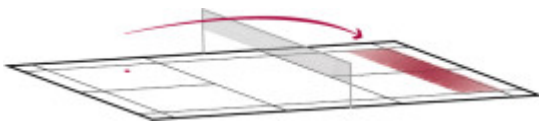


Badminton – Schlagtechnik: Drive Rückhand

Mit dem Drive Rückhand 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 der Spieler den Shuttle vor dem Körper oder seitlich ungefähr auf Netzhöhe spielen kann.

Welches sind die wichtigsten Merkmale des Schlags?

Ausgangsposition

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

Ausholphase

- Aktives Ausholen durch Unterarmpronation.
- Lockere Griffhaltung.
- Alternativen: Aktives Ausholen durch Beugung des Ellbogens oder passives Ausholen durch Vorbringen der Hand.

Schlagphase

- Schnellkräftige Unterarmsupination (Rotation).
- Streckung des Ellbogens (Extension).
- Zupacken des Griffs (Fingerpower).
- Treffpunkt 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