

Badminton – Schlagtechnik: Drop Rückhand gezogen

Der gezogene Drop Rückhand zwingt den Gegner zu einem Treffpunkt unterhalb der Netzkante und neutralisiert die Spielsituation, indem die gegnerischen Angriffsmöglichkeiten eingeschränkt werden.

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

Wohin fliegt der Shuttle?



Der gezogene Drop fliegt vom Hinterfeld ins gegnerische Mittel- oder Vorderfeld nach unten.

Wann wird der Schlag gebraucht?

Wenn der Spieler den Shuttle im Hinterfeld unter Druck leicht nach unten spielen möchte.

Welches sind die wichtigsten Merkmale des Schlags?

Ausgangsposition

- Rückhandgriff (je weiter der Treffpunkt hinter dem Körper, desto stärker Richtung Vorhand-, respektive Pfannengriff drehen).
- Ellbogen gebeugt seitlich vom Körper.
- Unterarm weder pro- noch supiniert.
- Racketschaft in etwa senkrecht nach oben.
- Ellbogen zurückgeführt (Schulter geschlossen).

Ausholphase

- Ellbogen wieder nach vorne führen und Unterarm gleichzeitig leicht pronieren. (Schlagfläche bewegt sich weg vom Treffpunkt).
- Aufsetzen mit der Ferse.

Schlagphase

- Supination des Unterarms bis Schlagfläche in Schlagrichtung zeigt und Ellbogen weiter nach vorne bringen (Schulter öffnen).
- Abrollen des Fusses im Ausfallschritt.

- Treffpunkt entweder vor, neben oder leicht hinter dem Körper auf Kopfhöhe.

Ausschwungphase

- Ellbogen weiter nach vorne ziehen.

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