

Badminton: Attacke

Zwei kleine Übungen für den Angriff auf dem Halbfeld. Mit Smash und mit einem Angriff direkt auf den Körper kann gepunktet werden.

A: Im Halbfeld Eins gegen Eins. Falls ein Spieler mit einem Smash punkten kann, zählt der Punkt doppelt. Falls er direkt (ohne Ballkontakt des Gegners) zu Boden fällt, sogar dreifach.

B: Eins gegen Eins auf dem Halbfeld mit tiefer hängendem Netz. Die ersten drei Schläge werden kooperativ zugespielt, dann wird versucht, den Körper (ohne Kopf) zu treffen.

Variation

A: Gelingt eine erfolgreiche Smashabwehr, unterbricht dies das Spiel und bringt direkt drei Punkte ein.

B: Fusstreffer zählen doppelt.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO