

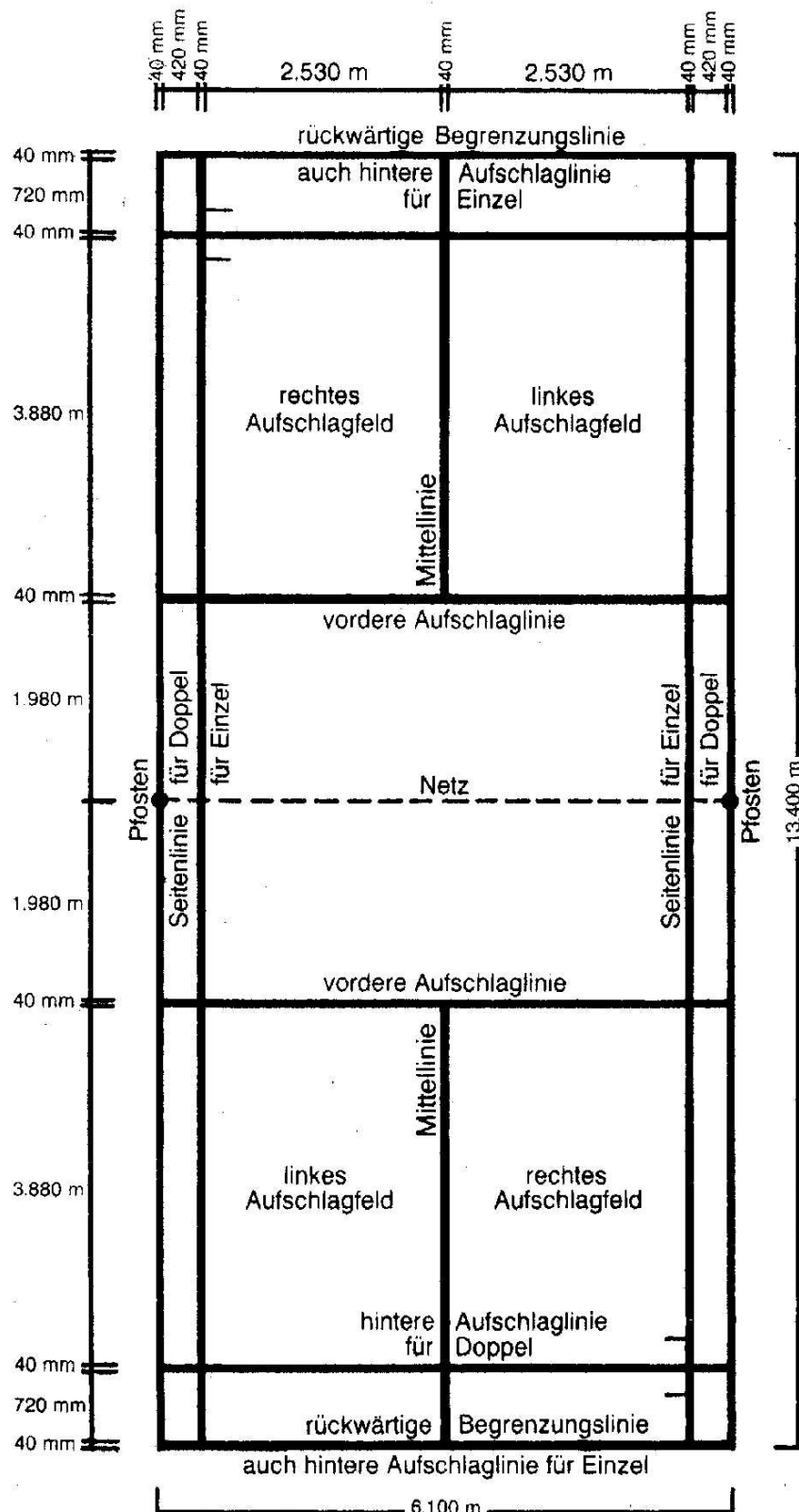
# Badminton-Grundkenntnisse

## 1. Das Spielfeld

Netzhöhe: 1,55m

Einzel: langes, schmales Feld

Doppel: langes, breites Feld;  
nur beim Aufschlag kurzes, breites Feld



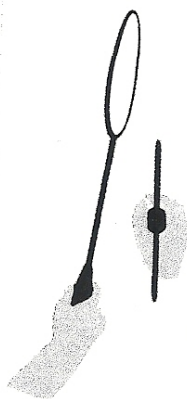
## 2. Grundtechnik der Schlägerhaltung

Voraussetzung für das Erlernen einer funktionierenden Technik bei allen Schlagarten ist das Einnehmen einer situationsangemessenen Schlägerhaltung.

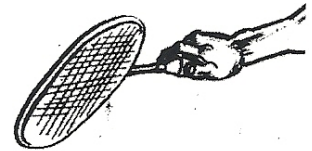
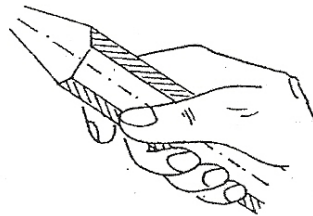
Für den Einstieg in das Badmintonspiel im Schulsport empfiehlt sich eine sinnvolle Reduzierung, die dennoch die Ausführung aller Schlagarten zulässt. Grundlegende Vermittlungsmodelle favorisieren den sogenannten „Universalgriff“, bei dem der Schlägergriff so in der Hand liegt, dass Daumen und Zeigefinger ein „V“ auf der schmalen Seite des Griffes bilden. Dieser Griff wird bei allen Vorhandschlägen eingesetzt, der Rückhandgriff – wie der Name schon sagt – für alle Rückhandschläge.

Beim Rushgriff bilden Daumen und Zeigefinger ein V auf der breiten Seite des Griffes.

Beim Rückhandgriff unterstützt der Daumen die Ausführung der Rückhandschläge, indem die Daumeninnenseite auf die breite Seite des Griffes gesetzt wird.



Universalgriff



Rückhandgriff

Häufig auftretende Fehler bei Anfängern:

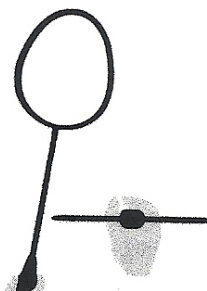
„Bratpfannengriff“

Der Schüler hält den Schläger wie beim Rushgriff auf der Breitseite des Griffes, aber Daumen und Zeigefinger umfassen den Griff wie einen Hammer, anstatt ein „V“ zu bilden.

„Zeigefingergriff“

Der Schüler versucht, mit dem Zeigefinger den Druck auf den Schläger zu verstärken. Durch die falsche Schlägerhaltung wird jedoch die für eine hohe Schlaggeschwindigkeit benötigte Schlägerkopffrotation blockiert.

Bratpfannengriff



### 3. Die Spielregeln

Gespielt wird auf zwei Gewinnsätze bis 21 Punkte pro Satz, wobei am Satzende ein Vorsprung von mindestens zwei Punkten erreicht sein muss. Dies gilt für alle Disziplinen (Herreneinzel, Dameneinzel, Herren-Doppel, Damen-Doppel, gemischtes Doppel).

Da bei 21:20 kein Zweipunktevorsprung besteht, wird solange weiter gespielt, bis eine Partei zwei Punkte Vorsprung hat – maximal allerdings bis 30 Punkte.

Bei 29 beide führt der nächste Punkt zum Satzgewinn. *Knappstes Satzergebnis ist also 30:29.*

### 4. Spieleröffnung

Vor Spielbeginn wird gelost. Der Sieger kann sich zwischen den drei Möglichkeiten erster Aufschlag, Rückschlag oder Seitenwahl entscheiden.

### 5. Zählweise (Rallye-Point)

#### Einzel

Ein Spiel geht meist über 2 Gewinnsätze. Die Partei, die einen Ballwechsel gewinnt, erhält einen Punkt, unabhängig davon, ob sie Aufschlag hatte oder nicht. Den jeweils nächsten Aufschlag führt die Partei aus, die den vorangegangenen Ballwechsel gewonnen hat.

Bei gerader eigener Punktzahl schlägt man vom rechten Aufschlagfeld auf, bei ungerader eigener Punktzahl vom linken Aufschlagfeld.

#### Doppel

Grundlage für die Reihenfolge der Aufschlagenden ist der „Viererzyklus“: Das Aufschlagrecht wechselt während eines Satzes in folgender Reihenfolge zwischen den Spielern

- Erster Aufschläger bei null beide (beginnt im rechten Aufschlagfeld)
- Partner des ersten Rückschlägers
- Partner des ersten Aufschlägers
- Erster Rückschläger
- Erster Aufschläger usw.

*Achtung: Diese Reihenfolge müssen sich die Spieler unbedingt merken, sie bleibt während des ganzen Satzes unverändert.*

Punktgewinn Aufschläger:

Gewinnt die aufschlagende Partei den Ballwechsel, so schlägt der Aufschläger weiter auf. Er wechselt in das andere Aufschlagfeld und schlägt auf den Partner des ersten Rückschlägers auf.

Bei mehreren Punktgewinnen wechselt er also immer zwischen dem rechten und linken Aufschlagfeld.

*Achtung: Der Punktgewinn nach eigenem Aufschlag ist die einzige Situation, nach der es zum Positionswechsel der Partner kommt.*

Punktgewinn Rückschläger:

a) Gewinnt die rückschlagende Partei den Ballwechsel, so erhält sie Punkt und Aufschlagrecht.

b) Die Positionen werden weder auf der Verliererseite noch auf der Gewinnerseite gewechselt.

Aufschläger: Wer aufzuschlagen hat, ergibt sich aus dem Viererzyklus.

Aufschlagfeld: Das Aufschlagfeld aus dem nach Aufschlagwechsel aufgeschlagen wird, ergibt sich aus dem Spielstand. Bei eigenem geraden Punktstand ist aus dem rechten Aufschlagfeld aufzuschlagen, bei eigenem ungeraden aus dem linken.

*Hinweis zum Merken: Wer dran ist mit dem Aufschlag, fragt nach dem eigenen Punktstand und müsste dann in jenem Aufschlagfeld landen, in dem er bei der letzten Aufschlagannahme gestanden hat.*

## 6. Seitenwechsel

Die Spieler wechseln die Seiten:

- nach Beendigung des ersten Satzes
- vor Beginn des dritten Satzes
- im dritten Satz, wenn die führende Seite 11 Punkte erreicht hat

## 7. Der Aufschlag

Ein Aufschlag ist dann korrekt....

- wenn er nicht verzögert wird (länger als 5 Sek.)
- wenn der Ball ins diagonal gegenüberliegende Aufschlagfeld geschlagen wird
- wenn der Aufschläger und Rückschläger in diesen Feldern stehen, ohne die Linien zu berühren und bis zur Aufschlagsausführung mit beiden Füßen Bodenkontakt haben
- wenn der Ball bei geradem Spielstand ins rechte und bei ungeradem Spielstand ins linke Aufschlagfeld geschlagen wird (entscheidend ist nur die Punktzahl des Aufschlägers)
- wenn der Schlägerkopf zuerst den Fuß des Balles berührt und unter der Taille getroffen wird
- wenn im Treffpunkt der Schlägerkopf deutlich abwärts zeigt
- wenn nicht am Ball vorbeigeschlagen wird
- wenn der Ball das Netz berührt, ansonsten aber im Aufschlagfeld landen würde

## 8. Fehler

Es ist ein Fehler,

- wenn der Aufschlag nicht korrekt ist.
- wenn der Ball im oder am Netz hängen bleibt
- wenn der Ball innerhalb und außerhalb der Begrenzungslinien den Boden berührt (Linie gehört zum Feld)
- wenn der Ball unter dem Netz durchfliegt
- wenn der Ball die Decke oder Seitenwände, einen Spieler oder seine Kleidung berührt
- das Netz mit dem Schläger oder einem Körperteil zu berühren
- den Schläger über das Netz ins das gegnerische Feld zu halten
- wenn der Ball „geschleudert“ wird, d.h., der Ball kommt auf dem Schlägerkopf kurz zur Ruhe
- wenn der Ball vom Spieler und / oder dessen Partner zweimal hintereinander geschlagen wird

## Beispiel für eine Aufschlagfolge beim Aufschlag im Doppel bei der Rallypoint-Zählweise

In einem Doppel zwischen A & B und C & D. A & B gewannen das Los und entschieden sich für den Aufschlag.

A serviert auf C. A ist der erste Aufschläger, C der erste Rückschläger.

Verlauf / Erläuterungen	Spielstand			Service aus Aufschlagfeld	Aufschläger/Annehmer	Gewinner Ballwechsel
	Null beide	C	D	Rechtes Aufschlagfeld. Spielstand auf der Aufschlägerseite ist gerade.	A schlägt auf C auf.	A & B.
		B	A			
A & B gewinnen Punkt. A & B wechseln Aufschlagfelder. A serviert diesmal aus dem linken Aufschlagfeld. C & D verbleiben in den gleichen Aufschlagfeldern.	1-0	C	D	Linkes Aufschlagfeld. Spielstand auf der Aufschlägerseite ist ungerade.	A schlägt auf D auf.	C & D.
		A	B			
C & D gewinnen Punkt und auch das Aufschlagrecht. Niemand wechselt das jeweilige Aufschlagfeld.	1-1	C	D	Linkes Aufschlagfeld. Spielstand auf der Aufschlägerseite ist ungerade.	D schlägt auf A auf.	A & B.
		A	B			
A & B gewinnen Punkt und auch das Aufschlagrecht. Niemand wechselt das jeweilige Aufschlagfeld.	2-1	C	D	Rechtes Aufschlagfeld. Spielstand auf der Aufschlägerseite ist gerade.	B schlägt auf C auf.	C & D
		A	B			
C & D gewinnen Punkt und auch das Aufschlagrecht. Niemand wechselt das jeweilige Aufschlagfeld.	2-2	C	D	Rechtes Aufschlagfeld. Spielstand auf der Aufschlägerseite ist gerade.	C schlägt auf B auf.	C & D
		A	B			
C & D gewinnen Punkt. C & D wechseln Aufschlagfelder. C serviert aus dem linken Aufschlagfeld. A & B verbleiben in den gleichen Aufschlagfeldern.	3-2	D	C	Linkes Aufschlagfeld. Spielstand auf der Aufschlägerseite ist ungerade.	C schlägt auf A auf.	A & B
		A	B			
A & B gewinnen Punkt und auch das Aufschlagrecht. Niemand wechselt das jeweilige Aufschlagfeld.	3-3	D	C	Linkes Aufschlagfeld. Spielstand auf der Aufschlägerseite ist ungerade.	A schlägt auf C auf.	A & B
		A	B			
A & B gewinnen Punkt. A & B wechseln Aufschlagfelder. A serviert diesmal aus dem rechten Aufschlagfeld. C & D verbleiben in den gleichen Aufschlagfeldern.	4-3	D	C	Rechtes Aufschlagfeld. Spielstand auf der Aufschlägerseite ist gerade.	A schlägt auf D auf.	C & D
		B	A			

Das bedeutet...

- aus welchem Aufschlagfeld nach dem Aufschlagwechsel zunächst aufgeschlagen wird, hängt ab vom Spielstand – gerade oder ungerade - der aufschlagenden Partei.
- Die Spieler wechseln ihre Aufschlagfelder nur, wenn sie nach eigenem Aufschlag einen Punkt erzielt haben. In allen anderen Fällen verbleiben die Spieler in den Aufschlagfeldern, die sie bei der vorangegangenen Rally innehatten. Dadurch wechselt das Aufschlagrecht zwischen allen Spielern.

## 9. Wiederholung

- Eine Wiederholung ist dann zu geben,
- wenn der Ball einen Gegenstand berührt, der sich in dem Raum über dem Spielfeld befindet (Lampen, Ringe...)
- wenn der Ball den auf der Linie des betreffenden Feldes stehenden Netzpfeiler berührt (dies gilt nur für den Teil des Pfeilers, der über die Netzkante hinausragt)
- bei einer zufälligen, ungewollten Behinderung
- wenn während des Spielens ein Gegenstand (z. B. ein anderer Ball) in das Spielfeld gelangt
- wenn bei einem Schlag der Ball in der Luft seinen Korkfuß verliert

## 10. Schlagarten und Flugkurven

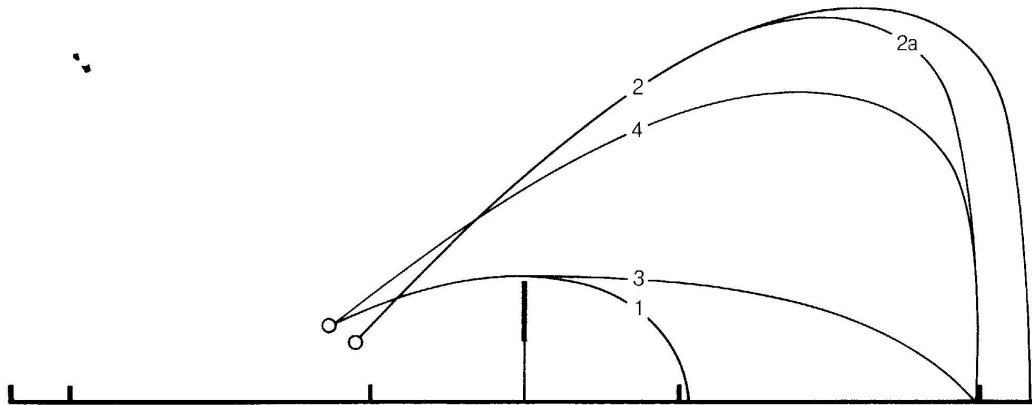


Abb. 1

1 KURZER AUFSCHLAG	—	vorwiegend im Doppel; flach über das Netz; Ziel: Mittel- und Außenlinie.
2 HOHER AUFSCHLAG	—	vorwiegend im Einzel; Ziel: Nähe der Grundlinie, Mittel- und Außenlinie.
2a HOHER DOPPELAUFSCHLAG	—	Variante im Doppel; Ziel: Nähe Doppelaufschlaglinie.
3 FLACH-WEITERAUFSCHLAG	—	Variante im Doppel und Einzel; häufig auf die Rückhand des Gegners.
4 SWIP-AUFSCHLAG	—	Variante im Doppel und Einzel, bei aggressiv annehmendem Gegner.

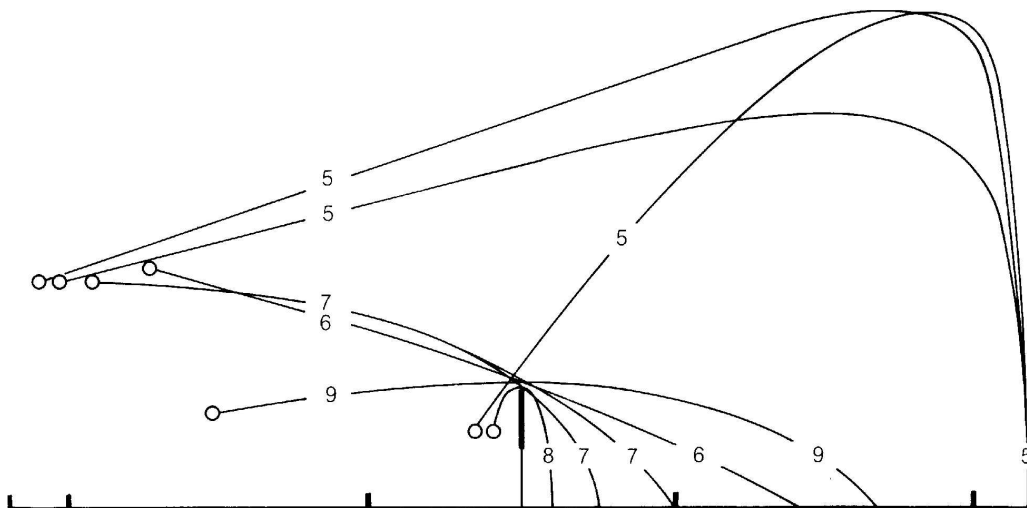


Abb. 2

5 CLEAR	—	Hohe Flugkurve (flach = Angriffsclear); Ziel: Grundlinie.
6 SMASH	—	Hart und steil nach unten in die Mitte oder an die Außenlinien.
7 DROP	—	langsam: kurz und steil hinter das Netz; schnell: flach und weiter.
8 SPIEL-AM-NETZ	—	kurz und steil hinter das Netz.
9 DRIVE	—	flach und schnell von Feldmitte zu Feldmitte oder Grundlinie.

## 11. Schlägerhaltung

Der Schlägergriff sollte so in der Hand liegen, dass Daumen und Zeigefinger ein „V“ auf der schmalen Seite des Griffes bilden. Der Schläger liegt locker in der Hand. Fester Griff erst kurz vor dem Treffen des Balles. Das Griffende soll nicht über den Handballen hinausragen.

Fehler: „Zeigefingergriff“ (Zeigefinger liegt gestreckt auf dem Griff) und „Bratpfannengriff“ (die breite Seite des Griffes liegt zwischen Daumen und Zeigefinger)

## 12. Lauftechnik

Alle Laufbewegungen beginnen und enden in der Grundstellung in der zentralen Position (ZP): parallele, mindestens hüftbreite Fußstellung; Gewicht auf beiden Fußballen gleichmäßig verteilt; Fuß-, Knie und Hüftgelenk sind leicht gebeugt; Schläger in Brusthöhe vor Körper

## 13. Stellungsspiel im Doppel

Da ein abwechselndes Schlagen des Balles durch die beiden Partner nicht in den Regeln vorgeschrieben ist, kommt es beim Zusammenspiel darauf an, entsprechend der jeweiligen Situation die Spielfeldbereiche aufzuteilen. Es haben sich dabei zwei Grundpositionen herausgebildet.

## 14. Verteidigungsstellung

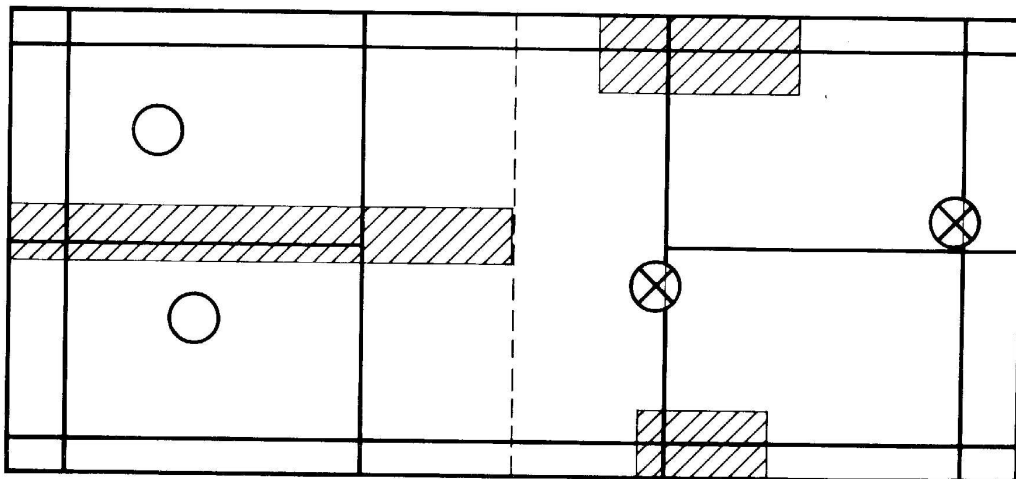
Wird dem Gegner durch einen hochgeschlagenen Ball ein Angriffsschlag ermöglicht, ist das Feld leichter zu verteidigen, wenn die Spieler nebeneinander stehen.

## 15. Angriffsstellung

Bei einem Angriff oder wenn der Gegner offensichtlich nicht angreifen kann, wird die Position hintereinander eingenommen, wobei der am Netz stehende Spieler die Aufgabe hat, alle Bälle, die kurz oder durch seine Reichweite geschlagen werden, anzunehmen.

Abb. 19 a Verteidigungsstellung

Abb. 19 b Angriffsstellung



DAS ist Badminton!!!!



## Fachbegriffe im Badminton

Service	=	Aufschlag
Clear	=	hoher und weiter Ball zur gegnerischen Grundlinie
Drop	=	kurzer Ball an das Netz auf die gegnerische Seite
Schneller Drop	=	Drop, der schneller geschlagen wird und somit etwas weiter in das Feld des Gegners fliegt
Gegendrop	=	Drop, der auf einen Drop folgt
Lift	=	Unterhand-Clear, der auf einen Drop folgt
Smash	=	scharfer Angriffsschlag ; Schmetterschlag
Jump-Smash	=	Smash, der im Sprung ausgeführt wird
Half-Smash	=	etwas stärkerer „Schneller Drop“
Drive	=	flacher und scharfer Schlag in den Bereich zwischen Mitte und Grundlinie
Swip	=	halbhoher und schneller Ball durch die Reichweite des Gegners
Finte	=	verdeckter Schlag ; Täuschung des Gegners
Unterhand	=	Treffpunkt des Balles unterhalb der Hüfte ; Schlägerkopf zeigt beim Schlag nach unten
Seithand	=	Treffpunkt des Balles seitlich neben der Hüfte ; Schlägerkopf zeigt beim Schlag zur Seite
Überkopf	=	Treffpunkt des Balles oberhalb der Schulter ; Schlägerkopf zeigt beim Schlag nach oben
Links vom Kopf	=	Vorhandschlag l.v.K., um die Rückhand zu vermeiden
Halbfeld	=	Bereich des Feldes auf Höhe der ZP an der Seitenlinie
ZP	=	Zentrale Position ; Mitte des Feldes
Mist	=	Ausruf des Trainers, wenn der Spieler immer wieder den gleichen Fehler macht und die Anweisungen mißachtet !!



## Grundregeln im Spielverhalten

### Einzel

- Gegner laufen lassen – nicht zuspielen
- Wenig eigene Fehler machen
- Ball rüber und rein! Wenig Risiko!
- Wenn du keinen Ausweg weißt, spiele einen weiten Clear
- 2. Schlag überlegen
- Gute Aufschläge nie angreifen
- Bei zu kurzen Aufschlägen des Gegners: angreifen!
- Nicht zu weit ans Netz gehen
- Vor dem Angriff immer Gegner aus der ZP bringen
- Rückhanddecke des Gegner ist immer ein Schwachpunkt

### Doppel

- Clear vermeiden
- Lift vermeiden
- Intensive Abwehr ins Halbfeld
- Smash einsetzen
- Angriff/Abwehr wechseln
- Variable Drives spielen
- Kurze Angaben trainieren – nach Angabe ans Netz gehen!
- Reflexe wecken und schnell bewegen
- Keine langsamen Bälle

### Mixed

- Dame nach vorn, Herr nach hinten orientieren
- Dame steht diagonal zum Herren
- Der Dame auf den Körper spielen bzw. Herren laufen lassen
- Gegendrop weg von der Dame
- Drop des Herren die Linie lang
- Smash der Herren cross auf die Dame