

Week-End

Horaires	Samedi	Horaires	Dimanche
9h-9h15	Accueil + café	9h-9h30	Accueil + café + échauffement
9h15-9h45	Présentations individuelles croisées + filière fédérale + post-it	9h30-10h15	Déplacements et appuis
9h45- 10h30	Règles du bad + logique interne	10h15-11h	Les frappes à mi-court
10h30-11h30	Caractéristiques des 5 disciplines	11h-12h15	Les frappes au fond du court
11h30-12h30	Les coups techniques (enchères + mimes)		
12h30-14h	REPAS	12h15-14h	REPAS
14h-14h30	Les coups techniques (définitions) + intentions et zones de jeu	14h-15h	La tactique en simple
14h30-15h30	Techniques de déplacements		
15h30-16h	Maniabilité et prises de raquette	15h-16h30	La tactique en doubles : positions de base en attaque et en défense
16h-17h30	Les frappes au filet	16h30-17h	Bilan du week-end et perspectives
17h30-18h	Bilan de la journée		

Domaine de compétence
2.1 Être capable de définir les caractéristiques du badminton
2.2 Connaître le vocabulaire tactico-technique
2.3 Connaître les fondamentaux tactico- techniques