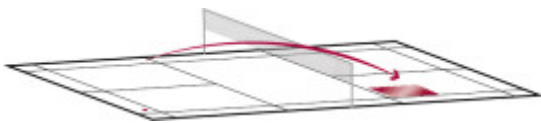


# Badminton – Schlagtechnik: Drop Vorhand gezogen

Der gezogene Drop Vorhand zwingt die Gegnerin 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 die Spielerin den Shuttle im Hinterfeld unter Druck leicht nach unten spielen möchte.

## Welches sind die wichtigsten Merkmale des Schlags?

### Ausgangsposition

- Vorhandgriff (je weiter der Treffpunkt hinter dem Körper, desto mehr Richtung Rückhandgriff drehen).
- Ellbogen gebeugt seitlich vom Körper.
- Unterarm weder pro- noch supiniert.
- Racketschaft etwa senkrecht nach oben.
- Hüfte und Schulter geöffnet. Ellbogen zurückgeführt.

### Ausholphase

- Ellbogen wieder nach vorne führen und Unterarm gleichzeitig leicht supinieren (Schlagfläche bewegt sich weg vom Treffpunkt).

### Schlagphase

- Pronation des Unterarms bis Schlagfläche in Schlagrichtung zeigt und Ellbogen weiter nach vorne bringen (Schulter schliessen).
- Treffpunkt entweder vor, neben oder leicht hinter dem Körper auf Kopfhöhe.

### Ausschwungphase

- Ellbogen weiter nach vorne und leicht nach unten 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**