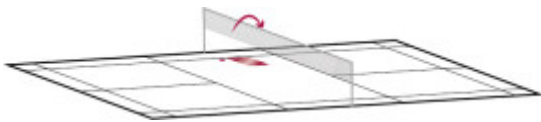


Badminton – Schlagtechnik: Netzdrop Rückhand gerade

Mit dem Netzdrop Rückhand gerade wird die Gegnerin aus dem Hinterfeld ans Netz gezwungen. Dadurch wird Druck am Netz aufgebaut und die Gegnerin zu einem hohen Lob oder einem zu hohen Netzdrop verleitet.

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

Wohin fliegt der Shuttle?



Netzdrops fliegen vom Vorderfeld aus so knapp über und hinter die Netzkante wie möglich.

Wann wird der Schlag gebraucht?

Wenn die Spielerin den Shuttle im Vorderfeld unterhalb der Netzkante spielen muss und das gegnerische Vorderfeld anspielen möchte.

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

- Keine Ausholphase.
- Aufsetzen der Ferse im Ausfallschritt.

Schlagphase

- Keine oder ganz leichte Bewegung der Schlagfläche zum Shuttle.
- Abrollen des Fusses (Schlaghandbein).
- Treffpunkt unterhalb der Netzkante, möglichst hoch vor dem Körper.

Ausschwungphase

- Bewegung wird allenfalls noch etwas in Schlagrichtung fortgesetzt.
- Rasche Rückführung in Ballerwartungshaltung.

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