

L'Amorti

Un **amorti** est un coup offensif dont l'objectif est de frapper doucement le volant pour qu'il retombe rapidement, juste derrière le **filet** et sur le court de l'adversaire.

Ce **coup** intervient généralement après une série de dégagements.

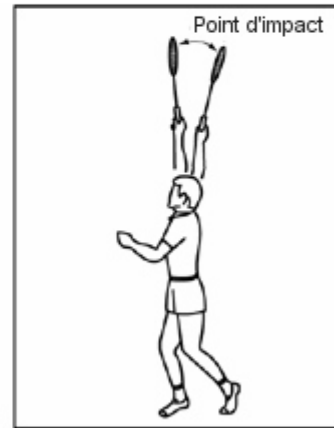
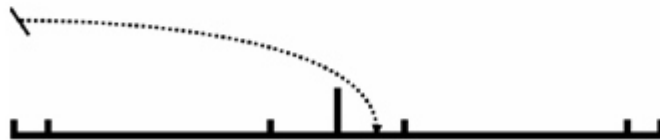
Sa finalité consiste non seulement à placer le volant le **plus près possible du filet**, mais également à obliger l'adversaire à faire un maximum de **déplacements**.

La frappe d'**amorti de fond de court** a les mêmes points de départ gestuel que le smash ou le dégagement.

En effet, le joueur doit avoir l'appui de la jambe droite en arrière, les épaules tournées et perpendiculaires au filet.

En outre, le mouvement de la raquette doit accompagner la **rotation** des épaules et de la hanche, exactement comme un smash.

L'amorti



Néanmoins, le joueur doit, avant l'impact :

Soit **bloquer le poignet** (amorti en « cloche »)

Soit « **brosser** » le volant (frappe avec le tamis incliné).

Le Contre-amorti

Comme son nom l'indique, le **contre-amorti** se fait en réponse d'un premier amorti.

Son but est de faire tomber le volant juste derrière le filet ou de contraindre l'adversaire à lever le volant.

A l'opposé de l'amorti de fond de court (tamis parallèle au filet), la frappe du contre-amorti s'effectue avec un **tamis légèrement incliné**.

Pour exécuter un contre-amorti, le joueur doit avancer vers le volant au filet avec le pied droit devant et la raquette levée.

Lors de l'impact avec le volant, la raquette doit être légèrement inclinée vers l'avant et le coude bloqué.

La trajectoire est réalisée grâce à une **rotation de l'avant-bras**.

Il est à noter que le point commun entre les deux frappes précitées (amorti de fond de court et contre-amorti) est de mettre le volant le plus près possible du filet, soit pour gagner le point, soit pour obliger l'adversaire à lever le volant.

Trajectoires

Il existe plusieurs **trajectoires d'amortis** parmi lesquelles, on peut citer :

L'amorti en « cloche »

Le contre-amorti

L'amorti en « cloche »

Le volant tombe verticalement le plus près possible du filet. Il oblige ainsi l'adversaire à bouger et rend impossible les frappes de dégagement rapide (slices).

Le contre-amorti

La trajectoire du contre-amorti est la même que l'amorti en « cloche » : le volant doit tomber verticalement le plus près possible du filet.

L'amorti est une frappe descendante de fond de court.

La longueur de l'amorti est variable en fonction du but recherché.

Par exemple, pour faire déplacer au maximum l'adversaire vers le filet, on va faire un amorti court avec une trajectoire un peu "arrondie" de manière à ce que le volant retombe le plus près possible du filet.

A l'inverse, si on cherche à prendre l'adversaire de vitesse, on va faire un amorti long, qui va retomber à peu près au niveau de la ligne de service, mais qui va aussi être plus rapide.

Pour le déplacement-replacement, voir la fiche "déplacement fond de court côté revers", ou "déplacement fond de court côté coup droit".

Au niveau technique, le principe est d'avoir la même préparation que pour faire un smash ou un dégagement afin de ne donner aucune information à l'adversaire. Nous allons donc reprendre les mêmes phases techniques que pour effectuer un dégagement. Les principales différences sont :

. Le point d'impact raquette/volant se situe en haut devant le corps. Le tamis frappant ainsi le volant du haut vers le bas.

. Pour faire un amorti court, le tamis sera, au moment de l'impact raquette-volant, moins dirigé vers le bas (donc plus vertical) que pour effectuer un amorti long. La vitesse de la tête de raquette sera aussi moins élevée.

Avant la frappe, le corps est quasiment perpendiculaire au filet. Le coude droit tire vers l'arrière et le bas afin de créer un étirement musculaire. Le tamis de la raquette est plus ou moins au dessus de la tête. La main gauche vise le volant.

Le mouvement débute par une poussée de la jambe droite vers le haut et l'avant.

Dans le même temps, le côté droit du bassin pivote vers l'avant (le bassin qui était perpendiculaire au filet vient dans une position parallèle au filet).

Ce mouvement entraîne un retard de l'épaule et du coude droits et donc un étirement de toute la chaîne musculaire entre le bassin et l'épaule.

Quand tous les muscles sont étirés, la frappe elle-même va pouvoir se déclencher. La jambe droite va passer devant la jambe gauche en pivotant autour du pied gauche. Le corps (bassin et épaules) est presque parallèle au filet. Le coude droit, tiré vers le haut, va servir d'axe de rotation pour l'avant bras qui réalise un mouvement de pronation (voir fiche "rotations de l'avant bras") afin de fouetter le volant.

Une fois la frappe proprement dite effectuée, le pied droit se retrouve devant le pied gauche, le côté droit du bassin devant le côté gauche, et l'épaule droite est passée devant l'épaule gauche. Le bras termine naturellement son mouvement à gauche du corps.

Les points clés :

- Le point d'impact tamis-volant doit se situer nettement devant le corps afin d'imprimer naturellement une trajectoire descendante au volant.
- Jouer l'amorti en avançant dans le terrain. On gagne ainsi du temps dans le replacement.

Les défauts à éviter :

- Arrêter sa frappe lors de l'impact raquette-volant au lieu de finir son geste. On perd alors en vitesse de volant et en précision.
- Faire un amorti trop haut et trop lent, ce qui donne un volant trop facile à l'adversaire. Même pour un amorti court, le volant doit descendre directement après la frappe.
- Laisser trop tomber le coude lors de la frappe. Le volant va alors dans le filet.

Astuces en plus :

- Préparer votre amorti comme un dégagement ou un smash afin de ne donner aucune information à l'adversaire.
- Si l'adversaire est fixé au fond du terrain, il est préférable d'utiliser un amorti court pour lui faire faire un grand déplacement. Si l'adversaire est en place au centre du terrain, faites un amorti rapide pour éviter qu'il ne vienne contrôler le jeu au filet.