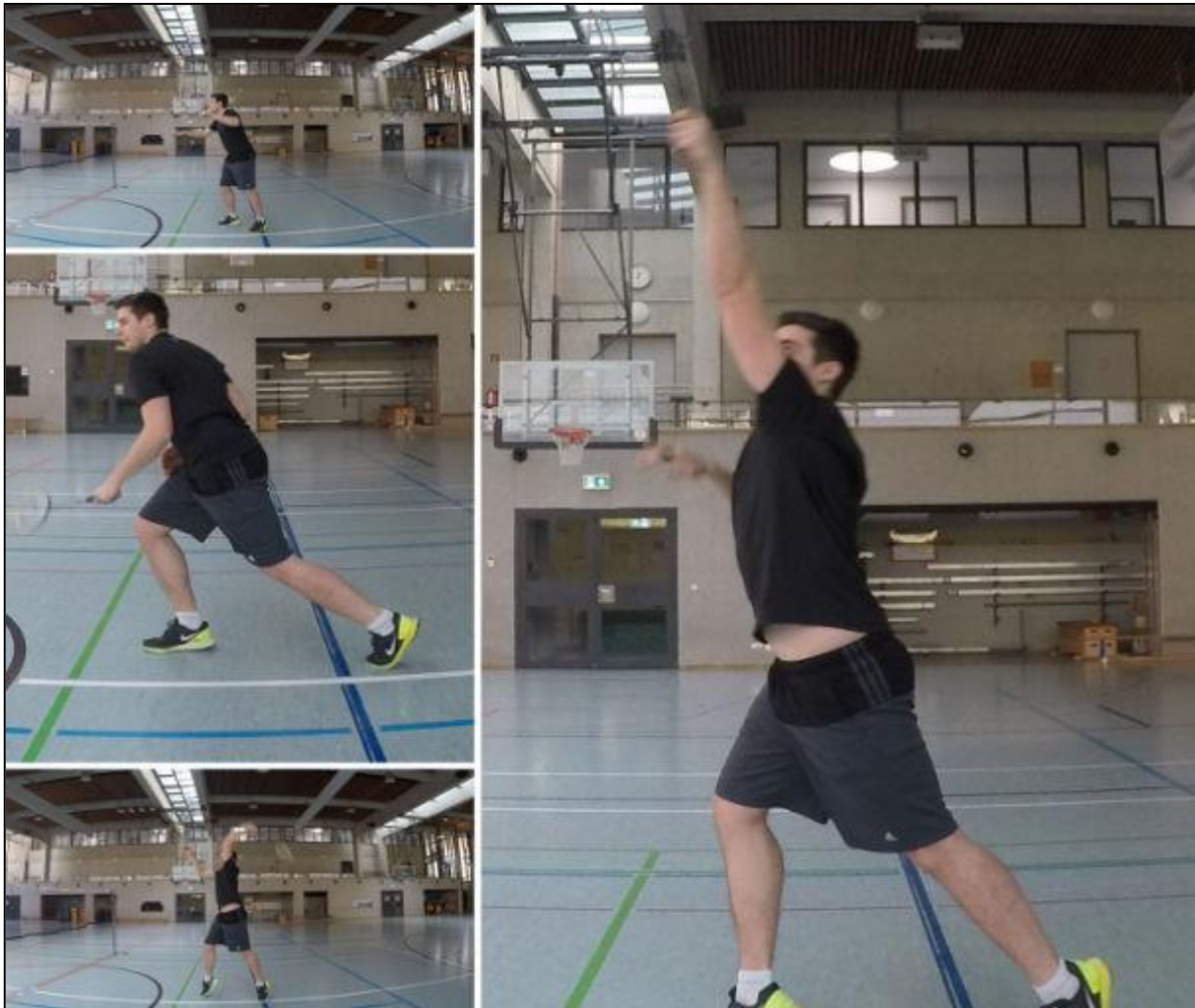
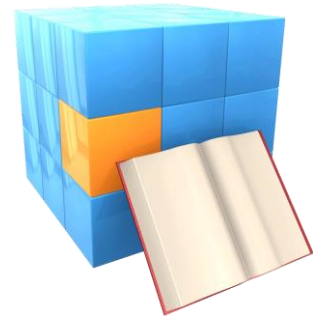



ÜBERKOPFSCHLÄGE IM BADMINTON




Übersicht

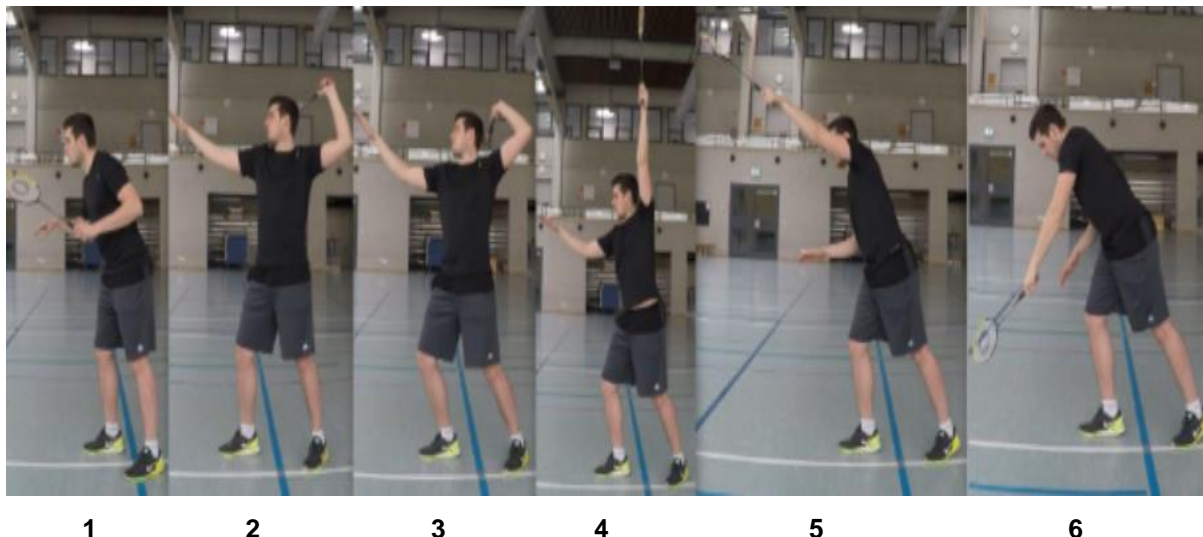
- **Vorwort**
- **Clear**
- **Drop**
- **Smash**
- **Smash Abwehr**
- **Videos**
 - Clear (1)
 - Drop (2)
 - Smash (3)
 - Smash Abwehr (4)
- **Quellenverzeichnis**

Vorwort

Die meisten Schläge im Badminton werden überkopf gespielt. Alle Überkopfschläge, die im Beitrag dargestellt sind, können im Portal mit der → *Technikkarte* → *Grundschlagarten* (<http://knsu.uni-koblenz.de/technikkarten/badminton/index.html>) abgerufen werden. In der Technikkarte sind sowohl eine Bewegungsanimationen mit passenden Beschreibungen als auch Bildreihen und Videos zu finden. ▶ 


Clear

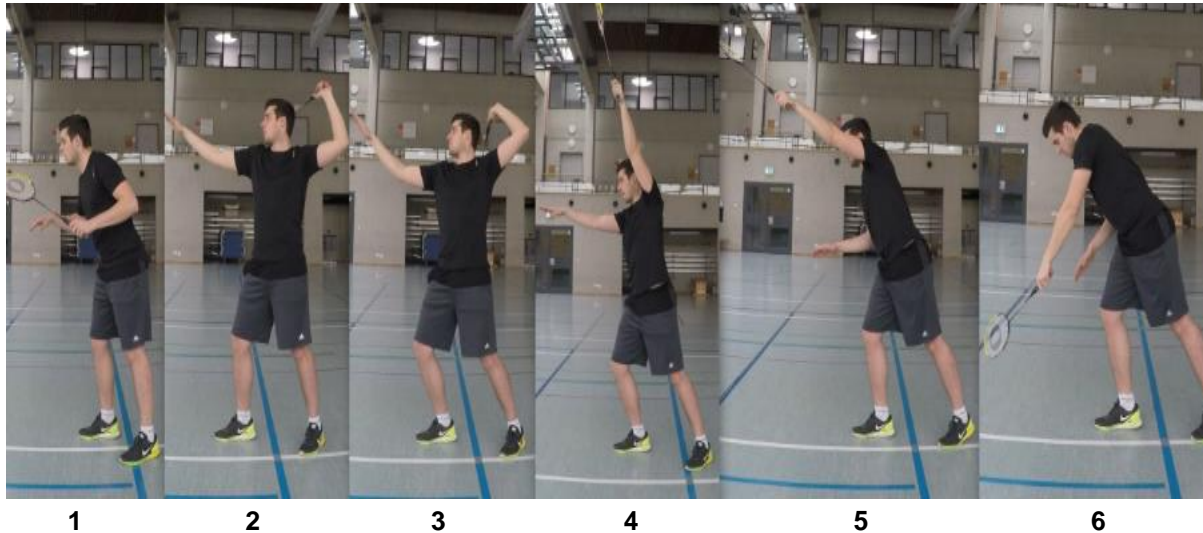
Der Clear wird beim Badminton als Befreiungsschlag eingesetzt, wenn der gegnerische Schlag nicht offensiv geschlagen werden kann. Durch den weiten Schlag an die Grundlinie wird der Gegner nach hinten gedrängt und der Spieler kann durch Zeitgewinn in eine bessere Ausgangsposition gelangen. ▶  1



- 1 Ausgangsposition, Erwartungshaltung
- 2 Dach bilden, Ausholphase, der linke Arm wird Richtung Ball gehoben, rechte Schulter und die Hüfte werden weit zurück gedreht, der Schläger ist in Kopfhöhe
- 3 Schleife, Schlagphase, rechter Ellbogen wird angehoben, Drehung der Hüfte und der Schulter in Schlagrichtung, fester Griff, Beginn der Schleifenbewegung
- 4 Starke Pronation, Schleifenbewegung, Schlägerkopf über das linke Schulterblatt bis neben die rechte Körperhälfte, vollkommen gestreckter Arm, der Ellbogen wird schnell gestreckt, Schläger wird stark beschleunigt, Ball wird über dem Kopf getroffen
- 5/6 Ausschwingphase, nach dem Schlag wird ein Schritt nach vorne getan, der Schläger schwingt zur linken Körperseite aus


Drop

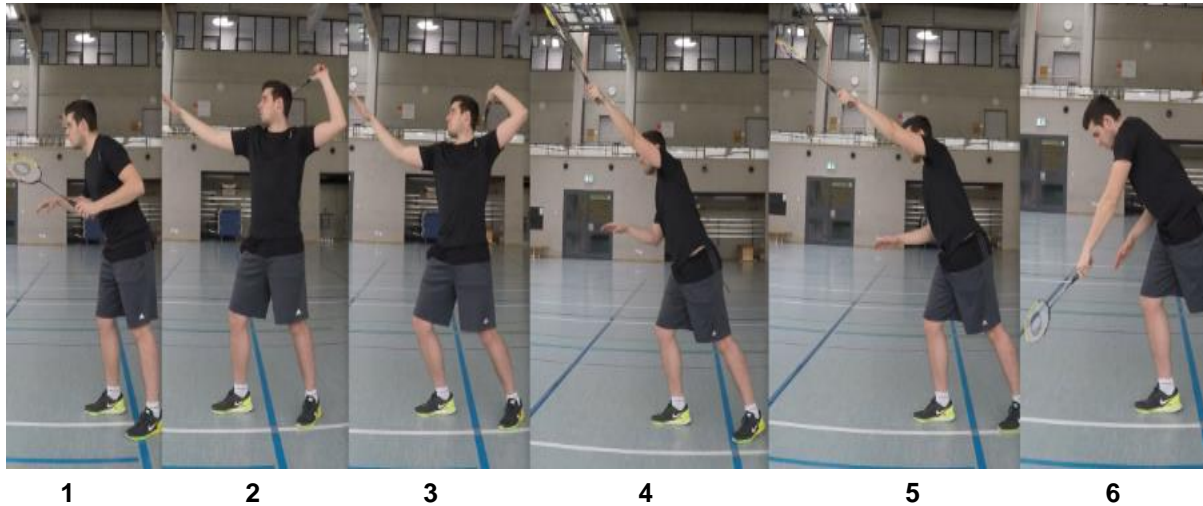
Der Drop ist ein Offensivschlag, um den Gegner unter Druck zu setzen und ihn so aus der zentralen Position zu zwingen. Dabei wird der Drop kurz hinter das Netz gespielt und besitzt eine mäßig gewölbte Flugkurve. ▶  2



- 1 Ausgangsposition, Erwartungshaltung
- 2 Dach bilden, Ausholphase, der linke Arm wird Richtung Ball gehoben, rechte Schulter und die Hüfte werden weit zurück gedreht, der Schläger ist in Kopfhöhe
- 3 Schleife, Schlagphase, rechter Ellbogen wird angehoben, Drehung der Hüfte und der Schulter in Schlagrichtung, fester Griff, Beginn der Schleifenbewegung
- 4 Abbremsung der Schlagbewegung, Schleifenbewegung, Schlägerkopf über das linke Schulterblatt bis neben die rechte Körperhälfte, weiche Pronation, der Ellbogen wird gestreckt, Schläger wird leicht beschleunigt, Ball wird vor dem Kopf getroffen, Ball wird nach unten geschlagen
- 5/6 Kurze Ausschwingphase, nach dem Schlag wird ein Schritt nach vorne getan, der Schläger schwingt zur linken Körperseite aus

Smash

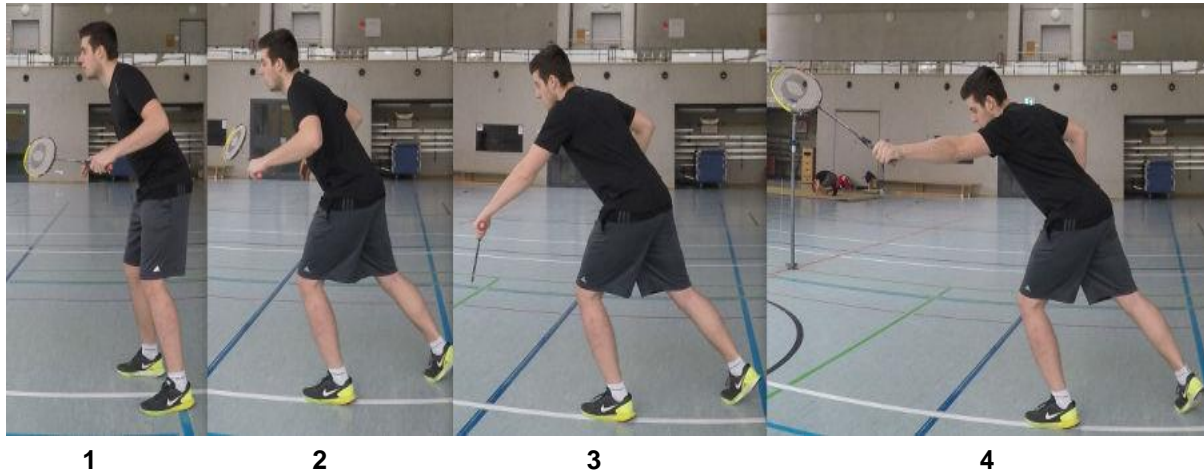
Der Smash wird als Angriffsschlag eingesetzt, um so den Gegner in die Verteidigung zu zwingen. Der Smash wird gerade, kurz unter das Netz auf den Gegenspieler geschlagen. ▶  3



- 1** Ausgangsposition, Erwartungshaltung
- 2** Dach bilden, Ausholphase, der linke Arm wird Richtung Ball gehoben, rechte Schulter und die Hüfte werden weit zurück gedreht, der Schläger ist in Kopfhöhe
- 3** Schleife, Schlagphase, rechter Ellbogen wird angehoben, Drehung der Hüfte und der Schulter in Schlagrichtung, fester Griff, Beginn der Schleifenbewegung
- 4** Explosive Pronation, Schleifenbewegung, Schlägerkopf über das linke Schulterblatt bis neben die rechte Körperhälfte, der Ellbogen wird gestreckt, Schläger wird bis auf ein Maximum beschleunigt, Ball wird deutlich vor dem Kopf getroffen, Ball wird nach unten geschlagen
- 5/6** Kurze Ausschwingphase, nach dem Schlag wird ein Schritt nach vorne getan, der Schläger schwingt zur linken Körperseite aus

Smash Abwehr

Die Smash Abwehr wird meist als Rückhandschlag ausgeführt und dient allein dazu, den Smash des Gegners abzuwehren. ▶  4



- 1 Ausgangsposition und Erwartungshaltung
- 2 Schritt zum Ball, Unterarm parallel zum Boden, Schläger zeigt nach oben zum Ball
- 3 Ausführung des Abwehrschlags, schnellkräftige Bewegung
- 4 Kurze Ausschwingphase

Quellenverzeichnis

Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Fabig,R., Olinski,K., Sklorz,M.	Richtig Badminton	München	2003	BLV

Foto

Bildreihen	Urheber
Alle	Vanessa Schmitz, Christian Bien, Felix Weyer

Video

Nummer	Urheber
1-4	Vanessa Schmitz, Christian Bien, Felix Weyer

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Vanessa Schmitz, Christian Bien, Felix Weyer / Lehramtsstudierende	Minnich, Marlis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz