

Responsable section Badminton

- [Laurent Fontaine](#) (tel : 01 47 24 81 05)

Présentation :

- l'activité Badminton se passe au Forest Hill City Form Nanterre
- Entraînement possible tous les jours.
- Tournoi annuel

Lieu et horaires :

- Possible de 9h00 à 22h00 tous les jours

Participation demandée :

- Etre adhérent de l'Ascc (cotisation annuelle : 12€).
- 1 ticket est nécessaire pour une période de 60mn = 8.00€.

Remarque :

- une visite médicale est fortement conseillée

Description :

Le badminton est un sport de raquette avec volant qui, pratiqué de manière intensive dans le cadre d'un club, est extrêmement éprouvant et tactique. Dans le monde c'est le troisième sport le plus pratiqué après le football et le tennis.

Le jeu consiste à échanger un volant au-dessus d'un filet haut de 1,524m au centre et 1,55m au niveau des poteaux à l'aide d'une raquette. Les techniques de frappe induisent des mouvements variés : lent, rapide et feinté. La vitesse des coups peut aller de 3 km/h lors d'un amorti à plus de 300 km/h pour un smash.

Il peut être pratiqué à tout âge et à tout niveau. Il ne nécessite pratiquement aucune disposition particulière et son apprentissage est très rapide.

[Les règles](#)