

# Badminton – Lauftechnik: Laufschrift

Der Laufschrift ist sehr ökonomisch und die schnellste Lauftechnik, um grosse Laufdistanzen zu überwinden.

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

## Wo und wann wird die Lauftechnik verwendet?

Der Laufschrift wird oft eingesetzt, wenn die Spielerin das Spielfeld vom Hinterfeld ins Mittel- oder Vorderfeld überquert.

## Welches sind die wichtigsten Merkmale der Lauftechnik?

Rechter und linker Fuss werden abwechslungsweise gerade zur Laufrichtung aufgesetzt.

---

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**