

Badminton

Hommes et femmes, option possible

Le badminton est un sport de raquette qui oppose deux joueurs ou deux paires, placés sur un terrain de badminton et séparés par un filet. Les joueurs marquent des points en frappant un volant avec une raquette pour le faire tomber dans le demi-terrain de l'adversaire. L'échange se termine quand il touche le sol ou si le volant chute hors du terrain.

La pratique de badminton permettra aux étudiants d'apprendre et de développer leurs compétences techniques (Drive, Drop, Servir, Smash, le placement des pieds, l'agilité et la vitesse), et leur condition physique grâce à divers exercices et des jeux, afin d'améliorer leur niveau de jeu. Le cours donnera également l'occasion d'en apprendre davantage sur les différents aspects du sport (types de jeu, la tactique et la stratégie, de l'équipement) et préparer les étudiants à des compétitions amicales (Ligue et tournois)

Equipement et/ou tenue nécessaire :

Tenue sportive de base

Chaussures de sports légères

Pour plus de précisions, merci de contacter le coach.

Retrouvez l'ensemble des activités sportives sur le site de la Sorbonne Abu Dhabi : **sorbonne.ae**

Pour plus d'informations, merci de contacter le département des Sports : **sports@psuad.ac.ae**



Tennis de table

Hommes et femmes, option possible

Le tennis de table plus connu sous le nom de 'ping pong' est un sport dans lequel deux ou quatre joueurs frappent et se renvoient une balle légère, munis d'une petite raquette. Le jeu se déroule sur une table séparée par un filet. Le jeu est rapide et exige des réactions vives afin de marquer des points dans le camp adverse.

Tout comme pour le tennis, il permettra aux étudiants d'apprendre et de développer leurs compétences techniques (coup droit, revers, service, volées, pieds placement et agilité), et leur condition physique grâce à divers exercices et des jeux, afin d'améliorer leur niveau de jeu. Le cours donnera également l'occasion d'en apprendre davantage sur les différents aspects du sport (types de jeu, la tactique et la stratégie, de l'équipement) et préparer les étudiants à des compétitions et tournois amicaux.

Equipement et/ou tenue nécessaire :

Tenue de sport légère de base
Chaussures adaptées

Retrouvez l'ensemble des activités sportives sur le site de la Sorbonne Abu Dhabi : **sorbonne.ae**

Pour plus d'informations, merci de contacter le département des Sports : **sports@psuad.ac.ae**



Tennis

Hommes et femmes, option possible

Le tennis est l'un des sports de raquette les plus populaires, au même titre que le tennis de table ou le badminton. Ce sport demande de solides aptitudes physiques, techniques, et tactiques. L'aspect mental est aussi essentiel.

Le cours se propose d'aborder toutes les phases de cette activité : montage du matériel, règles, techniques, tactiques individuelles, jeu en simples et doubles.

Ce cours permet également d'apprendre différents aspects du sport (méthode de jeu, tactiques et stratégie, équipement) et préparera les étudiants à des compétitions et tournois amicaux.

Equipment and/or outfit required:

Tenue sportive de base

Chaussures de sports classiques

Pour plus de précisions, merci de contacter le coach.

Retrouvez l'ensemble des activités sportives sur le site de la Sorbonne Abu Dhabi : **sorbonne.ae**

Pour plus d'informations, merci de contacter le département des Sports : **sports@psuad.ac.ae**

