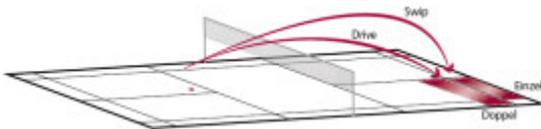


Badminton – Schlagtechnik: Drive/Swip Aufschlag Rückhand

Der Drive/Swip Aufschlag Rückhand wird eingesetzt, um eine gute Alternative zum kurzen Aufschlag zu haben und dem Gegner im Hinterfeld einen ungünstigen Treffpunkt aufzuzwingen.

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

Wohin fliegt der Shuttle?



Der lange Aufschlag Rückhand fliegt von der vorderen Aufschlaglinie entweder durch (Drive) oder knapp über (Swip) die Reichweite des Gegners an die hintere Grenze des Aufschlagfelds.

Wann wird der Schlag gebraucht?

Wenn ein Aufschlag Rückhand druckvoll an die hintere Aufschlaglinie gespielt werden soll.

Welches sind die wichtigsten Merkmale des Schlags?

Ausgangsposition

- Daumengriff.
- Position nahe der Mittellinie.
- Ellbogen vor dem Körper leicht unterhalb der Schulter, Racketschaft zeigt leicht nach unten.
- Zeigfinger und Daumen halten den Shuttle an den Federn vor dem Racket vor dem Racket.

Ausholphase

Entweder keine Ausholphase oder eine kleine Rückwärtsbewegung (Beugung des Ellbogens) in Gegenrichtung zur Schlagbewegung.

Schlagphase

- Racket wird durch Streckung des Ellbogens (und für Swip zusätzlich mit Supination des Unterarms) nach vorne oben beschleunigt.
- Treffpunkt vor dem Körper nahe am Limit der erlaubten Höhe.

Ausschwungphase

- Bewegung wird noch etwas fortgesetzt.
- Rasche Rückführung in die 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