

Badminton



Das Rückschlagspiel Badminton wird weltweit in mehr als 160 Nationen von über 14 Millionen Spielern wettkampfmäßig betrieben (olympische Disziplin seit 1992 in Barcelona). Es wird in der Halle ausgetragen und erfordert wegen der Schnelligkeit und der großen Laufintensität eine hohe körperliche Fitness. Der Begriff Badminton wird oft fälschlicherweise mit dem Freizeitspiel *Federball* gleichgesetzt, das im Gegensatz zu Badminton möglichst lange Ballwechsel zum Ziel hat, während Badminton ein Wettkampfsport ist und nach festen Regeln gespielt wird (Einzel, Doppel, Mixed).

1/1 Spielfeld, Federball und Schläger

Diese Darstellung zeigt das Badminton-Standardspielfeld mit den wichtigsten Abmessungen für das Einzel und Doppel. Die Linien sind 4 cm breit und gehören zu dem Teil des Spielfeldes, den sie begrenzen (z. B. Aufschlagfeld). Die Netzhöhe über der Außenlinie muss 155 cm betragen, in der Spielfeldmitte darf die Netzhöhe eine Höhe von 152,4 cm nicht unterschreiten. Das Netz hat eine Breite von 76 cm.

Der Federball darf aus synthetischen und/oder natürlichen Materialien hergestellt werden. Das Gewicht liegt zwischen 4,73 und 5,50 g. Der **Naturfederball** besitzt einen Korb aus 16 Enten- oder Gänsefedern, die in einem mit Leder oder Kunststoff überzogenen Korkfuß stecken. Der **Kunststofffederball** besitzt einen synthetischen Korb. Der Wettkampfball hat ebenfalls einen Korkfuß. Man unterscheidet drei Farbmarkierungen: rot = schnell (schwerer Ball – für draußen geeignet) blau = mittel (mittleres Gewicht – für kältere und größere Hallen geeignet) grün = langsam (leichterer Ball – für warme und kleinere Hallen geeignet)

Labels in the diagram: Vorderfeld, Mittelfeld, Hinterfeld, Seitenlinie Doppel, Seitenlinie Einzel, Linkes Aufschlagfeld, Mittellinie, Rechtes Aufschlagfeld, Grundlinie, Hintere Aufschlaglinie Einzel, Hintere Aufschlaglinie Doppel, Vordere Aufschlaglinie. Dimensions: 1,98 m, 6,70 m, 0,76 m, 13,40 m, 1,55 m, 6,10 m, 5,18 m, 0,46 m.

Gewicht: zwischen 90g und 110g

In der linken Darstellung finden sich die Bezeichnungen für die wichtigsten Teile des Schlägers. Der Rahmen darf einschließlich des Schaftes nicht länger als 68 cm und breiter als 23 cm sein. Bei guten Schlägern gibt es kein sichtbares T-Stück, durch das Schlägerkopf und Schaft miteinander verbunden werden. Als so genannte **einteilige Schläger** sind bei ihnen Schlägerkopf und Schaft in einem Stück gefertigt. Bei hochwertigen einteiligen Badmintonschlägern liegt das T-Stück innerhalb des Rahmens. Dadurch wird die enorm wichtige Verdrehsteifigkeit (Torsion) des Schlägers unterstützt. Die wichtigsten Materialien zur Herstellung von Schlägern sind Graphit, Carbon und andere Kunststoffe (Fortgeschrittene und Profis) sowie Aluminium und Stahl (Anfängerschläger).


Zählweise

Seit 2006 wird nach einer neuen Zählweise – der so genannte Rally-Point-Methode – gezählt. Jede Partei kann unabhängig vom Aufschlag punkten. Es werden zwei Gewinnsätze bis 21 Punkte je Satz gespielt. Eine Partei hat einen Satz gewonnen, wenn sie als erste 21 Punkte erreicht und dabei mindestens 2 Punkte mehr als die gegnerische Partei hat. Bei 21:20 wird das Spiel solange verlängert, bis eine Partei mit 2 Punkten führt (bis maximal 30 Punkte). Ein Satzergebnis von 30:29 ist demnach möglich. Für jeden gewonnenen Ballwechsel wird ein Punkt vergeben. Zusätzlich erhält die Partei, die den vorangegangenen Ballwechsel für sich entschieden hat, das Aufschlagsrecht.

Als Fehler gilt es unter anderem, wenn der Ball das Netz nicht überfliegt oder Boden/Wand außerhalb des Spielfeldes und in den meisten Fällen auch die Decke (Ausnahmen sind Sonderregelungen bei Hallen, die aufgrund ihrer Höhe nicht uneingeschränkt bespielbar sind) berührt, oder wenn Spieler bzw. Schläger das Netz berühren. Im Gegensatz zu den meisten anderen Rückschlagspielen wird bei Badminton auch dann weitergespielt, wenn der Ball beim Aufschlag das Netz berührt, solange er danach seinen Weg weiter in das Aufschlagfeld des Gegners fortsetzt.

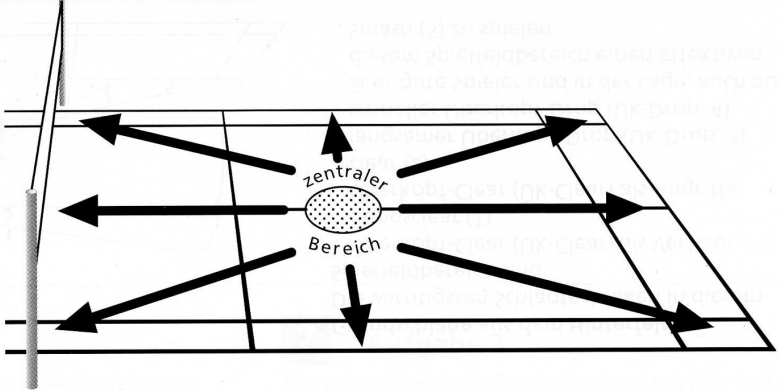
Technik/ Taktik

Grundstellung



Die Grundstellung (Ballerwartungshalt)

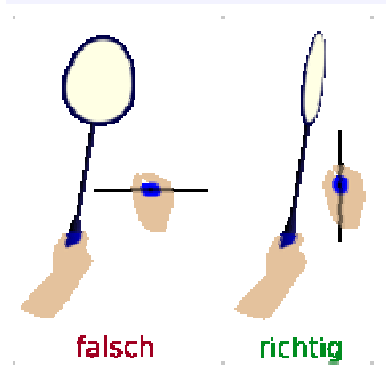
- Die Füße befinden sich in einer bewegungsbereiten, etwa hüftbreiten Stellung.
- Das Körpergewicht ist auf beide Füße (Fußballen) gleichmäßig verteilt.
- Die Fuß-, Knie- und Hüftgelenke sind leicht gebeugt.
- Der Schlägerkopf wird etwa in Brust- b Kopfhöhe gehalten.
- Der Ellbogen des Schlagarmes befindet sich deutlich vor dem Körper.



Der zentrale Bereich

Der zentrale Bereich liegt in der Mitte des Einzelfeldes. Von diesem Bereich aus sind alle Ecken und die Seitenlinien des Spielfeldes gleich gut zu erreichen. Von wenigen Ausnahmen abgesehen (z. B. Netzdrops) sollte man versuchen, nach jedem Schlag den zentralen Bereich möglichst schnell wieder zu erreichen. Je nach Spielsituation (Wie war der eigene Return? Wo spielt der Gegner den Return? Mit welchem gegnerischen Return muss gerechnet werden?) sollte ein Spieler seine Position (»Ballerwartungshaltung«) in diesem zentralen Bereich etwas verändern.

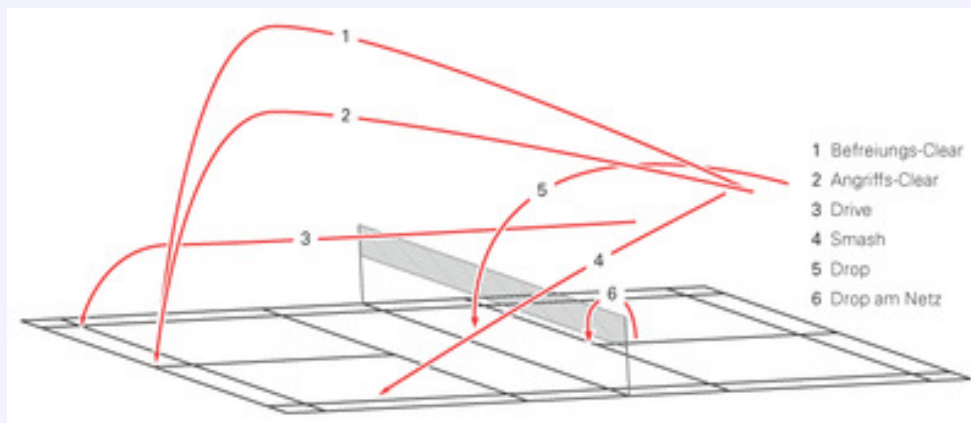
Schlägerhaltung



Falscher, sog. *Bratpfannengriff* und richtige Schlägerhaltung (rechts, Universalgriff). Zur Verbesserung des Griffs wird i. d. R. ein zusätzliches [Griffband](#) eingesetzt.

Schlagarten

Zum Schlagrepertoire eines guten Badmintonspielers gehört eine Reihe von Grundschlägen, die in zahlreichen Varianten angewendet werden können. Gespielt werden können diese Schläge geradlinig (engl. *longline*) oder diagonal (*cross*). Die wichtigsten Schläge sind:



Clear

Langer, hoher Ball bis zur Grundlinie als Befreiungsschlag (1); daher der Name (*Clear*, engl.: *klar, frei*). Eine Variante ist der so genannte *Angriffs-Clear* (2), der flacher und schnell gespielt wird, um den Gegner unter Druck zu setzen.

Drive

Schneller, flacher Ball auf Augenhöhe, knapp über das Netz geschlagen (3).

Smash

Der klassische Angriffsschlag. Ein hart geschlagener, geradliniger Schmetterschlag steil nach unten (4). Der Ball kann dabei eine Anfangsgeschwindigkeit von über 300 km/h erreichen!

Drop

Auch *Stoppball* genannt. Kurzer Ball knapp hinter das Netz (5). Er ist besonders wirkungsvoll, wenn bei der Schlagbewegung ein *Clear* oder *Smash* angetäuscht wird. Unterschieden werden dabei der *langsame* und der *schnelle* Drop.

Der langsame Drop wird sehr dicht hinter das Netz geschlagen und soll dem Gegner eine möglichst tiefe Schlagposition aufzwingen und es damit schwer machen, den Ball hoch in die hinteren Regionen des Feldes zurückzubefördern. Daher wird er oft als Auftakt zum Angriffsspiel eingesetzt, da der Gegner im günstigsten Fall gezwungen ist, den Ball steil nach oben zu spielen und sich dadurch die Gelegenheit für einen *Smash* bietet. Durch den langsamen Flug birgt er allerdings das Risiko, am Netz vom Gegner „getötet“ zu werden. Der schnelle Drop, auch „*geschnittener* Drop“, zeichnet sich durch einen schnellen Ballflug aus, um dem Gegner wenig Zeit zu lassen, den Ball zu erreichen. Er sollte jedoch nicht weiter als bis zur vorderen Aufschlaglinie fliegen, da ansonsten der Vorteil dieses Schlages verloren geht.

Stop (Drop am Netz)

Auch *Netzspiel* genannt. Der Ball muss so knapp wie möglich über die Netzkante gehoben werden (6).

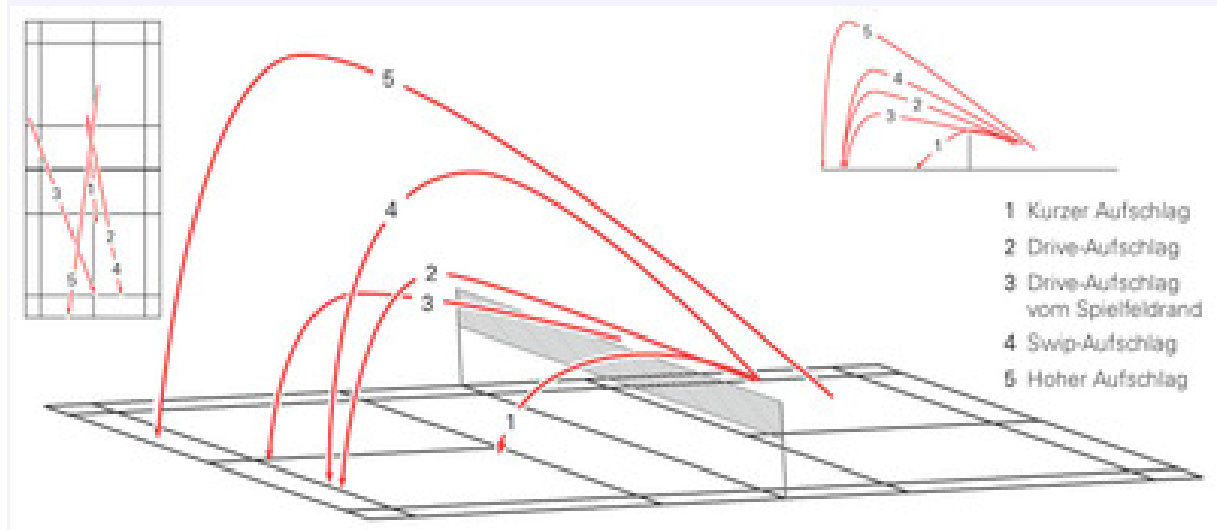
Der Aufschlag

Ein regelgerechter Aufschlag muss beim Badminton in den diagonal gegenüberliegenden Teil des Spielfelds erfolgen. Des Weiteren muss der aufschlagende Spieler mit beiden Füßen im Aufschlagfeld stehen, ohne dabei die Linien zu berühren, und den Ball unterhalb seiner Taillenhöhe treffen. Berührt der Ball beim Aufschlag das Netz, so ist das im Gegensatz zu vielen anderen Ballsportarten kein Fehler.

Kurzer Aufschlag

Der kurze Aufschlag (1) ist die Standard-Spieleröffnung beim Doppel. Die Flugkurve des Balles sollte ihren höchsten Punkt vor dem Überqueren des Netzes haben und möglichst flach sein, so dass es dem Gegner nicht oder nur schwer möglich ist, mit einem direkten Angriff zu reagieren. Ein getäuschter (z. B. geschnittener) kurzer Aufschlag Richtung

Außenlinie kann gerade im Doppel als erfolgreiche Variante eingesetzt werden, wenn der Gegner versucht, die Angaben besonders aggressiv zu attackieren.



Verschiedene Aufschlagvarianten:

Drive-Aufschlag

Ein Überraschungsaufschlag, bei dem versucht wird, durch einen schnellen, harten und möglichst flachen Aufschlag z. B. die Rückhandseite des Gegners anzuspielen oder direkt auf den Körper zu treffen (2). Der Schläger wird dabei möglichst hoch genommen, muss aber der Regel genügen, dass der Schlägerschaft abwärts gerichtet ist (Griff oben) und der Ball unterhalb der Taille getroffen wird. Eine Variante ist der Drive-Aufschlag vom Spielfeldrand (3). Der von der Seite kommende Ball ist schwer abzuschätzen, und die Aufschlagannahme ist schwierig, wenn der Ball auf die Rückhandseite gespielt wird.

Swip-Aufschlag

Bei dieser Variante wird ein kurzer Aufschlag angetäuscht, der Schläger aber im letzten Moment aus dem Handgelenk beschleunigt und der Ball überfliegt den Gegner (4). Der Aufschlag muss dabei so ausgeführt werden, dass der Gegner den Ball nicht schon im Vorbeiflug erwischt, sondern nur im Zurücklaufen. Die Flugbahn sollte auch nicht zu hoch sein, um dem Gegner möglichst wenig Zeit zum Erlaufen des Balles zu geben. Misslingt dieser risikoreiche Aufschlag, beendet meist ein Smash den Ballwechsel zu Ungunsten des Aufschlägers.

Hoher Aufschlag

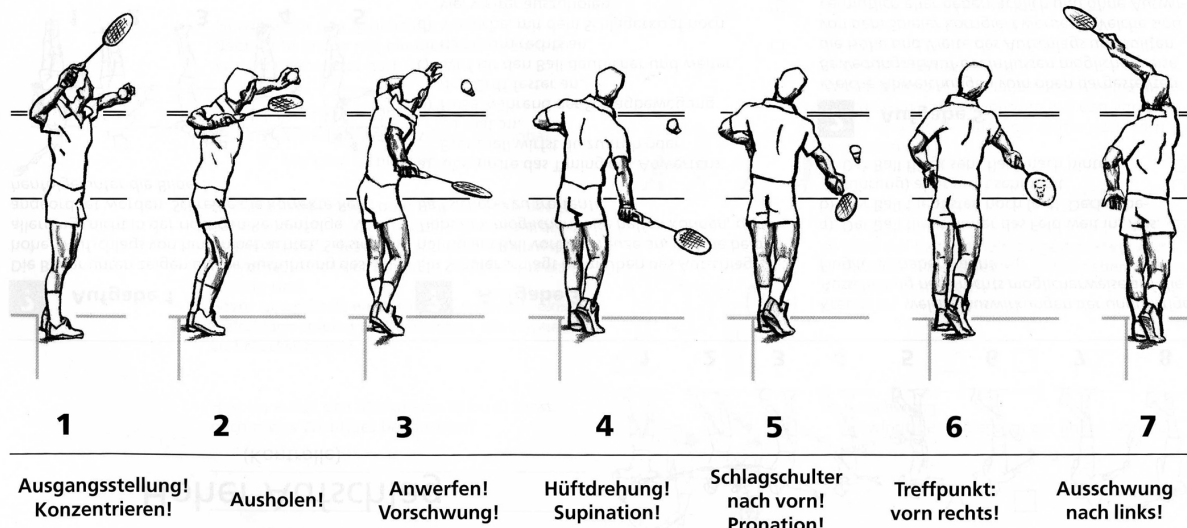
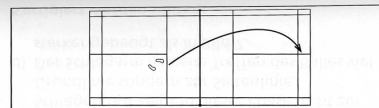
Dieser Aufschlag ist die Standard-Spieleröffnung im Einzel (5). Der Ball wird kraftvoll möglichst hoch und bis zur hinteren Grundlinie des Feldes geschlagen. Im Idealfall ist der höchste Punkt der Flugkurve kurz vor der Grundlinie. Der Gegner wird so gezwungen, zum

Erreichen des Balles bis zum Spielfeldende zu laufen. Der schnelle und steile Fall des Balles erschwert zudem das Abschätzen des optimalen Balltreffpunktes für den Rückschlag.

2/1 Hoher Aufschlag

1	2	3	4	5	6	7	8
Ausgangsstellung! Konzentrieren!	Ausholen!	Anwerfen! Vorschwung!	Hüftdrehung! Supination!	Schlagschulter nach vorn! Pronation!	Treffpunkt: vorn rechts!	Ausschwingung nach links!	
<ul style="list-style-type: none"> - Schulterbreite Schrittstellung, vorderer Fuß zeigt in Schlagrichtung, hinterer Fuß ist nach rechts zur Seite gedreht (1). - Körpergewicht auf dem hinteren Fuß, Schlägerkopf in oder etwas über Kopfhöhe, Schlagarm ist gebeugt (1). 	<ul style="list-style-type: none"> - Ball am Korkfuß mit Daumen und Zeigefinger festhalten (2, 2a). - Schlägerkopf nach hinten unten führen (2). »Der Schlägerkopf zeigt ins Hinterfeld!« 	<p>Schlagphase:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ball nach vorn rechts anwerfen (3). Schlagarm dicht am Körper nach vorn schwingen (4-6). - Dabei Schlagarm strecken; Hüfte nach vorn drehen und Gewicht auf den vorderen Fuß verlagern (4, 5); Unterarm auswärts drehen (Supination) und Handgelenk zum Handrücken hin (dorsal) abknicken (5). 	<ul style="list-style-type: none"> - Kurz vor dem Treffpunkt den Schläger »peitschenartig« beschleunigen, den Unterarm schnellkräftig einwärts drehen (Pronation) und das Handgelenk strecken (6, 7). - Die rechte Schulter hat die linke »überholte« (7). - Ball rechts seitlich vor dem Körper unter Hüfthöhe treffen, Aufschlagregeln beachten (7, 7a). 	<ul style="list-style-type: none"> - Unterarm weiterdrehen und Ellbogen beugen. - Schläger diagonal in Richtung linke Schulter ausschwingen lassen (8). - Beide Füße behalten Bodenkontakt, Aufschlagregeln beachten! - Sofort anschließend Bereitschaftsstellung einnehmen (nicht dargestellt). 			

2/2 Hoher Aufschlag



1
Ausgangsstellung!
Konzentrieren!

2
Ausholen!

3
Anwerfen!
Vorschwung!

4
Hüftdrehung!
Supination!

5
Schlagschulter
nach vorn!
Pronation!

6
Treffpunkt:
vorn rechts!

7
Ausschwingung
nach links!

Fachjargon

Innerhalb der Badmintonszene haben sich zwecks einfacher Verständigung unter Spielern und Trainern zahlreiche Begriffe entwickelt, um badmintonspezifische Sachverhalte zu bezeichnen:

Bratpfannengriff

Anfänger-Schlägerhaltung, bei der Rückhandschläge fast unmöglich sind. Wird in Ausnahmefällen beim *Töten* oder *Wischen* benutzt.

China-Sprung

Schlag im seitlichen Sprung und Landung nicht im Umsprung, sondern Bein auf Schlaghandseite fängt den Sprung ab.

Heben

Spiel am Netz: Leichtes Anheben des Balles, so dass er ohne zu Trudeln so knapp wie möglich über die Netzkante fliegt.

IGEA

Isoliert **g**espannte **e**rregte **A**ktionsbereitschaft: Grundhaltung eines Spielers, in der er den gegnerischen Ball erwarten soll.

Pinzettengriff

Schläger wird mit den Fingerspitzen gehalten. Bevorzugte Schlägerhaltung beim Spiel am Netz, besonders beim *Stechen*.

Stechen

Der Ball wird beim Spiel am Netz mit einer ruckartigen Vorwärtsbewegung ins Trudeln gebracht und dabei so knapp wie möglich über das Netz befördert. Durch das Trudeln ist er für den Gegner nur schwer zu kontrollieren.

T (T-Punkt)

Sinnbild für die vordere Aufschlaglinie in Verbindung mit der Mittellinie. Der *T-Punkt* ist der Kreuzungspunkt beider Linien. Ca. eine Schrittlänge dahinter befindet sich die Grundposition (ideale Ausgangsposition zur Erwartung des gegnerischen Balles).

Töten

Beenden des Ballwechsels durch schnelle, peitschenartige Bewegung des Schlägers vorne am Netz, der Ball wird steil nach unten geschlagen.

Wischen

Eine Variante des Tötens, bei der man, um das Netz nicht zu berühren, den Ball mit einer schnellen scheibenwischerähnlichen Bewegung trifft.

Quellen

<http://de.wikipedia.org/wiki/Badminton>; 22.11.2007

FISCHER U., WOLF, U., HIDAJAT, R.. "Sportiv – Badminton", Seiten 36-37, E. Klett Schulbuchverlag, Leipzig 1987³.