

Badminton

Clear, Smash, Drive und Stop – beim Badminton spielen kommt es darauf an, die Grundschläge zu beherrschen. Der Sport ist technisch anspruchsvoll, schnell und sehr dynamisch. Trotzdem wird Badminton häufig unterschätzt.

Dabei gehört Badminton mit Ballgeschwindigkeiten von bis zu 300 km/h zu den schnellsten Rückschlagspielen. Viele verwechseln den Wettkampfsport aber immer noch mit Federball. Grundsätzlich unterscheiden sich diese beiden Spiele darin, dass man beim Badminton immer gegeneinander antritt. Statt sich den Ball zuzuspielen, versucht man den Gegner durch eine geschickte Taktik und schnelle Aktionen auszuspielen.

Der Kurs *Badminton* soll die Grundschläge, Lauf- und Sprungtechniken vermitteln sowie koordinative und konditionelle Eigenschaften trainieren. Badminton zeichnet sich durch eine hohe Laufintensität und Dynamik aus, bitte beachtet dies und seid mit Freude und Engagement dabei!

Ort: TH

Zeit: Mo: 13:40-15:10 Uhr

Dauer: 90 min

Klasse: 7-12

Anzahl: 12

