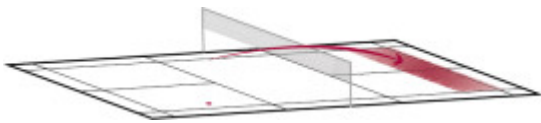


Badminton – Schlagtechnik: Drive Vorhand

Mit dem Drive Vorhand kann Druck auf das gegnerischen Mittel- oder Hinterfeld erzeugt werden.

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

Wohin fliegt der Shuttle?



Der Drive wird flach aus dem Mittelfeld ins gegnerische Mittel- oder Hinterfeld gespielt.

Wann wird der Schlag gebraucht?

Wenn die Spielerin den Shuttle leicht seitlich vor dem Körper ungefähr auf Netzhöhe spielen kann.

Welches sind die wichtigsten Merkmale des Schlags?

Ausgangsposition

- Racket so schnell wie möglich in die Ausgangsposition bringen.
- Vorhand- oder leichter Pfannengriff.
- Racket vor dem Körper.
- Ellbogen leicht gebeugt.
- Schlagfläche über oder seitlich der Hand und auf Shuttle ausgerichtet.

Ausholphase

- Aktives Ausholen durch Unterarmsupination.
- Lockere Griffhaltung.
- Alternative: Passives Ausholen durch Vorbringen der Hand.

Schlagphase

- Schnellkräftige Unterarmpronation (Rotation).
- Leichte Streckung des Ellbogens (Extension).
- Zupacken des Griffs (Fingerpower).
- Treffpunkt seitlich vor dem Körper.

Ausschwungphase

- Kurze Ausschwingphase.
- Rasche Rückführung in die Ballerwartungshaltung auf Netzhöhe.

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