tournois (quel qu'il soit).

LE CLASSEMENT DES JOUEURS ET LES CLASSES D'ÂGE

- Classement de joueur

Les classements sont toujours des classements "adultes". Un enfant ayant un classement l'a obtenu en participant à un tournoi officiel jeune et/ou adultes. Chaque joueur a un classement. A sa première inscription, le classement octroyé à tout joueur est le classement "D". Les classements en vigueur en Belgique sont C2, C1, B2, B1 et A, A étant le plus haut classement.

Un tout nouveau système de "ranking" a vu le jour en août 2013. A présent, chaque match joué en tournoi officiel ou en interclub octroie un certain nombre de points au joueur en fonction de sa catégorie. Lorsque le joueur a atteint le nombre de points correspondant à une catégorie supérieure, il ne pourra monter de classement qu'après une évaluation. Il est prévu 3 évaluations par saison au 1er décembre, 1er avril et 15 juillet. Ce sont les meilleurs résultats (en tournois et en interclubs) qui sont pris en compte lors de l'évaluation. Le joueur est protégé d'une descente éventuelle pendant 52 semaines. Un joueur ne pourra descendre de classement que sur évaluation.

- Les classes d'âge

Dans les tournois jeunes on ne distingue pas de classements par rapport à la performance ; en revanche les tournois jeunes se jouent tous par catégorie d'âge.

Cette saison il faudra être particulièrement attentifs aux catégories d'âges, car la Ligue introduit des changements, à savoir:

Jusqu'au 31/12/2015

- moins de 9 ans (U9): enfants nés en 2007 ou après (réservé au mini-bad uniquement)
- moins de 11 ans (U11): enfants nés en 2005 et 2006
- moins de 13 ans (U13): enfants nés en 2003 et 2004
- moins de 15 ans (U15): enfants nés en 2001 et 2002
- moins de 17 ans (U17) : enfants nés en 1999 et 2000
- moins de 19 ans (U19): juniors nés en 1997 et 1998

A partir du 1/1/2016 les nouvelles règles seront d'application.

U9 = nés en 2008 ou plus tard
U11 = nés en 2006 ou 2007
U13 = nés en 2004 ou 2005
U15 = nés en 2002 ou 2003
U17 = nés en 2000 ou 2001
U19 = nés en 1998 ou 1999

Un jeune peut jouer dans n'importe quelle catégorie au-dessus de son âge. Lisez toujours attentivement le règlement de chaque tournoi, des restrictions existent souvent pour les joueurs classés.

CONSEILS D'EQUIPEMENT

LA RAQUETTE

Evitez les raquettes faites pour jouer à la plage. Elles sont trop lourdes et le cordage à une tension beaucoup trop basse. Préférez une raquette en graphite simple pour les débutants. Ne pas acheter de raquette en 3 parties (tout le cadre doit être fondu en une seule pièce).

Au fur et à mesure que le joueur progresse les raquettes simples peuvent être remplacées par des raquettes moyenne gamme et plus tard haut de gamme. Les raquettes en graphite simple coûtent 20 à 30 EUR environ. Une raquette de moyenne gamme entre 40 et 70 EUR et des raquettes haut de gamme peuvent aller jusqu'à 180 EUR.

Aujourd'hui on conseille de jouer avec des manches relativement fins qui permettent plus facilement de changer la prise (entre la prise standard, la prise revers et les prises intermédiaires) et d'alterner entre main desserrée et serrée.

On conseille une grosseur de manche qui soit juste suffisamment grande pour que les doigts ne touchent pas l'éminence thénar quand la raquette est prise en main. Cela veut dire que, pour des enfants, la grosseur de manche la plus courante, U3 (classification de taille Yonex), est souvent trop grande et les tailles U4 ou U5 seraient mieux adaptées. Toutefois, beaucoup de raquettes ne se trouvent pas en U4 ou U5 dans les magasins. En cas de doute, demandez conseil aux entraîneurs ou à un vendeur compétent.

Vous pouvez très bien donner une vieille raquette en graphite à vos enfants qui débutent, toutefois pensez à changer le surgrip !

Pour nos plus jeunes, suivant la taille de l'enfant, il existe également des raquettes dont la longueur du manche est raccourcie (obligatoire pour le mini-bad).

LE CORDAGE

Si le cordage de la raquette de vos enfants casse, faites-le remplacer par un cordage simple et solide (de type Flex 21 ou BG 65, plus fin) et ne demandez pas une tension trop forte. Les enfants (et aussi les adultes débutants) doivent jouer avec une tension faible (8 à 9 kg) pour que la raquette pardonne mieux les frappes excentrées et pour que l'avant-bras ne soit pas trop sollicité. A titre de comparaison, la plupart des joueurs de compétition du club jouent avec une tension comprise entre 9,5 kg et 11 kg alors que les joueurs professionnels montent jusqu'à 14 kg.

LES VOLANTS

Un volant pèse environ 5 grammes. Il se caractérise par un bouchon et une jupe. Le bouchon des volants est généralement en liège alors que la jupe peut être constituée de plumes d'oie ou de canard ou d'une matière synthétique.

Les volants pour jouer à la plage pèsent plus de 5 grammes et ont un bouchon en caoutchouc.

Le volant à jupe en plastique est adapté au niveau débutant car il est plus résistant mais il vole moins bien qu'un volant en plume. Le club de Rixensart met à disposition de ses membres, pour le jeu libre, les volants en plastique. Les volants adaptés au niveau des jeunes (plume ou plastique) sont aussi fournis aux entraînements.

Le volant à jupe en plume est utilisé pour la compétition (à l'exception des compétitions jeunes et du classement D). Il est constitué de 16 plumes d'oie ou de canard. Il permet d'obtenir une trajectoire constante et précise. Néanmoins sa durée de vie est très limitée: la consommation moyenne au cours d'un match de haut-niveau se situe autour de 12 volants ; 3 à 4 volants pour de bons joueurs ; 1 voire 2 volants pour les joueurs moyens).

LES CHAUSSURES

Pour le badminton, on doit utiliser des chaussures de salle. Les chaussures de jogging laissent souvent des traces sur le sol de la salle de sport et surtout ne soutiennent pas suffisamment les pieds lors des mouvements latéraux.

Pratiquement le seul cas de blessure pour les enfants sont les entorses (à part les coups de raquette donnés par des enfants par maladresse ou parfois peu disciplinés!) et des chaussures de badminton ou de salle contribuent à réduire les risques d'entorses.

LES VÊTEMENTS

Pour les entraînements le short pour les garçons et également pour les filles ou la jupe-short pour celles-ci afin de bien pouvoir bouger. Pensez aussi à emporter un survêtement à porter après l'effort, pour prévenir des rhumes!

Pour des enfants qui participent aux tournois, même aux tournois jeunes, il faut savoir qu'un pantalon long (jogging long par exemple) n'est pas permis ! Le juge arbitre va interdire aux enfants de jouer en pantalon long. La longueur du short ou de la jupe ne peut pas dépasser les genoux !

Pour les jeunes, un T-shirt de compétition est offert par le club dès sa première participation à un tournoi officiel.

LA BOUTEILLE D'EAU

Indispensable tant aux entraînements qu'en compétition !!

LES MAGASINS

A part les grandes surfaces de sport qui vendent normalement des équipements de badminton, il y a en Belgique quelques magasins spécialisés en sports de raquette. Un de ces magasins, **DJSport** (www.djsport.be), notre sponsor privilégié actuel, se trouve à Wavre (rue du Tram, 1). Les membres de notre club jouissent de réductions permanentes sur de nombreux articles notamment raquettes et chaussures. Les prix les plus bas de Belgique y sont garantis. Il suffit de leur signaler que vous êtes membre du club de Rixensart.

Chez Decathlon : vous pouvez demander à lier votre carte Décathlon à celle du club sur simple demande à la l'entrée du magasin. Les points de vos achats du jours seront mis aussi bien sur votre carte que sur celle du club, ce qui permettra d'acheter du matériel. (si vous n'avez pas de carte Décathlon, demandez-la avant votre premier achat, elle est gratuite).

LES RÈGLES DU BADMINTON

LE SCORE ET LES DISCIPLINES

Un match se joue au maximum en trois sets en 21 points : le camp qui, le premier, remporte 2 sets, gagne le match.

Le camp gagnant un échange ajoute un point à son score. A 20 égalité, le set est prolongé, c'est le camp qui mène avec 2 points d'écart qui remporte le set. A 29 égalité, le camp marquant le premier 30 gagne le set.

Le camp gagnant un set sert en premier dans le set suivant.

Ce système de comptage est valable pour les 5 disciplines du Badminton : Simple Messieurs, Simple Dames, Double Messieurs, Double Dames, Double Mixtes (Une paire Dame/Monsieur joue contre une autre paire Dame/Monsieur).

POUR COMMENCER UN MATCH

Avant le début du match, les équipes tirent au sort, soit avec un volant, soit avec une pièce. L'équipe gagnant le tirage au sort exerce son choix entre:

- servir ou recevoir en premier
- commencer le 1er set sur l'un ou l'autre côté du demi-terrain.

L'équipe perdant le tirage au sort exerce son choix sur l'autre alternative.

INTERRUPTIONS ET CHANGEMENT DE DEMI-TERRAIN

Quand le score atteint 11 points pour la première fois dans le set, les joueurs bénéficient d'un arrêt de jeu de 60 secondes. Entre chaque set, cette interruption est de 120 secondes.

Les joueurs changent de demi-terrain à la fin de chaque set, et au troisième set, lorsque le score atteint 11 points pour la première fois.

POSITION DES JOUEURS EN SIMPLE

Au début du set et chaque fois que le score est pair, le serveur sert à droite (sur l'adversaire qui se trouve en diagonale). Si le score est impair il sert à gauche.

Si le serveur gagne l'échange il marque le point et sert dans l'autre zone de service. Si le receveur gagne l'échange, il marque un point et prend le service.

POSITION DES JOUEURS EN DOUBLE

Au début du set et quand le score est pair, le serveur sert depuis la zone de droite (sur l'adversaire qui se trouve en diagonale). Quand le score est impair il sert depuis la zone de gauche.

Lorsque le camp du serveur gagne l'échange, celui-ci marque un point et le même serveur sert depuis l'autre zone de service.

Si c'est le camp du receveur qui gagne l'échange, c'est lui qui marque un point. Le camp du receveur devient serveur. Les positions (du côté gagnant et du côté perdant) restent alors inchangées.

LE SERVICE

Au moment de la frappe, la raquette doit être inclinée vers le bas et le volant doit être frappé sous la taille. La taille est une ligne imaginaire située au niveau de la partie la plus basse de la dernière côte du serveur.

Pendant l'exécution du service, serveur et receveur doivent avoir leurs pieds en position stationnaire.

LES PRINCIPALES FAUTES

Il y a faute si : le volant tombe en dehors des limites du terrain, passe à travers ou sous le filet, ne franchit pas le filet, touche le corps (les cheveux font partie du corps) ou les vêtements d'un joueur, est frappé 2 fois de suite par le même joueur ou un joueur et son (sa) partenaire.

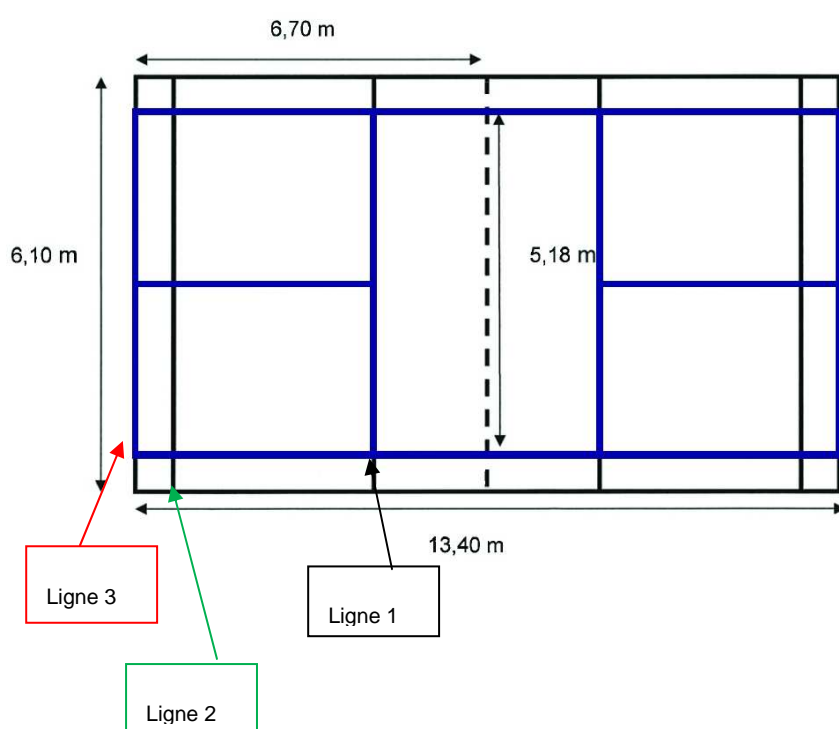
Il y a faute si le joueur touche le filet ou le poteau avec sa raquette, ses vêtements ou son corps, envahit le terrain de l'adversaire par-dessus le filet (sauf s'il "suit" son geste) ou en dessous (avec les pieds par exemple), fait obstruction vis à vis de l'adversaire (l'empêche d'exécuter son coup) ou distrait volontairement son adversaire.

LE TERRAIN

En bleu : le terrain de simple

En noir : le terrain de double. Au moment du service, le terrain de double est limité à l'arrière par la ligne 2. Après le service (à partir du deuxième coup donc) le terrain du double a la même longueur que le terrain du simple (ligne 3)

Aussi bien pour le simple que pour le double, les premières lignes à gauche et à droite du filet (ligne 1) sont appelées lignes de service. Le service doit au moins atteindre ces lignes, si le volant retombe devant, le serveur a commis une faute. Pendant le match (à partir du deuxième coup donc) les lignes de service n'ont plus d'importance.



Que ce soit en loisir ou en compétition, nous vous souhaitons beaucoup de plaisir sur les terrains!!!!