

# Badminton – Schlagtechnik: Drop Vorhand

Der Drop Vorhand zwingt den Gegner zu einem tiefen Treffpunkt. Er muss zudem ins Vorderfeld laufen.

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

## Wohin fliegt der Shuttle?



Der Drop fliegt vom Hinterfeld ins gegnerische Vorder- oder Mittelfeld nach unten.

## Wann wird der Schlag gebraucht?

Wenn der Spieler den Shuttle im Hinterfeld nach unten ins Vorderfeld spielen möchte.

## Welches sind die wichtigsten Merkmale des Schlags?

### Ausgangsposition

- Vorhandgriff.
- Beide Ellbogen und Schultern liegen auf einer Geraden.
- Unterarm weder pro- noch supiniert.
- Racket zeigt zum heranfliegenden Shuttle.
- Hüfte und Schulter geöffnet. Ellbogen zurückgeführt.

### Ausholphase

- Vorbringen der Hüfte.
- Heben und Vorbringen des Ellbogens mit gleichzeitiger Supination von Unter- und Oberarm (Schlagfläche bewegt sich weg vom Treffpunkt).

### Schlagphase

- Pronation des Ober- und Unterarms.
- Ellbogen nicht ganz durchstrecken.
- Oberkörper leicht nach vorne neigen.
- Treffpunkt möglichst in der Körperlängsachse («über Kopf oder Schulter»).

### Ausschwungphase

- Schlagfläche nach unten ausschwingen (Unterarm rotiert leicht weiter).

- Ellbogen nach unten und zum Körper nehmen.

---

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**