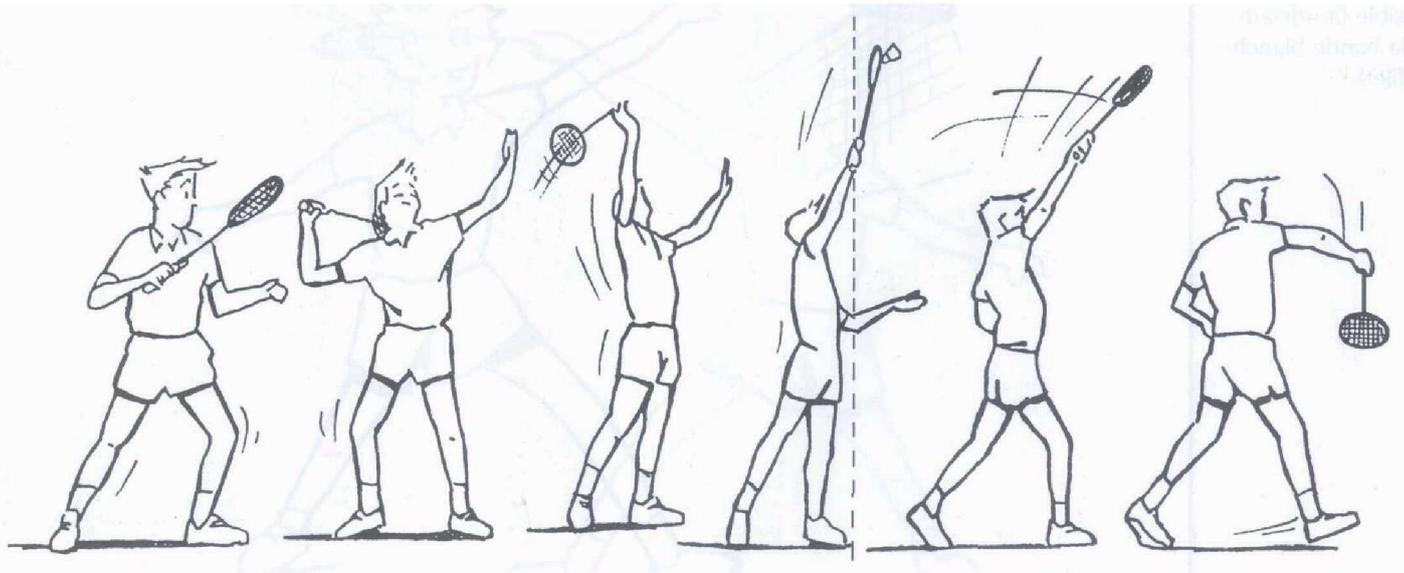


Le Smash :

Il est important que les trois coups de fond de court (dégagement, smash et amortie) aient la même préparation afin de ne pas donner d'indices trop précoces à l'adversaire sur le coup qui va être produit.

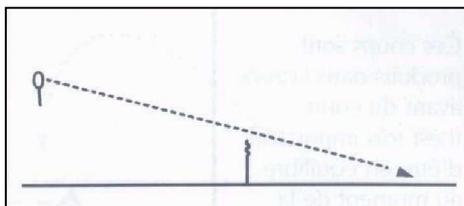
Le smash est une arme offensive essentielle. Elle permet, si la situation est bien préparée, de marquer le point ou de mettre son adversaire en difficulté. Par contre, les attaques de smash inconsidérées contre les bons défenseurs bien placés, sont plus profitables à ces derniers: un retour amorti mettra dans rembaras l'attaquant en déséquilibre après sa frappe.

La technique de frappe suit les bases du dégagement. La seule différence est le point d'impact avec le volant qui doit être devant le joueur permettant ainsi de donner une trajectoire descendante. La rotation du corps est plus rapide et l'extension de l'avant-bras droit est plus ample pour donner à la trappe une puissance maximale.



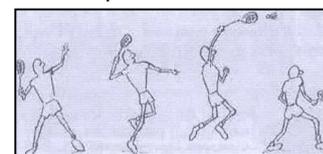
- 1 : Le joueur tourne le corps en arrière en tirant sur l'épaule droite et le pied droit (droitier). Il se déplace en pas chassés vers l'endroit où se dirige le volant. La raquette est positionnée au niveau du front.
- 2 : Armement du bras avec prise d'appui sur la jambe arrière, l'œil est toujours fixé sur le volant guidé par la main gauche
- 3 : La jambe en arrière prend appuie et relance le corps vers l'avant, le bras lance son mouvement de rotation pour la frappe et le poigné, qui est souple, positionne la raquette en arrière.
- 4 : Le corps continue son mouvement vers l'avant et la jambe arrière repasse sur l'avant, le bras atteint le point d'impact du volant « et le poigné relance la raquette vers l'avant en la maintenant fermement». L'impact a lieu bien en avant du corps, le tamis est incliné vers le sol.
- 5 : Une fois le volant frappé le corps continue son avancé et reprend appui sur la jambe avant.
- 6 : Le bras termine son mouvement et le corps repart déjà en pas chassé pour se repositionner sur le terrain.

Trajet que l'on doit obtenir pour le volant



Le coup cherche à finaliser le point ou à déstabiliser l'adversaire. L'impact a lieu en avant du corps, le tamis est orienté vers le sol, raquette dans le prolongement du bras. La préparation doit être identique au coup précédent, mais la vitesse du geste est augmentée au moment de l'impact.

La force de frappe peut être augmentée en ajoutant un petit saut au moment de la phase 3, le poids du corps se rajoute dans la frappe.



Le smash doit atteindre :

- les zones non occupées par l'adversaire.
- La hanche droite (droitier) ou la hanche gauche (gaucher)