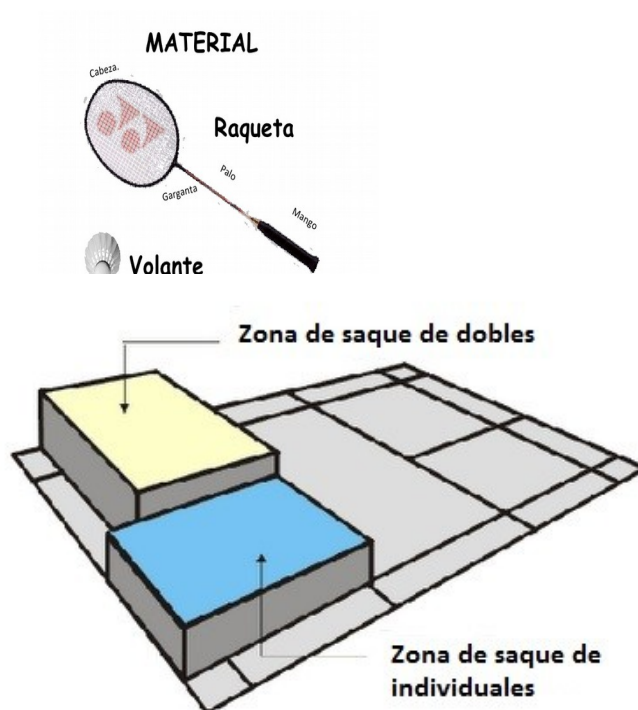
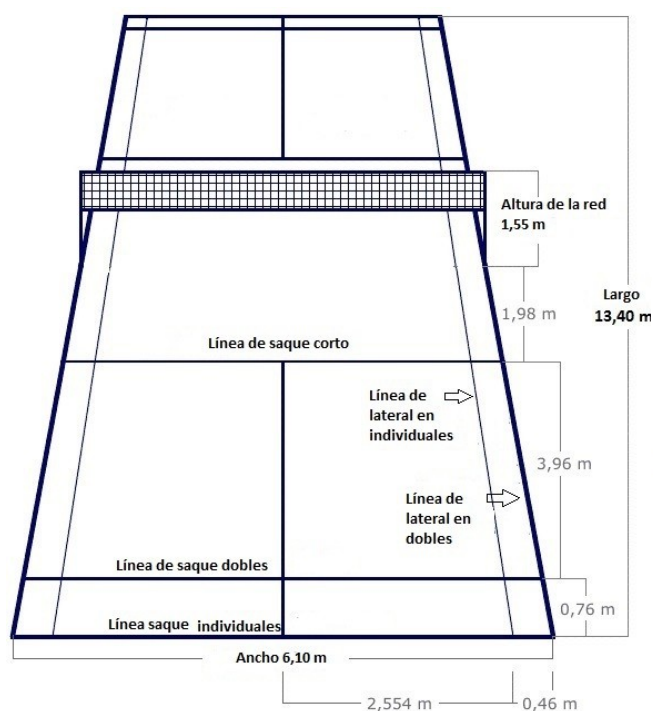


## REGLAMENTO DE BÁDMINTON RESUMIDO



### 1. Sorteo y cambio de lado.

Antes de que empiece el juego los adversarios se sortean entre:

- sacar o recibir primero
- el lado del campo

El que gana escoge uno de los dos puntos anteriores y el que pierda escoge el otro.

Los jugadores cambian de lado:

- al final del primer juego
- al final del segundo juego
- cuando el primer jugador o pareja llegue al punto 11 en el tercer juego.

### 2. Tanteo

- El partido se jugará al mejor de tres juegos salvo que anteriormente se haya acordado otra distribución.
- El lado que primero gane 21 puntos ganará el juego.
- Si la puntuación es empate a 20 el equipo que primero consiga una diferencia de dos puntos ganará. En el caso de que la puntuación sea empate a 29 el primer equipo que llegue a 30 gana.
- El equipo que gana un juego sacará primero en el siguiente, pudiendo ser cualquiera de los jugadores de la pareja, al igual que puede empezar a recibir cualquiera de los dos.
- Un punto se gana cuando el oponente comete una falta o el volante deja de estar en juego porque toca la superficie de la pista contraria.

### 3. Saque.

Para que un saque se considere correcto:

- El servidor (el que saca) y el receptor deben estar colocados dentro de los cuadrados de saque diagonalmente, con los dos pies en contacto con el suelo y sin tocar las líneas.
- El servidor sacará con la cabeza de la raqueta por debajo del mango, es decir, con la raqueta apuntando hacia abajo, debiendo golpear obligatoriamente la cabeza del volante y por debajo de la cintura.
- Una vez que empieza el golpeo la raqueta debe continuar hacia delante hasta terminar el saque.
- Si no golpea el volante se considera fallo.
- El volante debe pasar por encima de la red.
- El servidor no debe sacar antes de que el receptor esté preparado.
- En el juego de dobles las parejas pueden situarse en cualquier posición que no impida la vista al servidor o al receptor.

### 4. Partidos individuales.

- La zona de saque está en la primera imagen, en el campo inferior.
- Los jugadores deben servir y recibir desde el cuadro derecho cuando el servidor no ha ganado ningún punto o ha conseguido un número par de puntos en el juego.
- Se saca desde el cuadro izquierdo cuando el número de puntos es impar.
- El volante se golpeará hasta que deje de estar en juego.
- Si el servidor gana una jugada se suma un punto y sigue sacando.
- Si el receptor gana una jugada se suma un punto y comenzará a sacar.

### 5. Partidos de dobles.

- La zona de saque está en la primera imagen, en el campo superior.
- Los jugadores deben servir y recibir desde el cuadro derecho cuando el equipo servidor no ha ganado ningún punto o ha conseguido un número par de puntos en el juego. Se saca desde el cuadro izquierdo cuando el número de puntos es impar.
- El jugador del lado receptor que hubiera sacado la última vez debe permanecer en el cuadro de saque desde el que sacó, para recibir desde este.
- El jugador situado en el cuadro de saque diagonalmente opuesto al servidor será el receptor.
- Los jugadores no cambiarán de cuadro de saque hasta que ganen un punto teniendo ellos el servicio. El receptor es el único que puede devolver el saque, si su compañero toca el volante se considera falta.
- Si el lado servidor gana la jugada, sumará un punto y el mismo servidor sacará desde el cuadro contrario.
- Si el lado receptor gana un punto pasará a ser el servidor.

### 6. Errores en el saque

Se ha producido un error en el servicio cuando un jugador:

- Ha sacado o recibido fuera de turno.
- Ha sacado o recibido del cuadro de saque incorrecto,

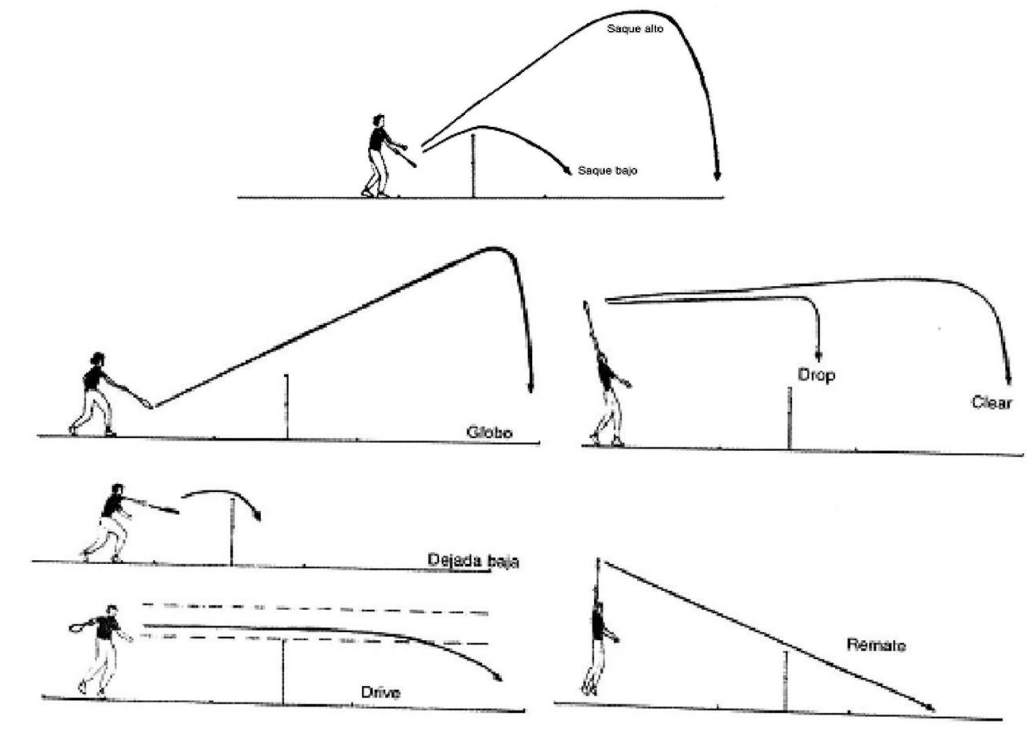
Cuando haya un error en el servicio, este se corregirá y el marcador se mantendrá.

## 7. Faltas.

Es una falta:

- Si el saque no es correcto
- Si durante el servicio, el volante:
  - Queda atrapado en la red y se mantiene suspendido de ella.
  - Después de pasar por encima de la red, queda atrapado en ella.
  - Es golpeado por el compañero del receptor (en dobles).
- Si durante el juego, el volante:
  - Cae fuera de los límites de la pista (no sobre ni dentro de los límites).
  - Pasa por la red o por debajo de ésta.
  - No pasa la red.
  - Toca el techo o las paredes laterales.
  - Toca el cuerpo o ropa del jugador.
  - Toca cualquier otro objeto o persona fuera de los alrededores de la pista.
  - Queda retenido y se mantiene en la raqueta y a continuación se lanza durante la ejecución de un golpe.
  - Es golpeado dos veces seguidas por el mismo jugador en dos golpes.
  - Es golpeado por un jugador y su pareja sucesivamente.
- Si, mientras que el volante está en juego, un jugador:
  - Toca la red o sus soportes con la raqueta, el cuerpo o la ropa;
  - Invade la pista del oponente por encima de la red con la raqueta o cuerpo, excepto si el jugador sigue el volante con la raqueta por encima de la red en el transcurso del golpe.

## TÉCNICA



## TÁCTICA BÁSICA

Consideramos ataque a los intentos de hacer punto y defensa a los intentos de evitar que nos hagan punto. Podríamos hablar de contraataque cuando en el mismo golpeo evitamos que nos hagan punto e intentamos hacerlo nosotros.

Tras esta aclaración básica y sabiendo que nuestro primer objetivo es conseguir punto y después evitar que no los hagan veremos diferentes tácticas en diferentes momentos del juego.

### **Posición en el campo:**

- En individuales siempre intentaremos volver al centro de la pista tras cada golpeo, puesto que es el lugar desde donde nos resulta más fácil llegar a todas las partes del campo. De esta manera podremos atacar o al menos defender los ataques contrarios.
- En dobles nos dividiremos el campo entre los dos compañeros tratando de volver al centro de nuestra zona tras cada golpeo.

### **Tácticas de saque:**

Cuando sacamos debemos hacer lo posible por dificultar la devolución del volante. Para ello realizamos saques cortos o largos, nunca a media pista.

- Debemos intentar colocar el volante lo más lejos posible del oponente buscando las esquinas del cuadro de saque e intentando forzar al rival a realizar sus peores golpes.
- Otra opción es sacar hacia el cuerpo del oponente con fuerza para que no le de tiempo a colocarse para realizar un buen golpe.

### **Táctica para devolver el saque:**

- Buscando el cuerpo del jugador que ha sacado.
- En drive, buscando las partes laterales.
- En drive o lob, buscando las esquinas más alejadas.
- Con dejadas cortas a ambos lados.
- Con un remate, alejado del oponente, si el saque nos lo permite.

### **Táctica defensiva:**

Cuando no estamos muy seguros realizando ataques porque solemos fallar, podemos optar por una táctica defensiva que consiste en devolver el volante continuamente, sin arriesgar con nuestros golpes, esperando que falle el contrario. Contra un oponente de cierta calidad será muy poco efectiva, pues será él quien lleve la iniciativa del juego y quien termine por hacernos el punto.

### **Táctica ofensiva**

- Distancia o juego cruzado: enviar el volante al lugar más alejado de la pista buscando las diagonales. Se utilizará el Lob y la Dejada.
- 4 esquinas: enviar el volante a las cuatro esquinas para que el contrario realice desplazamientos largos y no llegue a tiempo para golpear correctamente.
- Finta y contrapié: engañar al contrario haciéndole creer que vamos a ejecutar un tipo de golpe y, en el último instante, hacer otro. Requiere un dominio técnico elevado y observar los pies del contrario, para saber que desplazamiento prevee hacer.
- Repeticiones: realizar golpes seguidos al lado que peor domina el adversario.