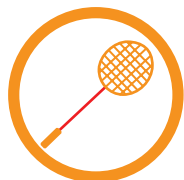


# Comment bien choisir sa raquette de badminton ?

Sur la plage, en famille ou en club, vous devez adapter le choix de votre raquette en fonction de votre pratique et de votre niveau.

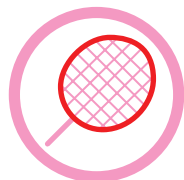


## Le shaft (tige)

C'est la partie qui influence le plus la qualité de la raquette.

On peut trouver un shaft (tige) :

- ✔ **Souple** : pour les joueurs cherchant de la puissance.
- ✔ **Rigide** : pour les joueurs qui privilégient le toucher et le contrôle.



## La tête

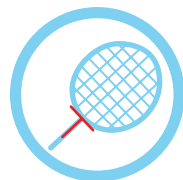
Il s'agit de la partie de la raquette la plus importante :

- ✔ **Classique (ovale)** : pour les joueurs qui veulent augmenter le contrôle.
- ✔ **Isométrique** : pour augmenter la puissance.



## Matière

- ✔ **Métallique** : pour sa solidité, cela permet à la raquette de résister aux chocs.
- ✔ **L'aluminium** : aussi solide que l'acier, la raquette est également plus légère pour une grande maniabilité.
- ✔ **Le graphite** : est rigide et léger, il permet une plus grande vitesse d'exécution.



## Le «T»

Le «T» représente la jonction entre la tête et la tige.

- ✔ **Le «T» apparent** : concerne les raquettes pour les joueurs débutants.
- ✔ **Le «T» intégré** : limite la torsion au moment du geste et de l'impact avec le volant.

## Le conseil du coach

Choisir sa raquette selon sa pratique :

- Pratique loisir : privilégiez une raquette solide et tolérante en aluminium avec un «T» apparent.
- Pratique régulière : pour un bon compromis entre puissance et contrôle, privilégiez une raquette avec un shaft (tige) en aluminium, une tête en graphite et un «T» intégré.
- Pratique intensive : pour un maximum de sensations, privilégiez une raquette 100% graphite avec un «T» intégré.

