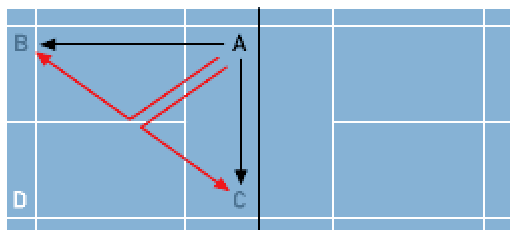




COM CANSAR AL CONTRARI?

Un dels principis fonamentals de la tàctica del bàdminton és estudiar l'adversari, veure quins són els seus moviments, cap a on es desplaça, per tal de forçar-lo en els seus cops. Per fer això, podem fer servir dues estratègies, tot i que, el millor, seria una combinació d'ambdues:

1. Principi del triangle: es tracta d'un principi tàctic bàsic per a individuals, fàcil d'entendre i de recordar, que pot anar bé per a jugadors de tots nivells. Quan es vol cansar el contrari, ens hem de centrar en jugar-li de tal manera que hagi de consumir la màxima energia possible al tornar els nostres cops. I això s'aconsegueix fent que el contrari hagi de canviar de direcció després de retornar a la seva posició bàsica. Ho podem veure en el diagrama:



Suposem que hem col·locat el volant al cantó A. El proper cop l'hauríem de col·locar als cantons B o C, o un altre cop a l'A. Amb això el que fem és forçar al contrari a fer canvis de direcció amb un gran consum d'energia, un cop ha tornat a la seva posició bàsica. Sovint estem temptats a col·locar el proper volant al cantó més allunyat d'A, al cantó D, però hem d'intentar evitar-ho, ja que aquest cop el permetria córrer directament des de la posició bàsica sense haver de canviar de direcció. Tinguem present, però, que evitar els **desplaçaments** en diagonal per al contrari no vol dir que s'hagin d'evitar els **cops** en diagonal.

2. Desplaçament forçat: consisteix en fer que l'adversari hagi d'anar cap endavant o cap endarrera just quan acaba de fer un desplaçament en sentit contrari. És a dir, si el contrincant ha fet un cop a la xarxa i es queda en posició avançada respecte al centre, el nostre proper cop haurà de ser al fons de la pista. I al contrari, si ens acaba de fer un cop des del fons de la pista i es queda en posició endarrerada respecte el centre, l'haurèm de forçar amb un cop a la xarxa.

Resumint: ens hem de centrar en tot moment en "llegir" el contrari i actuar en conseqüència.