

# Règles **BADMINTON**



## **Avant la séance, je me prépare....**

1/ Je pense à passer aux toilettes.

1/ J'ai sur moi une tenue adaptée au sport, je change de chaussures, je ne porte pas de bijoux et mes cheveux sont attachés.

## **Pendant la séance, je suis prêt (e) ....**

1/ J'écoute les consignes des exercices pour les appliquer.

2/ Je respecte l'esprit sportif (ENCOURAGER LES AUTRES, NE PAS S'ENERVER TOUT EN RESPECTANT L'ARBITRE ET LES PARTENAIRES.

## **REGLES DU JEUX A RESPECTER**

**1/ Je dois taper le volant avant qu'il touche le sol.**

**2/ Je dois renvoyer le volant par-dessus le filet.**

**3/ Je renvoie le volant dans les limites du terrain adverse.**

**4/ Je ne peux renvoyer le volant qu'en une seule frappe.**

