



Buste trop droit

- Posture, Jambes très fléchies, et écartées (Stabilisateur) qui correspond à une intention, « une attitude agressive » pour **GAGNER**.
- **Position basse permet un déplacement plus rapide.**
- Regard vers l'adversaire non crispé « = grimace ».
- Buste en avant ce qui permet de mieux voir le volant.
- Raquette loin du corps pour frapper le volant plus tôt.



Raquette loin du corps

Bras équilibreur

Laisser pendre le bras libre a aussi une incidence sur la frappe