

Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band: 36 (1979)
Heft: 5

Artikel: Badminton
Autor: Lemmenmeier, Max / Altorfer, Hans
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-994567>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

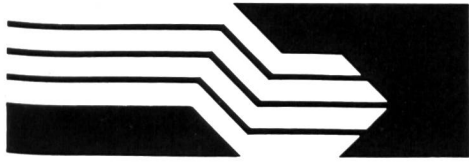
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 07.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



AUS DER PRAXIS-FÜR DIE PRAXIS

Neu im J + S:

Badminton

Text: Max Lemmenmeier; Hans Altorfer
Photos: Peter Bär

Letztes Jahr wurde Badminton in das Fächerangebot von J + S aufgenommen; gegenwärtig laufen die ersten Versuchskurse; 1981 soll mit der Leiterausbildung begonnen werden. Die nachfolgenden Gedanken, die technischen Ausführungen, die Monatslektion und die Bildreportage sollen nicht nur dem Badmintonleiter Unterlagen liefern, sondern dieses Spiel auch einer breiten Leserschaft bekannt machen.

Badminton – eine kleine Wertung

Badminton ist in erster Linie ein Spiel. Im Zentrum stehen die spielerischen Elemente, stehen Freude, Plausch und Erlebnis. Der Vorteil ist dabei, dass schon nach kurzer Einführungsphase ein Spiel entsteht. Der Anfänger kann von Anfang an in der Anwendung erleben, wie er im Training Fortschritte macht.

Badminton kann von Jugendlichen beiderlei Geschlechts in derselben Trainingsgruppe ausgeübt werden. Das Spiel wird auch im Turnier- und Interklubbetrieb in gemischten Mannschaften gespielt. Die Chance besteht, dass Badminton von den ehemaligen Sportfachteilnehmern auch weiter betrieben wird, wenn sie einmal eine Familie gründen.

Trotz hoher Anforderungen an Spitzenköpfer, ist Badminton eine echte «life-time»-Sportart. Eine Anpassung an alle Altersgruppen ist möglich.

Die traditionelle Fairness spielt im Rahmen der erzieherischen Werte eine grosse Rolle.

Wohl können, wie bei allen Sportarten, Verletzungen auftreten. Die Gefahrenmomente sind jedoch sehr gering.

Bleibt noch die Kostenfrage. Es gibt sicher billigere Sportarten aber auch sehr viel teurere. Neben der Bekleidung braucht jeder Spieler einen Schläger. Das teuerste ist das Verbrauchsmaterial, die Shuttles, die aber meist vom Verein übernommen werden. Viele Klubs erheben für Jugendliche bescheidene Jahresbeiträge, andere gar keine. Die Netzeinrichtungen besitzt der Klub. Das Hauptproblem liegt heute bei den Platzverhältnissen. Badminton ist eine Hallensportart und Hallen mit genügend Raum bezüglich Felder und Höhe gibt es zu wenig. Leider können daher Klubs oft nicht sofort jeden Bewerber aufnehmen oder sind gezwungen, für

den Trainingsbetrieb Reisen auf sich zu nehmen. Es bleibt zu hoffen, dass diese wertvolle Sportart besonders auch auf diesem Gebiet eine Förderung erfährt.

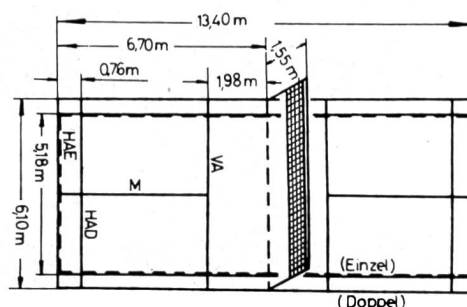
Badminton – anforderungsreicher Wettkampf mit dem Federball

Überall in der Schweiz ist *Federball* als ein beliebtes Freizeitspiel bekannt. Weniger bekannt ist *Badminton*, das wettkampfmässig betriebene Federballspiel. Für viele ist Federball allenfalls ein Spiel für Kinder und Greise, aber sicher kein Sport. In Tat und Wahrheit ist Badminton ein anforderungsreiches und lustiges Spiel, aber auch ein Wettkampfsport mit höchsten Anforderungen an Kraft, Ausdauer, Reaktionsvermögen und Geschicklichkeit. Badminton ist ursprünglich eine asiatische Sportart und in unseren Breitengraden noch wenig bekannt.

Spieldaufbau/Spielmaterial

Badminton kann im Gegensatz zum Federballspiel nur in der Halle gespielt werden. Die geringste Luftbewegung würde die Flugbahn des maximal 5 g schweren Federballes oder Shuttles stören. Gespielt wird Badminton auf einem Spielfeld, das 13,4 m lang und im Einzel 5,18 m (Doppel 6,10 m) breit ist. Das Feld wird durch ein Netz von 1,55 m Höhe in zwei Hälften getrennt. Ausserdem sind zwei Aufschlagfelder eingezeichnet. Diese werden durch die Mittellinie, die vordere Aufschlaglinie und je nach Wettkampfspiel durch die hintere Aufschlaglinie des Doppel- oder Einzelfeldes begrenzt. Diese Feldmarkierungen sind nur bei der Aufschlagausführung von Bedeutung.

Abb. 1



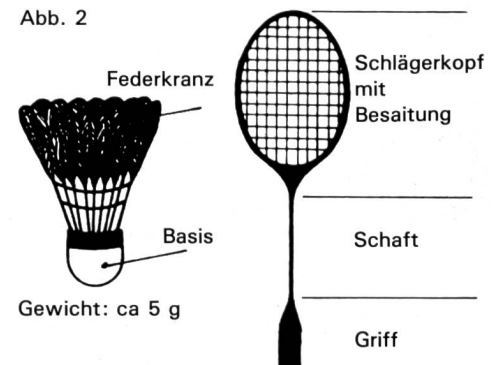
Das Spielfeld

Standartfeld
VA Vordere Aufschlaglinie
M Mittellinie
HAD Hintere Aufschlaglinie Doppel
HAE Hintere Aufschlaglinie Einzel

Badminton ist ein sogenanntes Flugballspiel, das heisst der Shuttle darf den Boden nie berühren. Prinzip des Spieles ist, den Gegner zu Fehlern zu verleiten: Er kann den Federball im Flug nicht mehr erreichen oder er spielt ihn so zurück, dass er einen Fehler begeht. Das Wettkampfbjekt Shuttle oder Federball darf zwischen 4,7 und 5,5 g schwer sein. Der normale Wettkampffederball besteht aus 14 bis 16 Gänsefedern und besitzt am Federkranz einen Durchmesser von 5,4 bis 6,4 cm. Daneben werden zu Trainingszwecken auch Kunststofffederbälle von gleicher Grösse verwendet, die aber schlechtere Flugeigenschaften besitzen. Ein Dutzend Naturfederbälle, die durch das Spiel entsprechend abgenutzt werden, kosten zwischen 14 und 20 Franken.

Als Wettkampfgerät wird ein Schläger oder Racket von zirka 60 bis 70 cm Länge verwendet. Der Schläger wiegt zirka 500 g und verfügt über eine mit straff gespannten Nylon- oder Darmsaiten versehene Schlagfläche. Ein Wettkampfschläger mit einem Stahlschaft und solidem Holz- oder Stahlrahmen kostet 40 bis 60 Franken. Die teuersten Rackets sind für 90 bis 110 Franken zu haben.

Abb. 2



Gewicht: ca 5 g

Technik

Badminton verlangt eine gute Kondition und vor allem ein ausgefeiltes technisches Können. Um die verschiedenen Schläge mit der nötigen Präzision ausführen zu können, ist eine systematische Trainingsarbeit von 3 bis 5 Jahren erforderlich. Hingegen ist es schon nach kurzer Zeit möglich, die Grundschiessarten in einer sehr einfachen Grobform auszuführen.

Zentrales Element einer richtigen Schlagauführung im Badminton ist die *Schlägerhaltung*. Der Schläger muss im Badminton etwas anders in die Hand genommen werden, als beim üblichen Strandbadfederball, da ein grosser Krafteinsatz beim Schlagen des Shuttles notwendig ist. Der richtige Schlägergriff wird folgendermassen erreicht:

Der Schläger wird mit seinem Schlägerkopf zunächst parallel zur Innenfläche der Schlaghand gehalten. Wird der Schläger nun vorgeschoben bis das Griffende am Schlaghandballen zu liegen kommt und die Hand geschlossen, so hält man den Schläger richtig in der Hand (A). Zur Kontrolle kann man prüfen, ob der Schläger so festgehalten wird, dass die Schlägerkopfoberkante im Schnittpunkt von Zeigefinger und Daumen liegt (B).

Abb. 3



Die Schlagarten

Die Grundschatarten sind:

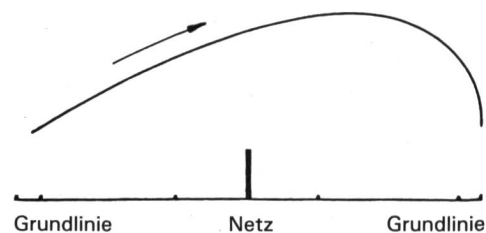
1. Überkopf- und Unterhandschläge
2. Vorhand- und Rückhandschläge

Überkopfschläge sind im Badminton besonders wichtig für ein erfolgreiches Spiel. Sie werden – wie ihr Name besagt – mit ausgestrecktem Arm über dem Kopf ausgeführt. Zu den wichtigsten Überkopfschlägen gehört der *Clear*, der *Drop*, der *Smash* und der *Drive*.

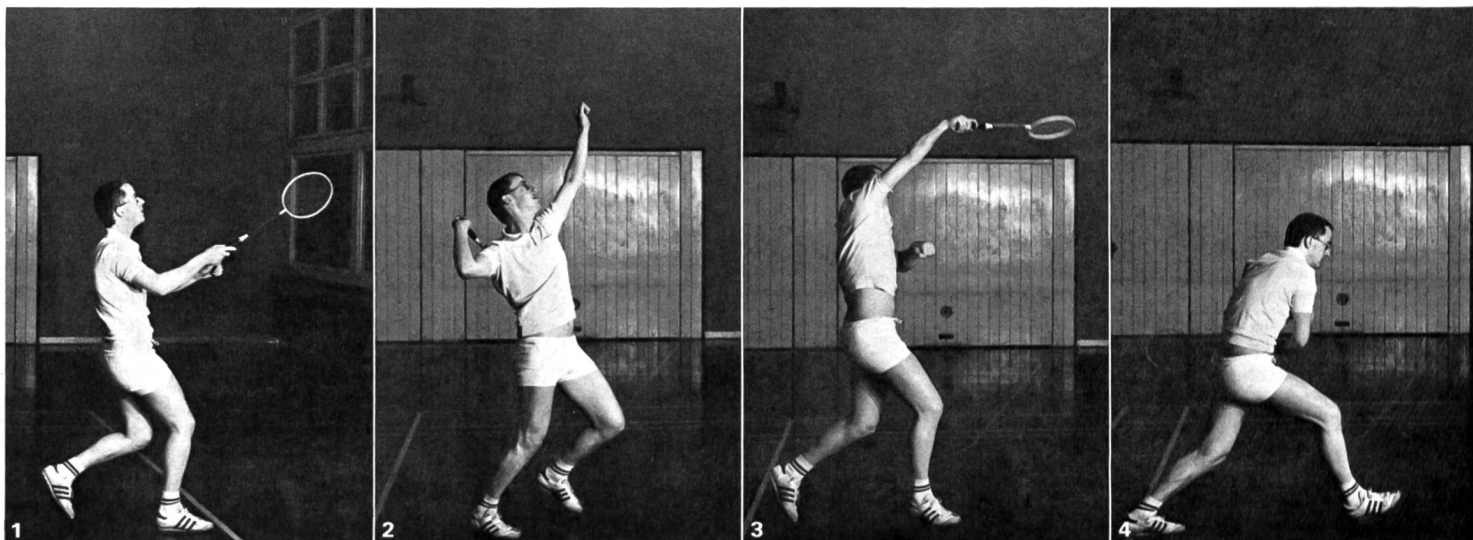
Wichtigster Grundschat des Badmintonsportes ist der *Clear*. Unter *Clear* versteht man einen Schlag, bei welchem der Shuttle von Grundlinie zu Grundlinie fliegt und möglichst hoch in die Halle geschlagen wird. Dadurch wird versucht, den Gegner möglichst weit nach hinten zu drängen, um mit einem anschliessenden Angriff zum Punkteerfolg zu gelangen. Dazu muss der Shuttle mit voller Kraft geschlagen werden.

Abb. 4

Flugbahn des Federballes beim *Clear*



Der Bewegungsablauf hat für den *Clear* – wie für alle Überkopfschläge – folgende Merkmale: Der Spieler zieht den Schläger vor dem Körper hoch (1). Gleichzeitig verlagert er das Körpergewicht auf den Schlaghandfuss. Mit der linken Hand zeigt der Spieler auf den Shuttle, während er mit der rechten Hand den Schläger über den Kopf hinweg auf seinen Rücken führt (2). Am Ende dieser Ausholphase berührt der Schläger den Rücken, das Handgelenk ist in einem rechten Winkel abgewinkelt und der Ellbogen zeigt nach oben. Zu diesem Zeitpunkt hat der Shuttle den höchsten Punkt seiner Flugbahn erreicht. Dann erfolgt der Schlag: Zuerst wird der Arm gestreckt und dann kurz vor dem Treffpunkt auch das Handgelenk eingesetzt (3). Der Shuttle muss dabei möglichst hoch getroffen werden. Nach dem Schlag läuft der Schlagarm auf der gegenüberliegenden Körperseite mit einer vollen Handgelenkbewegung aus (4). Zentrales Moment der Schläge ist der Handgelenkeinsatz. Hier unterscheidet sich Badminton grundlegend vom Tennis.



4 Ausführung:

Der Schläger wird nach vorne oben gezogen bis der Arm gestreckt ist.

Der Shuttle muss möglichst hoch getroffen werden.

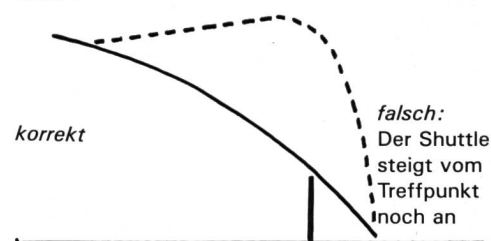
Bei einem fließenden Bewegungsablauf wird zuerst der Oberarm und dann der Unterarm gestreckt. Das Handgelenk bleibt beim Treffen des Shuttles abgewinkelt. Der Arm wird in gestrecktem Zustande weich nach unten gezogen. Dadurch erhält der Shuttle nur eine kleine Beschleunigung und fällt unmittelbar hinter dem Netz zu Boden.

5 Auslaufphase:

Nach dem Schlag wird der Schlagarm nach unten geführt. Der Schläger kommt nach dem Treffen des Balles in die Grundstellung zurück und läuft nicht im Rahmen eines Folgedurchschlages wie beim Clear auf der Gegenseite des Schlagarmes aus. Gleichzeitig wird das Körpergewicht vom Schlaghandfuss auf den Gegenseitefuss verlagert und der Schlaghandfuss nach vorne gesetzt.

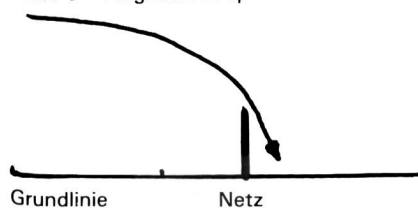
Flugbahn Überkopf-Vorhand-Drop: Vom Treffpunkt des Shuttles schräg abwärts, die Flugbahn sollte möglichst kurz hinter dem Netz enden (Abb. 7).

Abb. 7



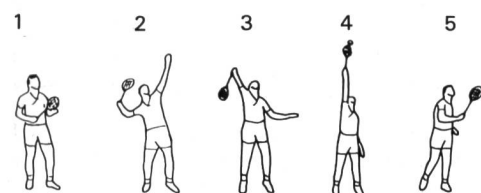
Ist der Clear in erster Linie ein Verteidigungsschlag, der dazu dient, Zeit zum Aufbau des eigenen Spieles zu gewinnen, sind Drop und Smash Angriffsschläge, die den Punktgewinn vorbereiten, beziehungsweise ermöglichen sollen. Der Drop ist ein Schlag, der von der Grundlinie ans Netz geschlagen wird und möglichst kurz hinter dem Netz zu Boden fallen muss. Der Bewegungsablauf ist der gleiche wie beim Clear; nur wird das Handgelenk nicht eingesetzt, sondern bleibt abgewinkelt. Durch eine gefühlvolle Bewegung des gestreckten Armes, versucht der Spieler den Shuttle möglichst knapp hinter das Netz zu schlagen.

Abb. 5 Flugbahn Drop



Der Schlagablauf darf sich in der Ausholphase nicht vom Schlagablauf des Clears oder Smashes unterscheiden. Dadurch ist es dem Spieler möglich, den Gegner zu täuschen und die Variationsmöglichkeiten im Spiel zu erhöhen. In der Ausholphase kann zudem durch eine Körpertäuschung (Vortäuschen eines festen Schlages durch eine ruckartige, kräftige Körperbewegung) eine weitere Variationsmöglichkeit genutzt werden.

Abb. 6 Bewegungsablauf Drop



1 Ausgangsstellung:

Grundstellung.

2 Ausholen:

Hochziehen des Schlägers vor dem Körper. Mit der linken Hand auf den Shuttle zeigen. Das Körpergewicht wird auf den Schlaghandfuss verlagert.

3 Ende der Ausholphase:

Der Schläger berührt den Rücken. Das Handgelenk ist ganz abgewinkelt. Der Ellbogen wird nach oben gezogen. Der Spieler steht unmittelbar unter dem Shuttle.

Häufigste Fehler bei der Schlagaussführung:

- Das Handgelenk wird voll gestreckt wie beim Clear. Der Shuttle fliegt dadurch viel zu weit ins gegnerische Feld.

- Treffpunkt des Shuttles liegt nicht unmittelbar vor dem Körper, sondern hinter dem Körper. Zudem wird der Shuttle zu spät geschlagen. Dadurch steigt der Shuttle nach dem Schlag an (vergleiche Skizze). Die Flugzeit des Shuttles wird länger und eröffnet dem Gegner die Möglichkeit, sich besser auf den Schlag einzustellen. Da der höchste Punkt der Flugbahn zudem auf der Gegenseite liegt, besteht die Möglichkeit, dass der Gegner den Shuttle beim Überfliegen des Netzes sofort mit einem Schmetterschlag nach unten schlagen kann.

- Der Arm wird bereits lange vor der Schlagaussführung gestreckt und der Shuttle bloss leicht angetippt. Dadurch erkennt der Gegner schon frühzeitig, dass ein Drop gespielt wird und er kann sich besser auf den Schlag einstellen.

- Der Shuttle fliegt noch zu hoch über das Netz, oder zeitweise zu weit ins Feld.

Korrektur:

Handgelenk abwinkeln!
Schlagarm weich nach unten ziehen.

Treffpunkt muss möglichst hoch und unmittelbar vor dem Körper sein!
Arm voll durchstrecken.

Die Ausholphase wie bei allen anderen Überkopfschlägen. Erst im letzten Moment wird durch den Nichteinsatz des Handgelenkes ein Unterschied im Schlag erreicht. Möglichkeit zum Täuschen!

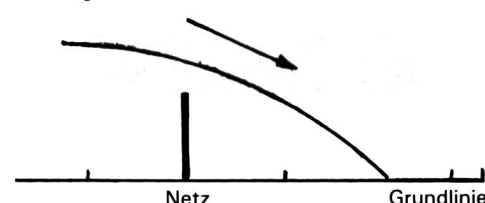
Das Ballgefühl muss durch langes Üben verbessert werden. Der Drop ist ein weicher, gefühlvoller Schlag.

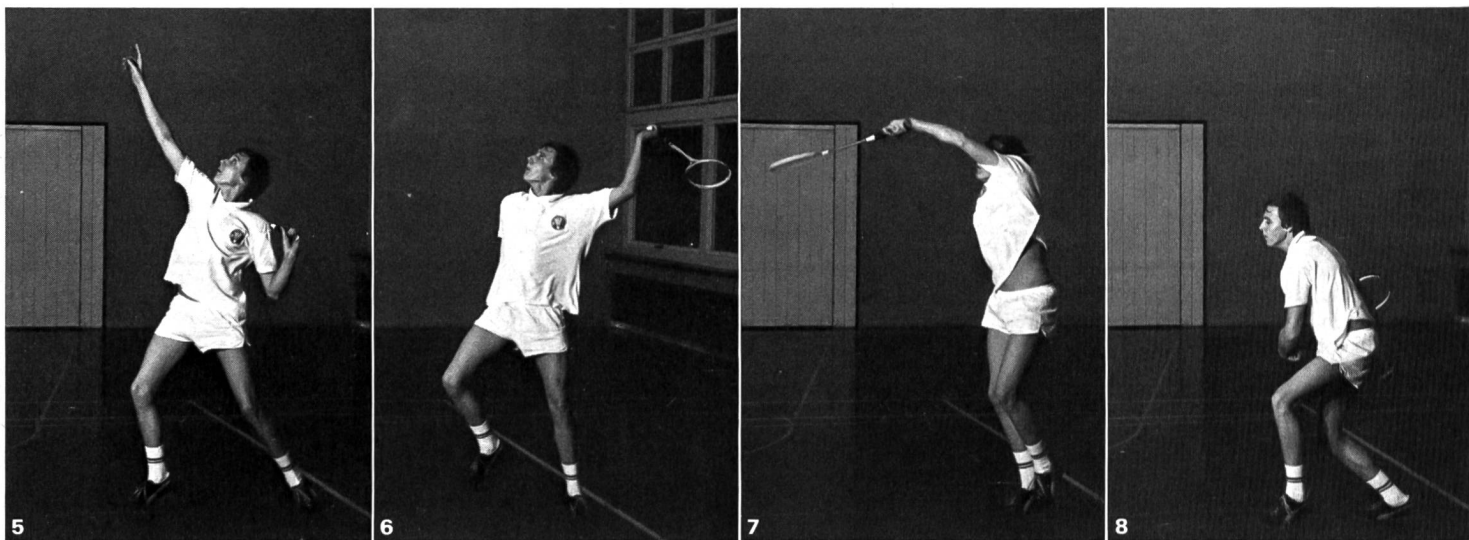
Der Schmetterschlag oder Smash gilt als der eigentliche Vollstrecker. Der Spieler schlägt dabei den Shuttle mit vollem Körper- und Handgelenkeinsatz möglichst steil nach unten.

Der Bewegungsablauf ist weitgehend der gleiche wie beim Clear. Der Spieler trifft den Shuttle lediglich etwas später und setzt das Handgelenk optimal ein. Der Shuttle erfährt dadurch in der Anfangsphase eine Geschwindigkeit bis zu 140 km/Std.

Abb. 8

Die Flugbahn des Federballes beim Smash

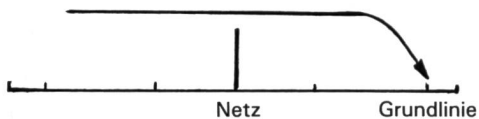




Der *Drive* kann sowohl als Überkopfschlag als auch als Unterhandschlag ausgeführt werden. Er kommt in erster Linie im Doppel- und Mixed-Doppelspiel zur Anwendung. Der Shuttle soll dabei so flach und scharf als möglich über das Netz geschlagen werden. Er überfliegt dabei das Netz ganz knapp und sollte im letzten Viertel des Feldes landen.

Abb. 9

Flugbahn des Shuttles beim Drive-Schlag

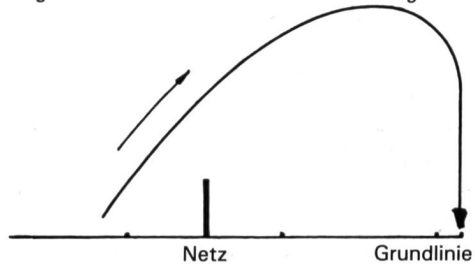


Die wichtigsten Unterhandschläge sind der Lob (Unterhandclear), der Aufschlag im Einzel und Doppel und der Netzdrop. Die Spieleröffnung er-

folgt im Einzel meist durch einen *langen Aufschlag*, der den Regeln gemäss unterhalb der Hüfte erfolgen muss. Der Aufschlag soll dabei möglichst hoch in die Halle geschlagen werden, damit der Shuttle senkrecht auf die Grundlinie niederfällt. Der abnehmende Spieler hat so nur eine sehr kurze Zeit zum Treffen des Shuttles zur Verfügung.

Abb. 10

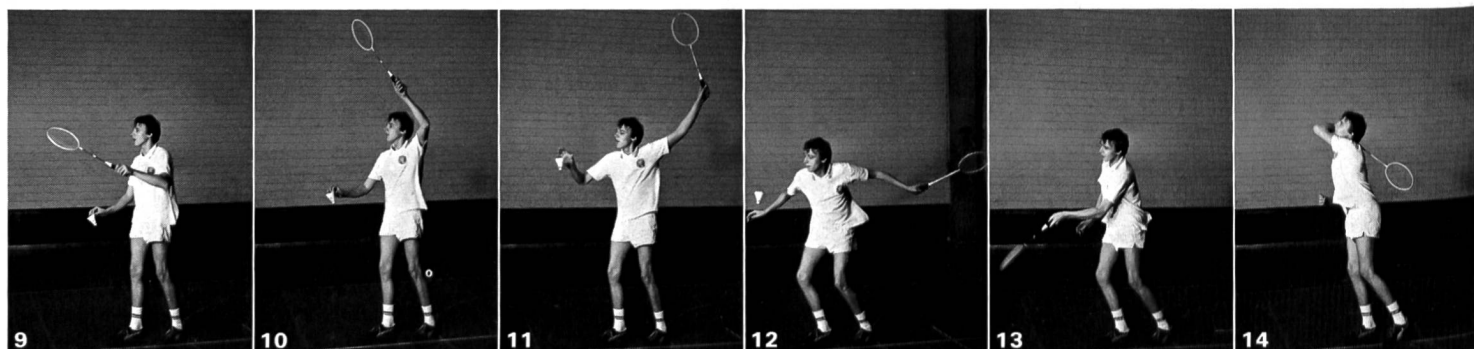
Flugbahn des Federballes beim Aufschlag



Um diesen Schlag auszuführen, steht der Spieler in einer leichten Grätschstellung zirka 60 cm von der vorderen Aufschlaglinie entfernt. Der rechte Schlaghandfuss ist zurückgesetzt. Der Schläger wird mit der rechten Schlaghand ungefähr auf Kopfhöhe gehalten, während die linke Hand den Shuttle am Federkranz fasst (9).

Dann lässt der Spieler den Schläger in einer lockeren Bewegung nach hinten abfallen und verlagert gleichzeitig das Gewicht auf den Schlaghandfuss (10). Beim lockeren Abfallen des Armes nach hinten wird das Handgelenk abgewinkelt (11/12). Gleichzeitig geht der Spieler leicht in die Knie. Nun erfolgt der Schlag, indem der Spieler den Schwung seines Armes und das Handgelenk voll einsetzt, um den von der linken Hand senkrecht abfallenden Shuttle nach oben zu schlagen (13). Gleichzeitig erfolgt die Gewichtsverlagerung. Der Arm wird bis auf die Gegenseite durchgezogen (14).

Bewegungsablauf beim langen Einzelaufschlag:



Da im Doppel das Aufschlagfeld um 76 cm verkürzt ist, wird in der Regel ein *kurzer Aufschlag* ausgeführt, um dem Gegner nicht sofort die Möglichkeit zu einem Schmetterschlag zu geben. Für den kurzen Aufschlag wird der Arm an die Hüfte gelegt und das Handgelenk abgewinkelt (15). Nun führt der Spieler eine leichte Gewichtsverlagerung vom hinteren rechten Fuss auf den vorderen linken Fuss aus und stösst mit den Knien leicht nach oben (16). Im Verlauf dieser lockeren Bewegung trifft er den Shuttle, den er aus der linken Hand senkrecht abfallen lässt (17/18). Der Shuttle muss möglichst knapp über das Netz fliegen und möglichst kurz hinter der vorderen Aufschlaglinie zu Boden fallen.

Bewegungsablauf beim kurzen Doppelaufschlag

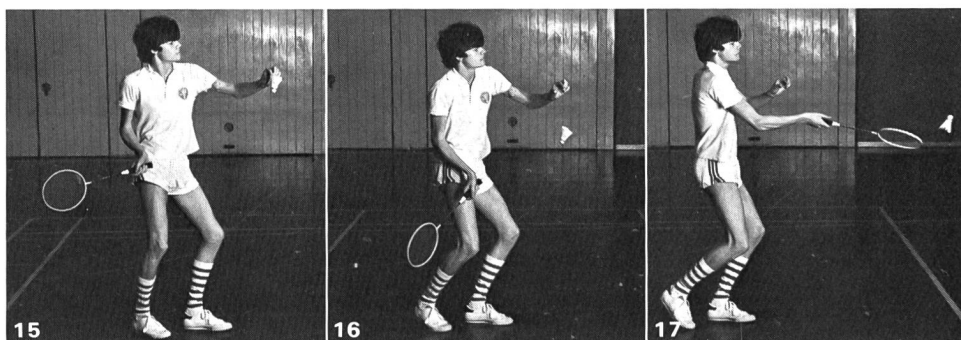


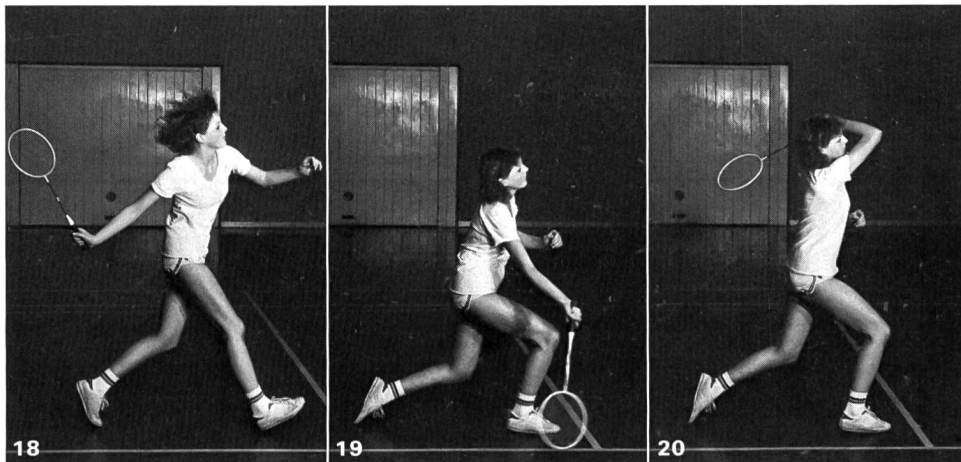
Abb. 11

Flugbahn des Federballes beim kurzen Aufschlag:



Die beiden anderen Unterhandschläge Lob und Netzdrop haben einen ähnlichen Bewegungsablauf wie der lange beziehungsweise der kurze Aufschlag. Der Lob ist ein Schlag vom Netz zur Grundlinie, der möglichst hoch in die Halle geschlagen werden muss, um Zeit zu gewinnen. Durch diesen Schlag versucht der in Bedrängnis geratene Spieler, sich aus seiner Notlage zu befreien und eventuell einen neuen Angriff vorzubereiten. Die Flugbahn des Shuttles ist dieselbe wie beim langen Einzelaufschlag. Der Bewegungsablauf unterscheidet sich nur dadurch, dass der Schlag nun aus einer Laufbewegung erfolgt (Photos 18 bis 20).

Bewegungsablauf Lob



Der Netzdrop ist ein Schlag, der vom Netz wiederum ans Netz geschlagen wird. Ziel muss es sein, den Shuttle möglichst knapp über das Netz zu schlagen, damit der gegnerische Spieler nicht eingreifen und den Shuttle mit einem Schmetterschlag zum Punkt verwerten kann. Ausserdem soll er möglichst kurz hinter dem Netz zu Boden fallen, um den Gegner ans Netz ziehen zu können. Der Bewegungsablauf ist ähnlich wie beim kurzen Einzelaufschlag. Mit ausgestrecktem Arm und abgewinkeltem Handgelenk (21) versucht der Spieler den Shuttle möglichst auf der Höhe der Netzkante zu treffen und lässt ihn von seinem Schläger ohne Krafteinsatz auf die andere Netzseite abtropfen (22). Die Bewegung erfolgt wiederum aus dem Lauf (Photos 21/22).

Netzdrop

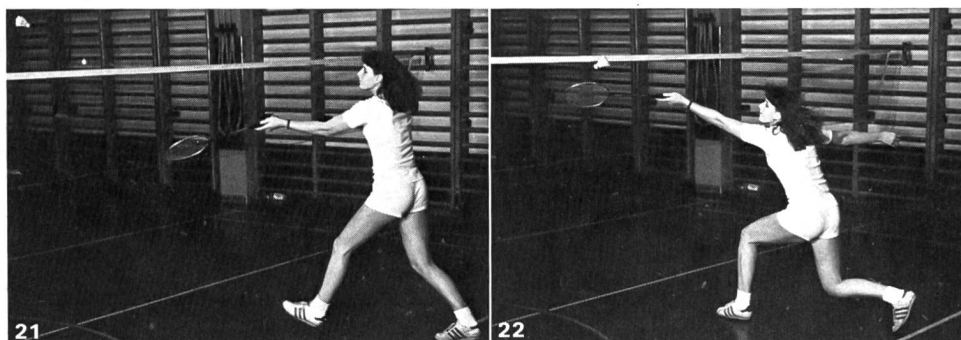
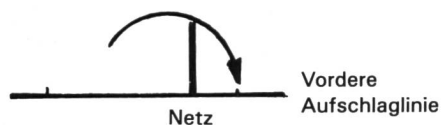


Abb. 12

Flugbahn Netzdrops



Alle Schläge können auch auf der Rückhandseite ausgeführt werden!

Laufarbeit

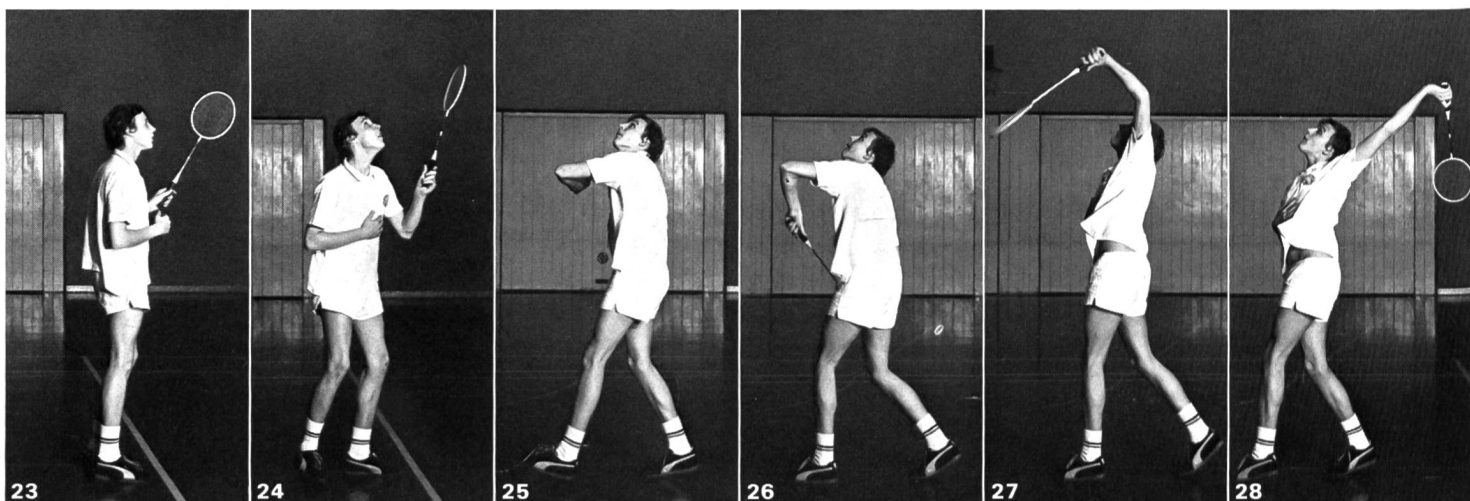
Zum Badmintonspiel gehört neben einer ausgefeilten Technik eine gut eingeübte und optimale Laufarbeit. Nur wenn der Spieler in der Lage ist, jeden Shuttle rechtzeitig und in der richtigen Beinstellung anzulaufen, ist auch ein entsprechender Spielerfolg möglich. Ausgangspunkt für alle Aktionen ist das Feldzentrum.

Dabei erfolgt der Lauf zum Netz in der Regel mit zwei Schritten, wobei der letzte Schritt mit dem Schlaghandfuss gemacht wird. Durch diesen

Ausfallschritt soll das Körpergewicht aufgefangen werden. Anschliessend erfolgt sofort der Rücklauf in die Grundstellung (Photo 29).

Die Shuttles, welche an der Grundlinie geschlagen werden müssen, unterläuft der Spieler in der Regel. Durch sogenanntes «Umspringen» erreicht der Spieler, dass er aus dem Rückwärtslaufen direkt wieder nach vorne laufen kann (Photo 30).

Die Laufarbeit wird im Badminton sport spezifisch trainiert. Daneben muss Antrittsschnelligkeit und Beweglichkeit stark gefördert werden.



Als Beispiel für einen Rückhandschlag wollen wir kurz die Schlagauführung beim *Rückhandclear* darlegen. Der Schlag beginnt gleich wie beim Vorhandclear in der Grundstellung (23). Dann wird der rechte Schlaghandfuss zur Rückhandseite umgestellt (24/25). Das Handgelenk wird nach hinten unten abgewinkelt und der Schlaghandellbogen zeigt zum Shuttle (26).

Bei der Schlagauführung bewegt sich zunächst aus dem Schultergelenk heraus der Oberarm, dann der Unterarm aus dem Ellbogengelenk heraus gegen den Shuttle. Dann wird der Shuttle mit vollem Einsatz des Handgelenks im höchstmöglichen Punkte getroffen. Das Körpergewicht verlagert sich auf den Schlaghandfuss. Der Schlag endet in der gänzlichen Streckung von Schulter, Ellbogen und Handgelenk (Photos 23–28).

Der Backhandclear benötigt sehr viel Kraft und muss intensiv geübt werden, da er hohe Anforderungen an das Koordinationsvermögen stellt.



Taktik

Wichtiges Element des Badmintonspiels ist ein taktisch richtiges Verhalten des Spielers, sowohl im Einzel als auch besonders im Doppel und Mixed-Doppel.

Im *Einzel* steht der Spieler beim Aufschlag im Feldzentrum. Der Spieler muss versuchen, den Shuttle immer so zu spielen, dass er im Zentrum steht, bevor sein Gegner den Shuttle zurückschlagen kann. Im Verlauf des Spieles sollte der Wettkämpfer versuchen, den Gegner möglichst weit zum Feld hinauszudrängen, um dann mit einem Drop oder Schmetterschlag zum Erfolg zu kommen. Dafür ist es notwendig, den Gegner durch ein gutes Clearspiel möglichst weit nach hinten zu drängen. Aus diesem Grunde ist es im Einzel üblich, einen langen Aufschlag an die Grundlinie zu schlagen. So wird der Gegner vom Beginn des Spieles weg an der Grundlinie festgenagelt.

Auf weitere Details des taktischen Verhaltens im Einzel wollen wir verzichten. Allgemein ist für das Wettkampfspiel festzuhalten, dass ein möglichst grosses Schlagrepertoire, eine gute Laufarbeit und Spielintelligenz mit den notwendigen Überraschungs- und Täuschungselementen Grundlage für einen Erfolg bilden.

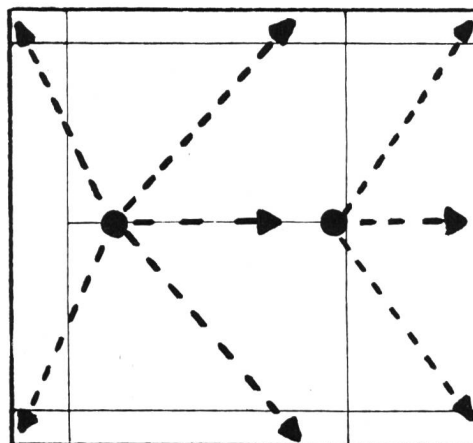
Sehr viel wichtiger als beim Einzel ist die taktische Marschroute im *Doppel und Mixed-Doppel*. Grundlegendes System im Herren- und Damendoppel ist das sogenannte «Magnetnadelssystem». Es kennt zwei Positionen der Spieler, welche je nach Spielsituation wechseln:

1. Angriffsposition, 2. Verteidigungsposition. In der Verteidigungsposition stehen die beiden Spieler nebeneinander: Jeder Spieler nimmt dabei die Shuttles in seiner Feldhälfte ab. In der Angriffsposition stehen die beiden Spieler hintereinander, wobei der vordere die Shuttles am Netz abnimmt, während der hintere die Shuttles an der Grundlinie schlägt (13).

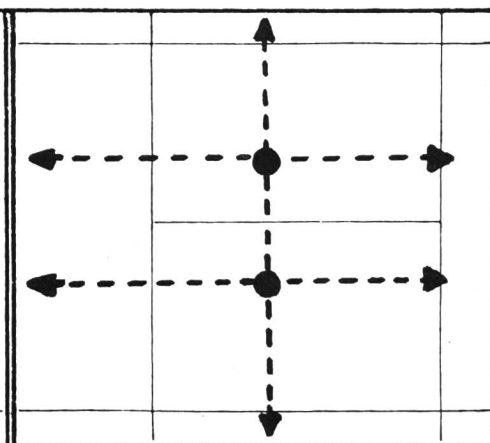
Angriffs- und Verteidigungsstellung wechseln im Spiel laufend ab. Dabei funktioniert dieses System wie eine Magnetnadel (daher der Name). Man kann sich vorstellen, dass die Nadel in der Feldmitte befestigt ist. Ein Spieler befindet sich am Nadelende, der andere an der Nadelspitze. Wenn sich die Nadel dreht, bedeutet dies, dass sich Spitze und Ende immer entgegengesetzt verhalten (14). Geht ein Spieler ans Netz, so geht der andere Spieler zurück.

Abb. 13

Angriffsstellung

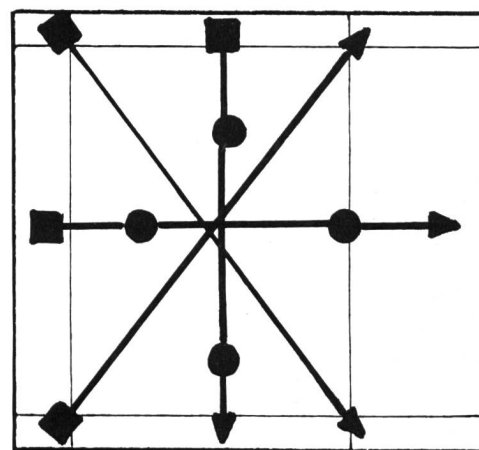


Verteidigungsstellung



Die Spielsituation bestimmt also immer das Verhalten der Doppelspieler. Die Angriffsstellung wird von den Wettkämpfern dann eingenommen, wenn der Shuttle als Angriffsschlag (Smash, Drop, Netzdrops) nach unten geschlagen werden kann. Wenn der Shuttle hoch und weit nach hinten als Verteidigungsschlag (Clear, Lob) ausgeführt wird, nehmen die Spieler die Verteidigungsposition ein. Da in der Verteidigungsstellung ein Schmetterschlag oder Drop erwartet wird, stehen die Spieler nebeneinander.

Abb. 14



der, um so die Abwehrchancen zu erhöhen. Ein Smash kann nur abgenommen werden, wenn die Spieler zirka 60 cm hinter der vorderen Aufschlaglinie stehen. In der Angriffsstellung hat der vordere Spieler die Aufgabe, den schlecht abgewehrten Schmetterschlag der Gegner zum Punkt zu verwerten. Beim Wechsel von der Angriffs- in die Verteidigungsstellung bestimmt immer der ballführende Spieler das Anpassungsverhalten des Partners. Wenn der eine Spieler einen Lob spielt und auf der linken Seite in die Verteidigungsposition zurückweicht, muss sein Partner auf der rechten Seite ebenfalls in die Verteidigungsposition gehen. Dieses System und besonders der Systemwechsel verlangt ein langes und intensives Training. Im Wettkampf müssen sich die Spieler blind verstehen, wollen sie einen Erfolg erzielen.



In der Regel wird ja ein kurzer Aufschlag ausgeführt. Der Aufschlagabnehmer versucht, den kurzen Aufschlag des Gegners sofort nach unten zu schlagen, um so in den Angriff zu kommen. Der Aufschlag spielende Wettkämpfer steht rund 60 cm hinter der vorderen Aufschlaglinie, sein Partner rund 1 m hinter ihm. So befinden sich die beiden Spieler bereits in der Angriffsstellung (31).

Diejenigen Spieler, welche den Aufschlag abnehmen, stehen ebenfalls in Angriffsposition hintereinander. Der abnehmende Spieler stellt sich unmittelbar hinter die vordere Aufschlaglinie, um den kurzen Service des Gegners sofort nach unten schlagen zu können. Sein Partner steht rund einen Meter vor der hinteren Aufschlaglinie in der Mitte. Er hat die Aufgabe, bei einem eventuellen langen Aufschlag die Mittellinie zu überwachen und seinem Partner anzukündigen, wenn der Shuttle ins Aus fällt. Auch so soll erreicht werden, möglichst rasch nach dem Aufschlag in den Angriff zu kommen und den Punkterfolg zu erreichen (32).

Hauptziel im Doppel muss es sein, immer im Angriff zu bleiben. Nur wer im Angriff ist, das heisst den Shuttle als Drop, Drive und Smash nach unten schlagen kann, hat die Möglichkeit, Punkte zu erzielen. Die Devise lautet also «Angriffsspiel – Angriffsspiel – Angriffsspiel». Von der Spieleröffnung weg muss versucht werden, den Gegner in die Defensive zu drängen. Nur im äussersten Notfall soll der Shuttle als Clear befreit werden.

Im Mixed-Doppel wird grundsätzlich die Angriffsstellung eingenommen. Der männliche Spieler hat die Aufgabe, alle lang gespielten Shuttles zu schlagen, während seine Partnerin alle Shuttles am Netz abnimmt. Auch im Mixed-Doppel lautet die Devise: «Angriffsspiel!» Beim Aufschlag und der Aufschlagabnahme stellt sich die Dame immer vorne am Netz auf, um die kurz ans Netz geschlagenen Shuttles zu retournieren. Die Dame hat während des Spiels die gleiche Aufgabe, wie der vordere Spieler in der Angriffsstellung des Doppels. Sie soll die schlecht zurückgespielten Shuttles zum Punkt verwerten. Kommt es im Verlaufe des Spieles vor, dass eine Partei trotzdem einen Clear zur Befreiung aus einer Notsituation schlagen muss, so weicht die Dame der clearschlagenden Partei etwa 50 cm hinter die vordere Aufschlaglinie zurück. Sie steht dabei immer diagonal zum gegnerischen Herrn und hat die Aufgabe, alle diagonal geschlagenen Shuttles abzunehmen; besonders auch den gekreuzten Schmetterschlag. In dieser Defensivstellung des Mixed-Doppels hat der Herr die schwierige Aufgabe, drei Viertel des Feldes abzudecken, während die Dame nur einen Viertel übernimmt.

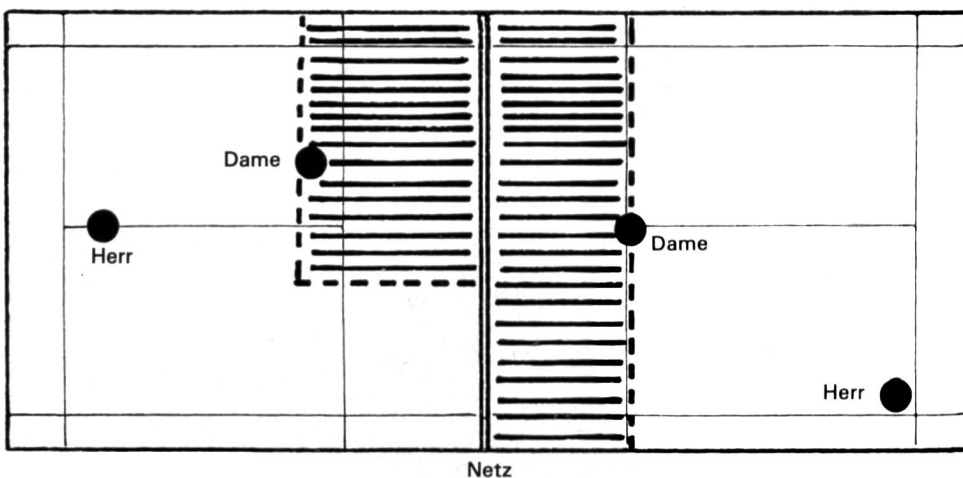
Auch für das Einüben der Mixed-Doppel-Taktik ist ein intensives Training notwendig. Besonders die Dame hat eine anspruchsvolle Aufgabe, die ohne entsprechende Schulung nur schwer zu lösen ist.



Abb. 15

Defensivstellung:
Aufgabenverteilung im Mixed-Doppel

Angriffsstellung:
Aufgabenverteilung im Mixed-Doppel



Merke:

- **Badminton muss Dir Spass machen**
- **Voraussetzung ist der richtige Griff**
- **Überkopfschläge sind Wurfbewegungen**
- **Triff den Shuttle so früh wie möglich**

- **Badmintonspielen heisst laufen**
- **Doppel:**
 - **Bei jeder Gelegenheit: Angriff**
 - **Entscheidend: Service und Abnahme**
 - **Spiele am Netz aggressiv**