


Thema: Bewegungsanalyse Clear

<p>QRI</p> 		
--	--	--

Überkopfschläge gehören im Badminton zu den wichtigsten Schlägen. Im Speziellen wollen wir uns in der heutigen Stunden nochmals dem Clear zuwenden.

AA1: Öffne die App „Hudle Technique“ und filmt euren Partner bei der Ausführung mehrerer Clears.

AA2: Analysiert gemeinsam die Clears anhand der Technikmerkmale (für Rechtshänder).

Phase	Technikmerkmal	Merkmal erkennbar	Merkmal nicht erkennbar
Ausholphase	Linker Arm/Hand zeigt Richtung Ball		
	Ellbogen bildet tiefsten Punkt der Achse		
Schlagphase	Rechte Hüfte und Schulter wird in Schlagrichtung gedreht		
	Schleifenbewegung des Schlägers hinter dem Rücken		
	Dreh-Streckbewegung des Arms		
	Starke Beschleunigung des Schlägers		
Ausschwungphase	Drehbewegung setzt sich nach links unten fort		

AA3: Schaut euch gemeinsam das Video an (QRI).Vergleicht eure Schläge mit denen der Profis. Nennt Gemeinsamkeit und Unterschiede.