

Badminton: Shuttle Ultimate

Ein einfaches Spiel mit zwei Teams. Ziel dieser Übung ist es, den Shuttle in der Endzone zu fangen um zu punkten.



Zwei Teams à fünf bis acht Spieler spielen mit einem Shuttle in einem Feld mit zwei Endzonen gegeneinander. Wer den Pass des Mitspielers (Wurf von Hand oder Schlag mit Rackets) in der gegnerischen Endzone fangen kann, erzielt einen Punkt. Shuttleführende dürfen nur Sternschritte an Ort ausführen. Fällt der Shuttle zu Boden, wechselt das Angriffsrecht.

Variation

- Gleichzeitig mit zwei Shuttles oder auf Basketballkörbe spielen.
- In kleineren Teams quer auf zwei Feldern in der Halle spielen. Zusatzregel, dass alle Mitspieler den Shuttle einmal spielen müssen, bevor ein Punkt erzielt werden kann.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO