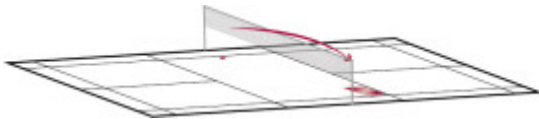


Badminton – Schlagtechnik: Netzdrop Rückhand diagonal

Der Netzdrop Rückhand diagonal wird eingesetzt, um den Gegner zu zwingen, sich seitlich ins oder im Vorderfeld zu bewegen (längerer Laufweg).

Bemerkung: Weitere Perspektiven stehen in der Playlist zur Verfügung (Menu oben links).

Wohin fliegt der Shuttle?



Der Netzdrop Rückhand diagonal fliegt vom linken Vorderfeld ins rechte gegnerische Vorderfeld.

Wann wird der Schlag gebraucht?

Wenn der Spieler den Shuttle im Vorderfeld unterhalb der Netzkante spielen muss und sich der Gegner im gleichen seitlichen Halbfeld befindet.

Welches sind die wichtigsten Merkmale des Schlags?

Ausgangsposition

- Rückhandgriff.
- Schlagfläche ist nahe am erwarteten Treffpunkt.
- Leicht gebeugter Ellbogen.
- Leichter Winkel zwischen Unterarm und Racketschaft.

Ausholphase

- Schlagfläche bewegt sich horizontal nach aussen, um einen seitlichen Treffpunkt zu ermöglichen.
- Aufsetzen der Ferse im Ausfallschritt.

Schlagphase

- Ellbogen leicht senken mit gleichzeitiger Unterarmsupination.
- Schlägerkopf kurz vor Treffpunkt an der Netzkante entlang nach rechts führen.
- Abrollen des Fusses (Schlaghandbein).
- Treffpunkt auf der Aussenseite des Shuttles, vor dem Körper knapp unterhalb der Netzkante.

Ausschwingphase

- Kurze Ausschwingphase entlang des Netzes.

Quelle: Richard, Th. et al. (2016). Badminton: Lauf- und Schlagtechnik. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO