

**HISTORIA**

El origen del bádminton es algo confuso; hay versiones en distintos países como Polonia, Gran Bretaña o China donde entonces se practicaba un juego semejante al bádminton.

Hace algo así como 200 años se practicaban, en Inglaterra, el battledore y el shottlecock, deportes que algunos historiadores apuntan como los antecesores más directos del bádminton. Discrepan los que defienden el origen hindú del juego, que sería según ellos una adaptación del juego conocido con el nombre de *Poona* que habría llegado a Inglaterra hacia el siglo XVII por la mano del ejército británico (numerosas pinturas y escritos testimonian que en este siglo se practicaba un juego parecido al bádminton).



EL VALANTE.

En la residencia del duque de Beaufort, Casa Bádminton, en el condado Gloucesterhere. este noble practicó Poona junto a sus amigos, aprovechando unas raquetas de tenis e improvisando unos volantes con taponés de corcho de champany a los que se les incrustó algunas plumas y de ahí el nombre de "bádminton"(nombre de la casa donde surgió).

Los aztecas jugaban antes del descubrimiento de América a un juego muy parecido.

Las primeras reglas del juego fueron escritas en Poona, India, por los ingleses, en 1873 y no había diferencias con el juego moderno. El juego, más como un pasatiempo social al aire libre que como un deporte fue muy popular allí y también en Inglaterra durante las décadas de 1870 y 1880. Las primeras reglas fueron publicadas en 1877 y la primera asociación creada fue la "Bádminton Association of England" en 1893. En 1934 se creó la Federación Internacional de Bádminton. Este deporte se difundió en Canadá y en Estados Unidos gracias a una gira de exhibición que realizó un equipo inglés.

En Malasia, Indonesia y Tailandia está considerado primer deporte nacional, cosa que no sucede en Europa.

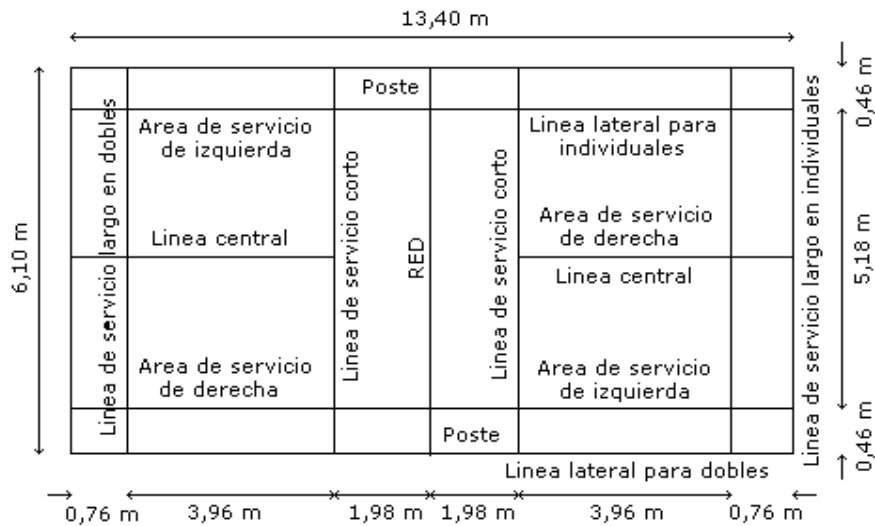
Los primeros Campeonatos Oficiales del Mundo se disputaron en 1977 en Malmö (Suecia). El bádminton entró, por vez primera en unos Juegos Olímpicos, como deporte de exhibición, en Munich (1972) y ya definitivamente, con pleno derecho, en Barcelona'92.

El bádminton surge en España de la mano de un grupo de amigos, que allá por el año 1971 practicaban gimnasia de mantenimiento en el polideportivo Municipal de Vigo (Pontevedra). En 1974 se crea la "Asociación Gallega de Bádminton" y en 1981, con el patrocinio del Consejo Superior de Deportes y la colaboración de la Asociación Gallega de Bádminton, el Colegio Oficial de Profesores de Educación Física organiza en Madrid las 1as Jornadas sobre Bádminton. A partir de éstas jornadas este deporte se difunde y se empieza a practicar en otras regiones de España.

El trabajo de una innumerable cantidad de personas han hecho posible la realidad de un deporte en alza, convirtiéndolo, probablemente, en uno de los 7 deportes mas practicados en nuestro país.

**REGLAMENTO BÁSICO****> DIMENSIÓN DEL TERRENO DE JUEGO**

Las dimensiones de un campo de Bádminton son de 13,40 m. de longitud por 6,10 m. de ancho para los encuentros dobles; en individuales, las dimensiones son de 13,40 m. por 5,18 m. de ancho. Las líneas que limitan el campo deben ser preferentemente amarillas y de una anchura de 4 cm. La línea media que divide las áreas para el saque estará partida de manera que 2 cm caigan en la zona del servicio derecha y otros 2 cm en la izquierda. Alrededor del campo tendrá que haber un espacio libre de obstáculos de por lo menos 0,50 m. en los laterales y 1,00 m. en los fondos. La superficie del campo puede ser de madera o sintética, siempre y cuando no sea resbaladiza y asegure una buena adherencia a los jugadores.



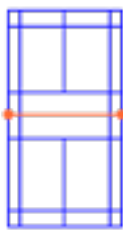
### ➤ SORTEO

Antes de comenzar el juego, los lados adversarios deben sortear y el lado que gana el sorteo debe elegir la opción en cualquiera de las reglas siguientes:

- o de sacar o recibir primero.
- o de empezar a jugar en un lado de la pista o el otro.

El lado que pierde el sorteo debe entonces elegir la opción que queda.

### ➤ POSTES Y RED



Los **postes** deben ser 1,55 metros de alto de la superficie de la pista. Deben ser lo suficientemente firmes para que permanezcan verticales y mantengan la red tirante y deben ser colocados en las líneas de banda del juego de dobles.

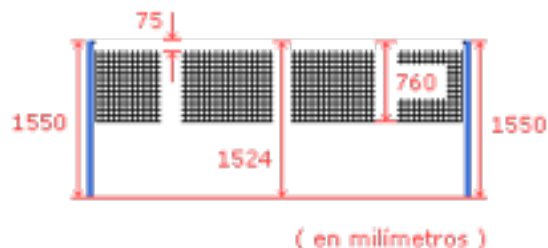
La red debe ser hecha de cuerda fina de color oscuro y de grosor parejo con una malla no menos de 15 mm o más de 20 mm, debe tener 760 mm de anchura.

La parte superior debe ser bordeada con una cinta blanca de 75 mm doblada por la mitad sobre una cuerda o un cable que pase a través de la cinta. Ésta cinta descansa sobre la cuerda o el cable.

La cuerda o el cable debe ser de suficiente tamaño y peso para que se estire con firmeza al nivel de los postes.

La distancia desde la parte superior de la red a la superficie de la pista debe ser 1,524 metros al centro de la pista y 1,55 metros sobre las líneas de banda para el juego de dobles.

No debe haber ningún espacio entre los extremos de la red y los postes. Si es necesario, toda la anchura de la red debe amarrarse en los extremos.



### ➤ MATERIAL

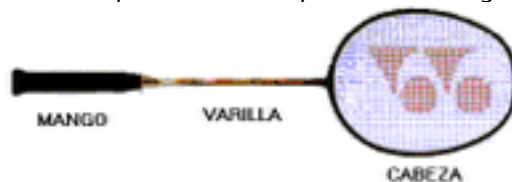
El **volante** puede ser de materiales naturales o sintéticos. No importa de que material se haga el volante, las características del vuelo deben ser por lo general semejantes a las de un volante con plumas naturales y una base de corcho cubierta por una capa delgada de cuero.

La base debe ser: de 25 mm a 28 mm en diámetro y de final redondo.

El volante debe pesar de 4,74 a 5,50 gramos.



La superficie de la **raqueta** debe ser plana, y consistirá en un diseño de cuerdas cruzadas conectadas a un marco, o entrelazadas alternativamente o enlazadas donde cruzan. El modelo del cordaje debe ser en general uniforme y en particular no menos denso en el centro que en cualquier otro sitio. Las partes de la raqueta son las siguientes:



#### > **NUMERO DE JUGADORES NECESARIOS**

Cuando hablamos de jugador nos referimos a todos los que toman parte de un partido. Un partido de bádminton debe ser jugado por un jugador por lado en caso del juego de individuales (partido simple), y por dos personas por lado en caso del juego de dobles (partido dobles y dobles mixtos).

El lado que tiene el derecho de saque se llama el lado servidor y el lado adversario se llama lado del receptor.

#### > **DURACIÓN DE UN PARTIDO**

La temporada 2006/2007 se hicieron cambios en el Reglamento de Bádminton. Los puntos se anotan directamente sin que exista cambio o recuperación de saque, y los sets se juegan a 21 puntos, debiendo haber dos de diferencia (si se empata a 29, el primero que consiga 30 gana). Con respecto a los dobles y dobles mixtos, únicamente existirá un servidor, no como hasta ahora que servían los dos jugadores.

El partido se desarrolla generalmente al mejor de 3 juegos o sets.

#### > **FALTAS Y SANCIONES BÁSICAS**

En bádminton se comete una falta si:

- ☞ Golpear el volante por encima de la cintura o que la cabeza de la raqueta está por encima de la mano en el momento del saque.
- ☞ Si en el momento del servicio, el servidor o el que recibe, están fuera del área que les corresponde.
- ☞ el servidor, tratando de sacar, no golpea el volante
- ☞ al sacar, el volante se engancha en la red y queda suspendido encima, o después de pasar por encima de la red se engancha en la red.
- ☞ mientras está en juego: cae fuera de los límites de la pista, pasa por o debajo de la red, no pasa por encima de la red, toca el techo o las paredes laterales, toca el cuerpo o la ropa de un jugador, o toca cualquier otro objeto o persona fuera de los alrededores inmediatos de la pista, o si el primer punto de contacto con el volante no está en el lado de la red del jugador que golpea.
- ☞ Mientras está en juego un jugador: toca la red o sus soportes con la raqueta, el cuerpo o la ropa, invade la pista del adversario con la raqueta o el cuerpo, obstruye a un adversario (por ejemplo, le impide jugar un golpe legal cuando el volante está seguido con la raqueta por encima de la red), a propósito distrae a un adversario con cualquier acción tal como gritar o hacer gestos.
- ☞ Mientras está en juego el volante: es retenido y se mantiene en la raqueta, y luego se lanza durante la ejecución de un golpe, se golpea dos veces seguidas por el mismo jugador con dos golpes, se golpea por un jugador y la pareja del jugador sucesivamente, o toca la raqueta de un jugador y sigue hacia el fondo de la pista de ese jugador.

## **ASPECTOS TÉCNICOS PROPIOS DEL DEPORTE**

- **Presa de la raqueta.**

Para coger bien la raqueta se debe (sobre todo al principio) colocar la empuñadura con el cordaje perpendicular al suelo. En esa posición se agarra la raqueta cerrando los dedos y colocando el pulgar en posición entre el índice y los demás dedos, tal y como cuando agarramos un martillo. Esta presa es la fundamental y con ella se puede realizar golpes de arriba (largos y altos al fondo, dejadas y remates), golpes de abajo (saque, largos y altos al fondo, dejadas y devolución de remates).

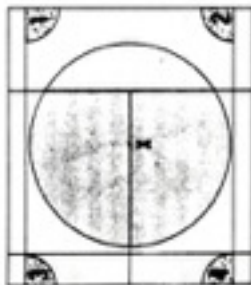
Para el golpe de revés se cruza el brazo por delante de la cara de forma que en el momento del impacto el dorso de la mano se dirija hacia adelante. Respecto a la presa básica, se realiza un cuarto de giro a la raqueta (como el acelerador de una motocicleta), dejando el dedo pulgar extendido sobre la parte más ancha de la empuñadura.

- **El juego de muñeca.**



En bádminton el impulso para golpear al volante debe hacerse con un movimiento brusco de la muñeca, acompañado con movimientos cortos y rápidos del brazo. La muñeca debe ser potente y flexible. La velocidad que se consigue con un movimiento correcto puede llegar en el caso del remate a cerca de 200kms/hora. Una buena flexibilidad de la muñeca puede permitir una movilidad de 180°, desde la preparación hasta el momento del impacto. Además con esta movilidad se puede variar a la vez tanto la velocidad como la dirección del volante en el último instante.

- **Posición en el campo y desplazamientos**



Para que la situación sea correcta en el campo es necesario que después de cada golpe el jugador vuelva a la posición central de base (aproximadamente a 1.5 m. detrás de la línea de servicio corto) y adopte la posición de espera para entrar de nuevo en acción. Normalmente, realizando un solo paso bien adelante, atrás o lateralmente, un jugador cubre parte de la superficie del campo. A esta zona del campo que se cubre sin tener que desplazar los dos pies la llamamos el círculo cubierto. En cuanto el volante se sale del área de este círculo el jugador es obligado a dar más de un paso y éstos deben ser muy rápidos para poder llegar a tiempo y ejecutar el golpe correctamente. Normalmente, en el caso de varios pasos, los primeros serán cortos y el último más largo nos situará en el lugar adecuado para recibir el volante. En el caso de un desplazamiento que obligue a golpear de revés, el último paso se dará con el pie correspondiente al brazo que golpea cruzándolo por delante del cuerpo; dando así la espalda al volante en el momento del golpeo.

- **Posición base de juego.**

Al ser el bádminton un juego muy rápido es importantísimo adoptar una posición preparatoria para entrar lo antes posible en acción en cualquier sentido. De acuerdo con esto, el jugador deberá tener los pies separados y a la misma altura; el peso del cuerpo repartido sobre los pies. El jugador se mantendrá sobre las puntas con las piernas ligeramente flexionadas y el tronco inclinado hacia adelante, la raqueta se mantendrá a la altura de los hombros.

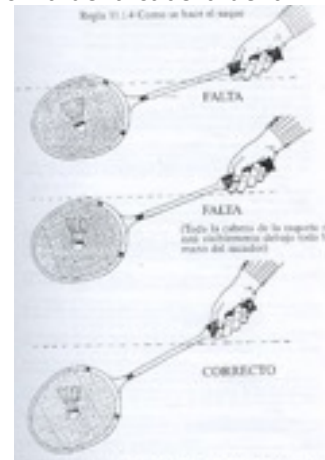
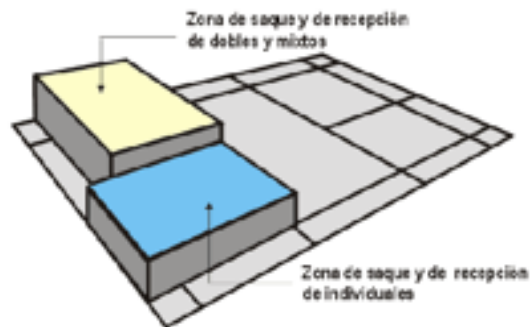


- **Los saques.**

El que realiza el servicio y el que lo recibe, se colocan en las respectivas zonas de saque, opuestas en diagonal, sin tocar las líneas que las delimitan. Hasta que se

realiza el servicio, tanto el que saca como el que recibe, tienen que mantener el contacto de ambos pies con la superficie de juego y mantener una posición estática.

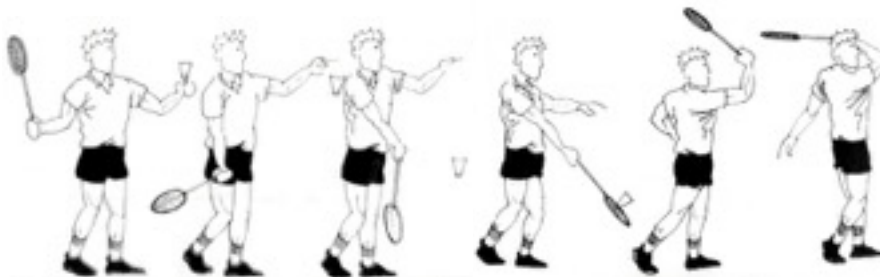
En el momento del impacto en el saque, la posición de golpeo correcto es: la cabeza de la raqueta y el volante deberán encontrarse por debajo de la línea de la cintura y la empuñadura de la raqueta estará por encima de la cabeza de la misma.



En bádminton el saque es una acción defensiva, pero con una importancia fundamental para un correcto desarrollo del juego.



El movimiento del brazo que golpea es de atrás a delante en un movimiento continuo; el impacto al volante se realiza entre la rodilla y la cadera



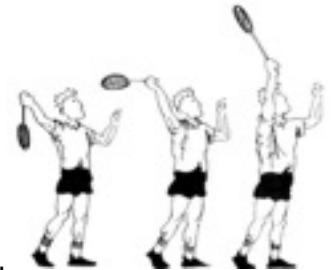
- **Golpes de base.**

- **Golpes altos**, dentro de este grupo hay varios tipos: el mate, el clear y el drop, son golpes muy utilizados durante el partido. El mate es un golpe ofensivo, mientras que el clear se emplea tanto en ataque como en defensa; en el drop, la raqueta toca suavemente el volante. El movimiento del jugador al golpear el volante en el clear y en el drop es similar, la diferencia está en la ejecución. El impacto en el mate se produce cuando el volante desciende.
  - El mate es un golpe fuerte con el que se intenta decidir el punto. La raqueta golpea el volante de arriba abajo (frontal o lateralmente), la trayectoria del volante culmina cerca de la red, en el medio de la pista o en una zona

próxima al fondo de la pista, según donde se haya lanzado. El ángulo de caída dificulta la respuesta del contrario.

- El clear sirve para responder a los volantes lanzados a mucha altura. Dirigido siempre a la línea de fondo, se le considera un golpe defensivo si su trayectoria es muy alta, y de ataque cuando el volante supera ligeramente la altura de la raqueta del contrario.
- El drop es una dejada alta (o rápida) que intenta engañar al adversario. El jugador frena el movimiento del brazo que empuña la raqueta, y en lugar de golpear el volante, lo empuja con suavidad. El contrario, que espera un mate, recibe el volante que cae verticalmente tras superar la red.

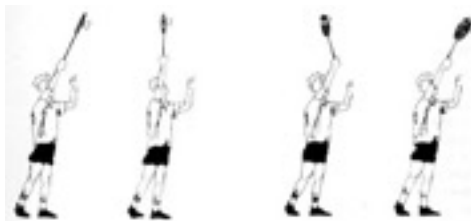
Para la ejecución de la volea alta (clear), el remate y la dejada de arriba se utiliza el mismo movimiento; solamente se diferencian en la acción final de la muñeca. El jugador debe situarse de forma que el volante se encuentre ligeramente delante y por encima del eje vertical del cuerpo; el brazo que lleva la raqueta se lleva hacia atrás, flexionado, con el codo a la altura del hombro, la raqueta en esta posición se encuentra situada detrás de la espalda. La muñeca está flexionada, de manera que la cabeza de la raqueta toque ligeramente la espalda. Para golpear el volante lanzaremos el brazo hacia adelante. En el momento del impacto el brazo está extendido, por encima y delante de la cabeza. Siempre hay que buscar que el golpe se efectúe a la máxima altura, y hay que cargar el peso del cuerpo hacia el pie adelantado



- **Golpes bajos:** El servicio, la dejada y el lob se ejecutan desde una posición baja. El servicio y el lob son golpes defensivos, mientras que la dejada es una variante del drop.
  - El lob, En el lob o globo, el volante se golpea cerca de la red, alto y al fondo de la pista. Se utiliza para devolver una dejada alta, baja o un mate. Debe ser un golpe fuerte para que el volante gane altura. La posición del jugador es la misma que en la dejada.
  - La dejada, la dejada baja, de derecha o del revés, es un golpe que normalmente responde a un mate u otra dejada del rival. La raqueta, paralela al suelo, envía el volante muy ajustado a la red. En su ejecución, la pierna derecha permanece flexionada con el pie adelantado para soportar el peso del cuerpo durante el movimiento.
- **Golpe medio:**
  - El drive: se ejecuta entre la cadera y la cabeza. Es un golpe recto y de ataque. El volante pasa muy cerca de la red, con una trayectoria paralela al suelo. Los jugadores de China, Corea del Sur y Malasia dominan este golpe a la perfección, lo que les suele proporcionar el éxito. Es un golpe de derecho ejecutado a gran velocidad.



En general se debe procurar siempre que sea posible golpear al volante lo más alto posible y para ello se han de hacer desplazamientos rápidos y situar el punto del golpe en el plano vertical del cuerpo y por encima de la cabeza.



### **LA TÁCTICA**

Un jugador en un partido debe intentar controlar el centro del campo. Después de efectuar un golpe debe volver rápidamente hacia esa zona.

Para usar la táctica el jugador ha de valorar sus conocimientos técnico-tácticos y los del contrario, para poder atacar sus puntos débiles.

Los diferentes tipos de juegos utilizados son:

- Golpe hacia las cuatro esquinas, para obligar al contrario realizar desplazamientos largos.
- Golpes a la máxima distancia, para evitar el volante al lugar más alejado de la pista.
- Las fintas, para engañar al contrario antes del golpe. Es importante esconder el movimiento al máximo (Ej.: hacer como si fueras a ejecutar un remate, y finalmente realizar un drop).

En el juego de dobles se debe atacar por el centro para crear indecisiones en ambos jugadores, o atacar diagonalmente hacia el lado del jugador más retrasado para tener tiempo a colocarse.

### **CURIOSIDADES**

El bádminton es el deporte de raqueta más rápido del mundo. Un volante puede alcanzar una velocidad punta superior a los 260 Km/h. Un jugador de bádminton puede recorrer más de una milla (1852 metros) en un partido. Un partido de bádminton no suele sobrepasar los 45 minutos de duración.

Un volante pesa entre 4.74 y 5.50 gramos. Los mejores volantes están hechos con las plumas del ala izquierda de una oca o ganso. El mayor volante del mundo se encuentra en los jardines del museo de Kansas City. Es 48 veces más grande de lo normal: mide 18 pies (5,48 m) y pesa 5000 libras (2250 Kg). Una raqueta de bádminton no suele sobrepasar los 100 gramos de peso.

La "Thomas Cup", el campeonato mundial masculino, ha sido ganada solo por 3 países, desde que comenzó en 1948: Malasia, Indonesia y China. Solo en 1957, 1960 y 1963 la "Uber Cup", el campeonato mundial femenino, no fue ganada por un país asiático, sino por EE.UU. Paul Newman o Maradona son algunos de los famosos que han practicado el bádminton.

El bádminton se convirtió en juego olímpico en Barcelona 92. China e Indonesia poseen el 70% de victorias de todas las pruebas organizadas por la I.B.F. (Federación Internacional de bádminton). En la mayoría de países asiáticos el bádminton es el deporte número 1; en especial en países como Indonesia, Malasia y China.