Der Federball

Ausgabe Nr. 4

Liebe Badmintonfreunde

Vereinsgründung

Am 9. März 1992 war die Gründungsversammlung des Sportvereins Rütihof. Dieser Verein dient als Dachorganisation für verschiedene Aktivitätsgruppen (Vereine und lose Gruppierungen) von Rütihof.

Die Aktivitätsgruppe ist jeweils Mitglied dieses Vereins und wird an der Mitgliederversammlung durch zwei Personen vertreten. Eine dieser Personen ist gleichzeitig Vorstandsmitglied. Für unsere Badmintongruppe habe ich vorerst Sitz im Vorstand. Es lassen sich aber alljährlich neue Vertreter einsetzen.

Der Mitgliederbeitrag ist auf Fr. 20.– pro Aktionsgruppe festgelegt.

Gruppenausflug im Spätsommer

Schon lange haben wir darüber gesprochen, zusammen einen Tages-Ausflug zu unternehmen. Von den zwei Daten (Sonntag, den 30. August 1992 und 20. September 1992) wurde aufgrund der Umfrage mit knappem Mehr der 20. September ausgewählt. Programmwünsche für diesen Tag sind noch auszudiskutieren. Die Aktivität soll so ausgelegt sein, dass «Kind und Kegel» und auch Freunde mit dabei sein können.

Merkt Euch also bitte dieses Datum.

Wichtige Daten:

8. Mai	Training mit Carl
12. Juni	Training mit Carl
26. Juni	Training mit Carl
Sommerferien	
14. August	Training mit Carl
11. September	Training mit Carl
Herbstferien	
20. September	Gruppenausflug
Herbstferien	
16. Oktober	Training mit Carl
13. November	Training mit Carl
4. Dezember	Chlaushock/ Herzausschüttung
11. Dezember	Training mit Carl

Ich freue mich auf regen Trainingsbesuch

Herzlich Willi Rohr

Teil 4:

Der Drop

Einleitung

Der Drop ist ein weicher Schlag, der dicht hinter das Netz auf die gegnerische Seite gespielt wird. Wenn er gut vorbereitet und geschlagen wird, erreicht ihn der Gegner erst unter der Netzkante. Deshalb zählt der Drop zu den Angriffsschlägen.

Ziel des Drop ist es, den Gegner aus der zentralen Position ans Netz zu locken, oder nach einem zuvor weit gespielten Clear den Laufweg des Gegners möglichst lang werden zu lassen.

Die Wirksamkeit des Drops hängt von seiner Präzision ab. Der Spieler benötigt dazu ein Höchstmass an Ball- und Schlägergefühl, um derart fein dosierte, genaue Schläge ausführen zu können. Die dafür notwendige feinkoordinative Fähigkeit muss ständig im Training erhalten und verbessert werden.

Wenn ein Drop vom Gegner früh als solcher erkannt wird, ist er unwirksam. Deshalb sollte die Ausholphase und der Beginn der Schlagphase identisch mit dem Clear sein. Je später und aprupter der Schlag abgebremst wird, desto mehr überrascht er den Gegner, dafür leidet aber darunter die Präzision.

Ausführung

1. Ausholphase

Die Ausholphase des Drops entspricht derjenigen des Clears. Es ist wichtig, alle Schläge gleich einzuleiten, um dem Gegner keinerlei Hinweise auf die Schlagabsicht zu geben.

2. Schlagphase

1. Teil

Ähnliches gilt auch für die Dehnungsphase. Um eine gute Präzision zu erreichen wird der Krafteinsatz im Vergleich zum Clear reduziert. Die Vorspannung ist dadurch weniger markant, die Oberkörper-Rotation weniger schnell. Die Schlaufenbewegung hinter dem Rücken wird etwas enger gezogen.

2. Teil

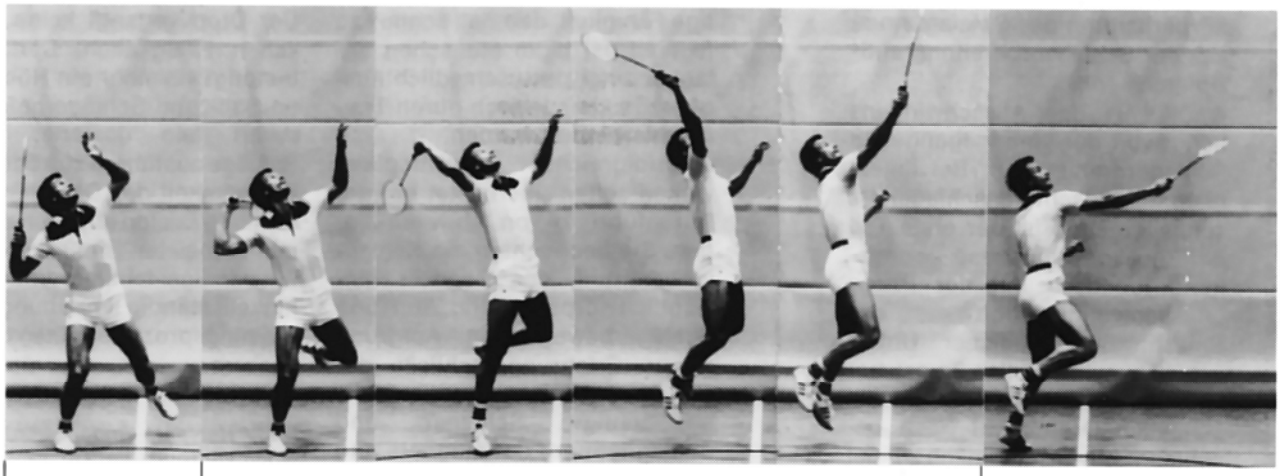
Kurz vor dem Treffpunkt wird der Schlägerkopf gebremst. Der Ball wird vor dem Körper getroffen. Die Schlägerfläche «überdeckt» den Ball, mit Neigung in Richtung Netzkante.

3. Ausschwungphase

Da die Geschwindigkeit des Arms schon vor dem Treffpunkt verringert wurde, ist die Ausschwungphase klein. Der Arm wird in einer weich geführten Bewegung gesenkt. Im Vergleich zum Clear dreht sich die Schulterachse etwas weniger stark vor die Hüfte und der Ausschwung von Arm und Schläger ist kleiner.

Drop «aktiv gebremst»

Diese Variante wird eingesetzt, um dem Gegner bis kurz vor dem Treffpunkt im unklaren zu lassen, welcher Schlag folgt. Die Schlagphase sollte optisch für den Gegner genauso dynamisch ablaufen wie beim Clear, dass er eher einen Clear oder Smash als bevorstehenden Schlag vermutet. Kurz vor dem Treffpunkt wird aber die Beschleunigung des Arms, und damit des Schlägerkopfs, aktiv gebremst. Dieses «aktive Bremsen» erfordert viel Ballgefühl und Übung.



Ausholphase | *Schlagphase* | *Ausschwungphase*

Langsamer Drop, schneller Drop

Der soeben beschriebene, langsame Drop «schleicht» sich knapp übers Netz und fällt dahinter senkrecht zu Boden. Der langsame Ballflug ermöglicht es dem Gegner häufig, ihn hoch am Netz zu erreichen und einen gefährlichen Return zu spielen. Der schnelle Drop fliegt wegen seiner höheren Geschwindigkeit bis zur vorderen Aufschlaglinie weiter oder sogar darüber hinaus. Er zwingt den Gegner etwas weniger zum Laufen, wird aber meist tief erreicht und kann den Gegenspieler unter Druck setzen.

Lauftechnik

Die Lauftechnik entspricht derjenigen des Clears. Den Drop kann man nicht nur im Stemmschritt, wie beschrieben, sondern natürlich auch im Umsprung schlagen (siehe Teil 3, der Überkopf-Clear).

Um den Gegner zu täuschen kann eine Variante des Drops angewendet werden. Im Umsprung geschlagen, wird das linke Bein stark nach hinten gebracht. Diese Körperbewegung täuscht einen kräftigen Schlag vor.

Zur besonderen Beachtung

- Wie beim Clear gilt: Hinter den ankommenden Ball laufen und ihn in einer Vorwärtsbewegung **vor** dem Körper treffen.
- Ein «beliebter» Fehler liegt darin, dass der Schlagarm beim Drop nicht gestreckt oder kurz nach der Streckung wieder fallengelassen wird. Dadurch wird der Ball tief, dicht am Kopf getroffen, wo man vermeintlich mehr Ballgefühl hat.

  Zum einen erkennt der Gegner daran bereits frühzeitig, dass nur noch ein Drop geschlagen werden kann, zum anderen beraubt man sich der Möglichkeit, je nach vorzeitiger Reaktion des Gegners noch während der Schlagphase seine Absicht zu ändern und beispielsweise einen Clear durchzuziehen.

Der Drop...

...das ist ein armer Wicht,
denn meistens da gelingt er nicht.
Er geht ins Netz, er fliegt ins Aus,
schräg-cross quer übers Feld hinaus.
Er wird zu hart, zu weich geschlagen,
fast immer ohne ihn zu fragen,
ja, gänzlich gegen seinen Willen,
dann wartet meist um ihn zu killen,
am Netz der böse Gegner munter
und kloppt ihn hämisch grinsend runter.

Er wird zu hoch, zu tief genommen,
kann beides doch ihm nicht bekommen:
Im ersten Fall wird er verrenkt,
im zweiten viel zu tief gesenkt,
kann gar nicht in der Luft sich halten
und seine Lebenskraft entfalten.

Dies kann er selten – zehn Prozent –,
woran man seinen Wert erkennt!
Denn wird ein Drop kunstvoll geschlagen,
so hat der Gegner sich zu plagen,
der wird nach hinten losgeschickt –
und plötzlich harsch nach vorn geknickt.
Dann lacht der Drop, vom Leid genesen:
«Das bin mal endlich ich gewesen!»

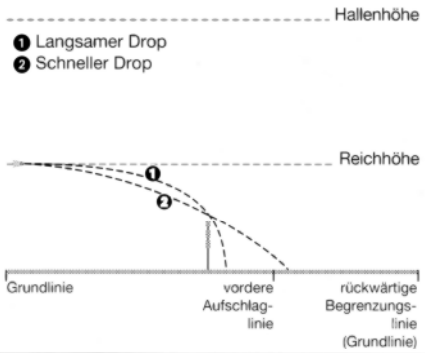
Martin Knupp

Lauter lachende Drops wünscht Euch

Carl

Ausschwungphase

Flugkurve Drop



Auf einen Blick

Der Drop

Ausholphase

1 Stemmschritt
- Beine gebeugt, Gewicht auf dem hinteren Fuss.
- Abknick in den Hüften (Oberkörper nach hinten abgeknickt)

2 Schulter parallel zur Hüfte
- Dies bewirkt ein Abdrehen des ganzen Körpers. Das Abdrehen ist zugleich eine Ausholbewegung.

3 Ellbogen als Verlängerung der Schulterachse
- Um eine kontrollierte Bewegung ausführen zu können, braucht es auch eine kontrollierte Ausholbewegung.

Schlagphase

Krafteinsatz reduzieren (je kleiner der Krafteinsatz, desto höher die Präzision).

4 Gewichtsverlagerung nach vorne oben
- Abdruck nach oben. Der Krafteinsatz ist weniger gross. Sonst gleich wie beim Clear.

5 Hüfte vordrehen
- Durch den kleineren Krafteinsatz ist die Vorspannung weniger markant.

6 Rotation Oberkörper
- Durch weniger Vorspannung ist auch die Oberkörper-Rotation weniger schnell.

7 Ellbogen vorbringen (Unterarm-Rotation)
- Griff normal halten, d. h. locker, ohne Kraft, gleiche Bewegung wie Clear.

8 Treffpunkt
- Schlägerfläche vor dem Körper. Schlägerfläche«überdeckt» den Ball Neigung zur Netzkante.

Ausschwungphase

9 Schulterachse vor Hüfte
- Weniger stark als beim Clear. Kürzerer Ausschwung als beim Clear.