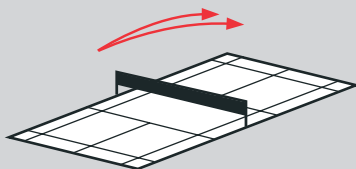


Rückhand Drive

Wohin fliegt der Ball?

Rückhand Drives sind flache Schläge, die in der Regel von einem Mittelfeld in das gegnerische Mittelfeld oder Hinterfeld fliegen.



Wann brauchen wir den Schlag?

Rückhand Drives werden vor allem in neutralen Situationen angewendet, wenn der Ball weder hoch genug getroffen werden kann, um anzugreifen, noch so tief abgenommen werden muss, dass man defensiv spielen muss. Der Schlag kann sowohl neben dem Körper als auch direkt vor dem Körper ausgeführt werden.

Warum brauchen wir den Schlag?

Rückhand Drives werden angewendet:

- Um dem Gegner keine Angriffsmöglichkeit zu geben.
- Um durch den Schlag selbst eine Angriffssituation herzustellen, indem man den Drive in eine Lücke oder gefährlich auf den Körper spielt.

Wie sieht der Schlag aus?



Ausgangsposition

- Beinposition mit parallelen Füßen und angehobenem Schläger vor dem Körper.



Ausholphase

- Wechsel in den Rückhandgriff, Pronation (Einwärtsdrehung) des Unterarms, Ellbogengelenk wird gebeugt.
- Der linke Fuss (Rechtshänder) wird Richtung Ball herausgestellt.



Schlagphase

- Supination (Auswärtsdrehung) des Unterarms.
- Ellbogengelenk so weit stricken, dass der Ball vor bzw. neben dem Körper erreicht wird.
- Ball wird mit einer schnellen Box-Bewegung getroffen, wobei das «Nicht-Schlägerbein» beim Schlag landet oder kurz danach.



Ausschwingphase

- Kleiner Ausschwing.
- Wieder zurück in die Ausgangsposition mit Blick zum Netz, Schläger vor dem Körper.

Quelle: Badminton World Federation (2011). Shuttle Time: Handbuch für Lehrpersonen.

→ [Zum Video](#)