

# Liga de bádminton

## Risaralda

La liga de Bádminton de Risaralda es la actual campeona en femenino y dobles femenino categoría mayores a nivel nacional. Es una de las ligas más destacadas del departamento aportando resultados importantes en cada presentación.

Contamos con jugadores en las mejores posiciones del ranking nacional desde la categoría sub 13 hasta mayores.

La liga ofrece un plan de trabajo para niños de 5 a 12 años, en este grupo se busca una actividad de esparcimiento mientras se desarrolla el trabajo técnico que permitirá a estos jugadores practicar el Bádminton de manera adecuada.

La categoría de formación deportiva trabaja con jugadores de 12 a 17 años, estos jugadores realizan trabajos técnicos y físicos buscando potenciar sus habilidades.

Desde la liga queremos **invitar a su institución a unirse a nuestro equipo de campeones.**



# ¿Qué es el bádminton?

Es el deporte de raqueta más rápido del mundo donde profesionalmente se alcanzan velocidades de más de 400 Km/h.

Se practica en modalidad de sencillos, dobles y dobles mixtos, se juega en una cancha que mide 6.10 metros de ancho para dobles y 5.18 metros para sencillos, el largo total de la cancha es de 13.40 metros, se divide en dos mitades una para cada jugador por medio de una malla la cual se coloca a 1.55 metros de altura.



Juliana Castaño  
Ranking #1 Colombia  
Femenino Sub 15

**Gimnasio Pereira**

## ¿Por que incluir el bádminton en su institución?

Es un deporte que traerá estos beneficios a sus estudiantes:

- Mejora la salud física y mental.
- Aumenta la capacidad aeróbica.
- Mejora la concentración
- Ayuda al manejo de la ansiedad.
- Mejora la toma de decisiones.
- Mejora la velocidad de reacción.
- Se aprende a pensar rápidamente.
- Tiene un riesgo de lesión bajo.
- Es bioseguro
- Es un deporte incluyente, se practica en modalidad convencional y Para.
- Se fortalecen valores como la honestidad y el trabajo en equipo.





Juan Martinez  
Ranking #4 Colombia  
Masculino Sub 13  
**Colegio La Salle**

## Que aprenden con el bádminton los niños de 6 a 12 años

En los niños de 6 a 12 años el bádminton les enseña:

- Habilidades como lanzar y atrapar.
- Saltar.
- Desplazarse, ubicación tiempo/espacio.
- Mejora la coordinación mano / ojo.
- Mejora los reflejos.
- Desarrolla autonomía.
- Mejora el equilibrio y la estabilidad.
- Ayuda en el desarrollo de la motricidad gruesa y fina.
- Fortalece los valores como la honestidad, el compañerismo y el trabajo en equipo.

## Que aprenden los jóvenes con el bádminton

En los jóvenes de 12 años en adelante el bádminton les ayuda a:

- Fortalecen la base aerobica.
- Adquirir una mayor fuerza.
- Ganar velocidad de reacción.
- Mejorar su resistencia física.
- Ganar flexibilidad.
- Mejorar su técnica de juego y golpeo.
- Aprender a jugar en red, media cancha y fondo.
- Desarrollar un juego táctico.
- Adquirir autonomía social.
- Competir a nivel nacional.



Camilo Rodriguez / Sebastian Tabares  
Ranking #1 Colombia  
Dobles masculino Sub 15

**Gimnasio Pereira / Gimnasio Pino Verde**

# ¿Como implementarlo en su institución?

## Capacitamos su personal docente

Ofrecemos un plan de capacitación certificado y avalado por la Federación mundial de bádminton, para que los docentes de su institución puedan iniciar a sus estudiantes en este deporte.

Tiene un valor de 250.000 por docente.



Juliana Castaño / Ana Posada  
Ranking #1 Colombia  
Dobles femenino Sub 15

Gimnasio Pereira / María auxiliadora

## Entrenador de la liga

La liga de bádminton de Risaralda envía uno de sus entrenadores para trabajar con los deportistas en actividad extracurricular.

Tiene un valor de 400.000/mes un total de ocho entrenamientos.

Para esta actividad la liga presta el equipamiento, raquetas, volantes y malla.

**Cuando usted lo desee, la Liga puede realizar una exhibición en su institución educativa con el equipo de competencia para que sus estudiantes puedan conocer este deporte.**



**El próximo campeón nacional puede estar  
en su institución.**



**BÁDMINTON RISARALDA**



**Liga de Bádminton de Risaralda,  
el lugar donde se construyen  
sueños**

<https://ligabadmintonrisaralda.com/>  
[correo@ligabadmintonrisaralda.com](mailto:correo@ligabadmintonrisaralda.com)  
[badmiinton@gmail.com](mailto:badmiinton@gmail.com)  
Teléfono: 3207742319