

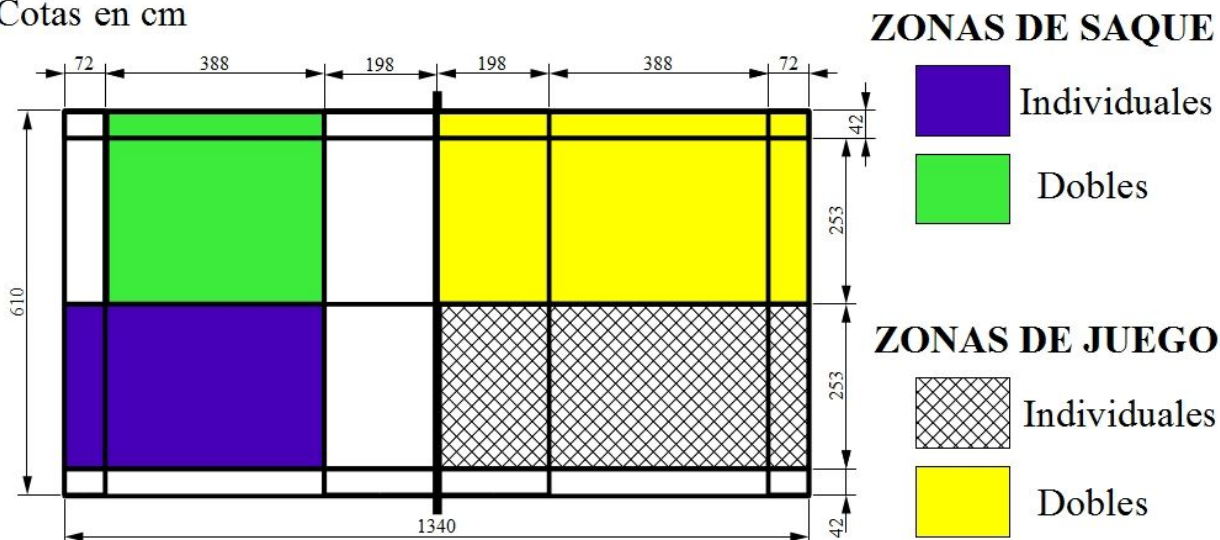
BÁDMINTON

INTRODUCCIÓN HISTÓRICA

- Imposible determinar la fecha exacta de su origen.
- En el ducado de Beaufort, en una reunión de oficiales ingleses en 1873, con tiempo lluvioso, alguien propuso jugar con raquetas de tenis y tapones de botellas de champán (en los que se incrustaron plumas) en una sala del castillo, en la ciudad de Badminton House.
- En dicha ciudad, ya se practicaba la *Poona*, juego importado de la India y del que se cree pudo originarse el Bádminton.
- Primeras reglas en 1877.
- Primera asociación en 1893.

TERRENO DE JUEGO

Cotas en cm



Las líneas, de 4 cm, forman parte de la zona que delimitan.

LA RED

A una altura de 152 cm en el centro y a 155 cm en los extremos.

EL VOLANTE

Dos **tipos**:

- v. de plumas: frágil, de poca duración; para jugadores de alto nivel y competición.
- v. de nylon : de mayor duración; para jugadores que se inician.

Usar los que tienen la **cabeza de corcho**.

Peso: de 4'74 a 5'5 gramos.

Para **comprobar si es correcto**: se emplea un golpe realizado por debajo de la mano, encima de la línea de fondo, en ángulo ascendente y en dirección paralela a las líneas de banda. Debe caer entre 530 mm. y 990 mm. de la línea de fondo opuesta.

LA RAQUETA

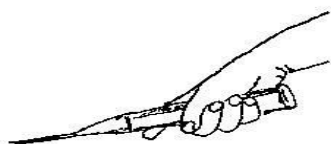
Hay muchos tipos en el mercado; en alta competición suelen ser de una sola pieza de grafito, carbono, borón, cerámica o mezcla de ellas.

Estructura que no exceda de los 680 mm de largo y 230 mm de ancho

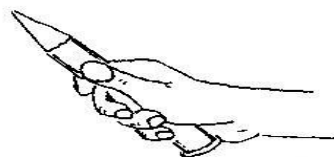
Los cordajes son sintéticos y colocados a tensiones entre 6 y 9 kilogramos.

TÉCNICA

PRESAS DE RAQUETA FUNDAMENTALES



Básica, universal, de derecho.

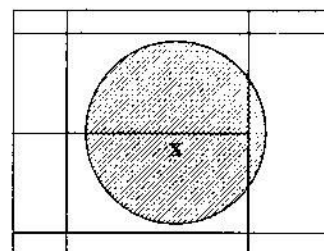


De revés.

POSICIONES BÁSICAS Y COLOCACIÓN

GENERAL:

- **Cubrimos un radio amplio de campo.**
- **Sobre línea central a 1'5 m aproximadamente,**
- **detrás de la línea de servicio corto.**
- **Después de un golpeo.**
- **Piernas ligeramente flexionadas,**
- **pies separados a la anchura de los hombros,**
- **peso sobre las puntas de los pies,**
- **tronco hacia adelante y raqueta a la altura de la cabeza.**



DE ESPERA ANTE EL SERVICIO:

- Preparados para desplazamientos adelante o atrás, al reducir la anchura de zona a cubrir.
- Pierna contraria al brazo de golpeo, adelantada.
- Colocación en *individuales*: entorno a 2 m de la línea de servicio corto.
- Colocación en *dobles*: alrededor de 50 cm de la línea de servicio corto.

DEFENSIVA:

- Después de elevar el volante, esperando un remate contrario.
- Separar un poco más los pies, bajar centro de gravedad (descendiendo la cadera)
- y raqueta a la altura de la cintura.

DESPLAZAMIENTOS

- Normalmente un solo paso (adelante, atrás o lateral) si se cubre bien el centro de pista.
- Para volantes que caen fuera del *círculo cubierto*, realizar el menor número de pasos; éstos deben ser rápidos y extensos, siendo el último más largo.
- Si nos obligan a golpear de revés, el último paso se dará con el pie del mismo lado del brazo que golpea, cruzándolo por delante.

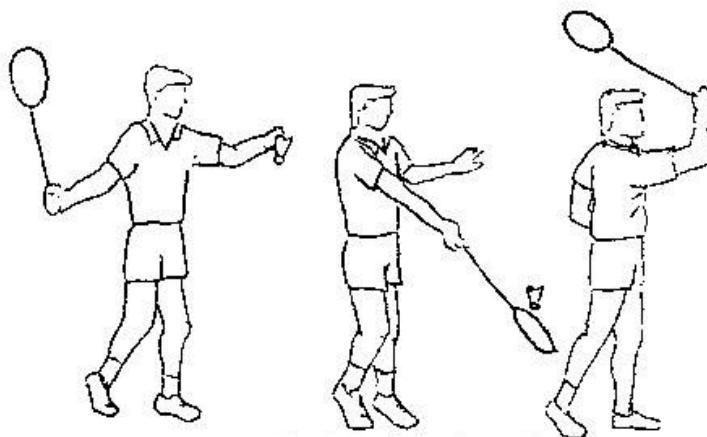
EL JUEGO DE MUÑECA

Fundamental en Bádminton, frente al golpe tradicional de tenis donde el movimiento del brazo es muy amplio y la muñeca se mantiene bloqueada.

GOLPES BÁSICOS

SERVICIO (SAQUE) LARGO

- Muy utilizado en *individuales*.
- Colocarse a 1 m aproximadamente de la línea de servicio y próximo a la línea central.
- Presa básica.
- Cambiar el peso de pierna retrasada a pierna adelantada.
- Volante alto al fondo de la pista.

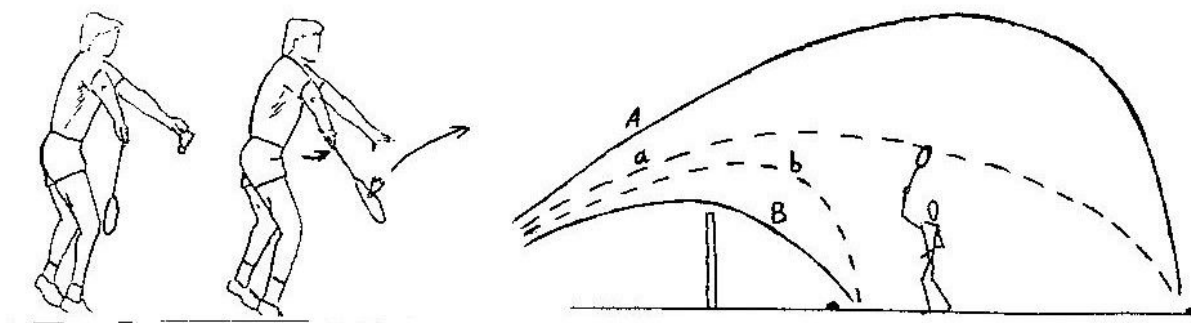


SERVICIO (SAQUE) CORTO DE DERECHO

- Se realiza como el saque largo pero el movimiento pendular del brazo se ralentiza en el momento del impacto.
- Enviar el volante lo más cerca de la red y de la línea de servicio corto.

SERVICIO (SAQUE) CORTO DE REVÉS

- Colocarse cerca de la línea de servicio corto y de la línea central.
- El pie del lado de la mano que golpea está adelantado aguantando el peso.



A y B son saques buenos; a y b, malos.

CLEAR

- Desde fondo de pista propia a fondo de pista contraria, con volante alto.
- El que va muy alto se considera defensivo; el que pasa justo por encima de la raqueta del contrario puede considerarse más ofensivo.
- Se puede realizar de derecho y de revés.

DEJADA

- Golpe de precisión que coloca el volante justo detrás de la red.
- **Drop o dejada alta:**
 - Desde fondo de pista propia (después de que nos hayan realizado un saque, *clear* o un globo) a red.
 - Golpeo por encima de la cabeza.
 - Movimiento similar al *clear* pero frenamos el brazo en el momento del golpeo.
 - Intentamos engañar como si fuéramos a realizar un *clear* o un remate.
- **Dejada baja:**
 - De red a red (después de que nos hayan realizado una dejada o un remate).
 - Golpear con la raqueta paralela al suelo y lo más ajustado posible a la altura de la red, con el brazo estirado.
 - El último apoyo será más largo y con la pierna flexionada.

Ambas dejadas pueden realizarse de derecho o de revés.

GLOBO O LOB

- Golpe defensivo, desde red a fondo de pista (después de una dejada o de un smach).
- Se puede realizar de derecho o de revés.

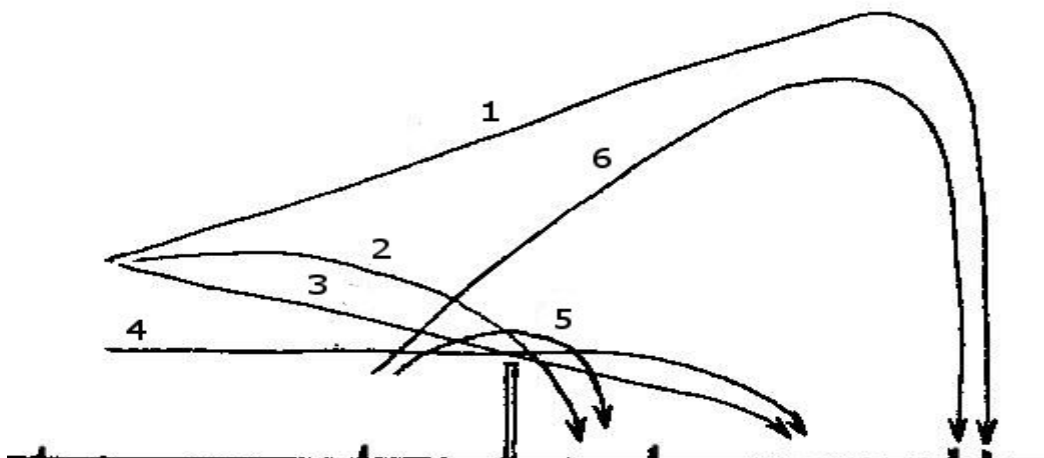
REMATE O SMACH

- Golpe ofensivo por excelencia.
- A medida que nos alejamos de la red suele ser más plano (menor ángulo) y más fácil de devolver.
- La preparación es similar al *clear* y a la dejada alta.
- Se puede realizar de derecho y de revés.

DRIVE

- Golpe considerado de ataque en el que el volante va con trayectoria paralela al suelo, pasando lo más cerca posible de la red.
- Se usa mucho en dobles y poco en individuales.
- Se puede realizar de derecho y de revés.

RESUMEN DE LAS TRAYECTORIAS DE LOS GOLPES BÁSICOS



- | | |
|------------------------|-----------------|
| 1. Clear. | 4. Drive. |
| 2. Dejada alta o drop. | 5. Dejada baja. |
| 3. Remate o smach. | 6. Globo o lob. |

REGLAMENTO (RESUMEN)

Gana el partido el mejor de 3 juegos o sets.

El **juego o set** es de **21 puntos** o tantos si hay una **diferencia de 2** o más sobre el contrario. En el caso de sucesivos empates, el **1º que llega a 30** gana.

Modalidades: Los encuentros pueden ser de

- Individuales (masculinos o femeninos)
- Dobles (masculinos o femeninos)
- Mixtos.

Descansos: 1' en cada juego cuando un lado llega a 11 puntos; 2' entre juegos

Cambios de campo:

- Después de cada juego.
- En el juego 3º, cuando uno de los lados llega a 11 tantos

Inicio de partido: tras un sorteo, y el jugador beneficiado elige sacar o campo.

Servicio:

Si la puntuación del que saca es 0 o par, sirve desde zona derecha; Si es impar, desde la izquierda.

El volante se enviará al área de servicio diagonalmente opuesta.

Ningún jugador puede recibir dos saques consecutivos durante un encuentro.

El jugador que hace tanto sigue sacando pero desde el otro lado. En el caso de dobles, sólo cambian de posición los jugadores del equipo que siguen sacando.

FALTAS EN EL SERVICIO

- Golpear por encima de la cintura o con la cabeza de la raqueta más alta que la mano.
- Si el volante cae fuera del área de servicio diagonalmente opuesta.
- Si el volante no pasa por encima de la red, queda atrapado en la raqueta o en la red.
- Si los pies del servidor o del receptor no permanecen quietos y en contacto con el suelo en el área que les corresponde.
- Si se pisa la línea al servir.
- Si se realizan fintas antes o durante el servicio.
- Si se saca fuera de turno.
- Si se arrastra el volante o se golpea dos veces seguidas.

FALTAS EN EL JUEGO

- Si el volante es golpeado antes de pasar a nuestro campo. Sí se permite pasar la raqueta por encima de la red, sin tocarla, en continuación del golpe que se ejecutó.
- Si se toca la red o sus postes, con la raqueta o con el cuerpo.
- Si tocamos un volante (y fallamos) antes de tocar suelo aunque presumiblemente cayera fuera.
- Tocar más de una vez el volante por un jugador, o por un equipo.
- Arrastrar o transportar el volante. Debe golpearse de forma clara.
- Obstrucción al adversario, invadiendo el campo contrario con la raqueta o con cuerpo.

REGLAS GENERALES

- Si el servidor no espera a que esté preparado su adversario, se repetirá el servicio. Se considera preparado cuando el que recibe intenta devolver el servicio.
- El volante que cae sobre la línea es válido.
- Si en el servicio o durante el juego el volante toca la red y pasa por encima de ésta, el golpeo se considera válido.
- Si volante después de superar la red se enreda en ella, se repetirá el servicio.
- Se repite servicio cuando servidor y receptor están fuera de sus zonas o en movimiento.

TÁCTICA

EN EL JUEGO DE INDIVIDUAL

- Un jugador que se inicia: hacer correr al adversario adelante-atrás (clears, dejadas, globos) hasta que falle o mande un volante fácil cerca de la red que permita un remate.
- Un jugador más técnico: además de hacerle correr adelante-atrás, intentaremos hacerle correr a los lados para aumentar el riesgo de que eche volantes fuera.
- Buscaremos el revés del contrario.
- Volver al centro de la pista después de cada golpeo.
- Servicio largo aunque de vez en cuando podamos intentar sorprender con saques cortos.

EN EL JUEGO DE DOBLES

- Actitud ofensiva, no elevar el volante; utilizar mucho el drive y buscar el remate.

- Servicio corto para obligar al contrario a golpear desde el principio con trayectoria ascendente, aunque a veces podemos tratar de sorprender con saques largos.
- Hay 3 sistemas básicos de colocación de los jugadores:
 1. S. PARALELO
 - Defensivo.
 - Muy utilizado por principiantes.
 - Uno se encarga de la zona izquierda y el otro de la derecha.
 - Para atacar este sistema:
 - Cargar el juego sobre el jugador más débil.
 - Cuando contrarios son técnicamente parecidos, golpear el volante a la red, al fondo del campo o al centro entre ambos jugadores.
 2. S. ADELANTE-ATRÁS
 - Ofensivo.
 - El jugador más potente se coloca al fondo de la pista y delante el más ágil y técnico.
 - Para atacar este sistema: hacer correr de izquierda a derecha al más retrasado y enviar volantes a pasillos laterales.
 3. S. COMBINADO
 - Mezcla de los 2 anteriores: se disponen en paralelo al elevar el volante, en defensa, y se disponen en el sistema adelante-atrás cuando atacan.
 - Al realizar saque corto, el que lo ejecuta se coloca adelantado cerca de la línea central, responsabilizándose de las devoluciones cortas.

EN EL JUEGO DE DOBLES MIXTOS

Suele emplearse el sistema adelante-atrás.

Intentaremos cargar mucho el juego sobre el jugador más débil.

¿DÓNDE PODEMOS JUGAR A BÁDMINTON EN ZARAGOZA?

Cursos cuatrimestrales convocados por el Ayuntamiento de Zaragoza

Club de Badminton Salduba.

www.badmintonsalduba.com/

FEDERACIONES:

www.badmintonaragon.es/

C/ Padre Marcellan Mayayo, 15,
50018 Zaragoza (Zaragoza)

Teléfono/s: 976730986

Fax/es: 976730608

www.badminton.es/