

Vorname, Name

Adresse

Geburtsdatum

	ÜBUNG 1	ÜBUNG 2	ÜBUNG 3	ÜBUNG 4	ÜBUNG 5
gültige Schläge, Treffer, Sekunden:					
Wertungspunkte:					
Wertungspunkte Gesamtanzahl:		Zusatzpunkte für das Deutsche Sportabzeichen:			

Abzeichen:



Bronze: ab 40 Punkte
Silber: ab 60 Punkte
Gold: ab 80 Punkte



Prüfung zum Badminton Spielabzeichen



Herausgeber:
Deutscher Badminton-Verband e.V. · Referat Breitensport
Südstraße 25 · 45470 Mülheim an der Ruhr
Fon 02 08-30 82 70 · Fax 02 08-35 899 · e-mail deubadverb@t-online.de
Gestaltung: Andreas Hagemann · **Druck:** Druckerei Birghan

ÜBUNG

1

Federball-Hochspielen

Spieler den Federball senkrecht in die Höhe.
Führe 10 Schläge ohne Unterbrechung aus (3 Versuche).

- 5 Punkte** | 10 Vorhand-Schläge
- 10 Punkte** | 5 Vorhand-Schläge und 5 Rückhand-Schläge im Wechsel
- 15 Punkte** | 5 Vorhand-Schläge ca. 2 m hoch und 5 Rückhand-Schläge ca. 4 m hoch im Wechsel



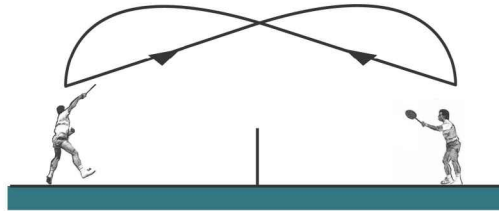
ÜBUNG

2

Überkopf-Rückschlag

Ein sicherer Zuspieler spielt dir den Federball hoch zu.
Schlage den Ball möglichst oft ohne Unterbrechung mit einem Überkopf-Schlag hoch und weit zurück.

- 5 Punkte** | 10 – 14 Rückschläge
- 10 Punkte** | 15 – 19 Rückschläge
- 15 Punkte** | 20 – 25 Rückschläge



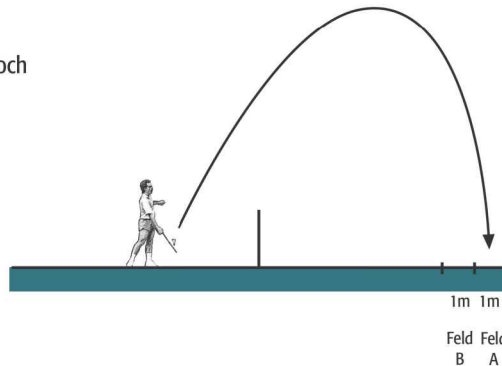
ÜBUNG

3

Hoher Aufschlag

Spieler 10 Aufschläge von der vorderen Aufschlaglinie hoch und weit in das gegenüberliegende Feld.
Trifft der Federball im Feld A oder dahinter auf, werden 2 Treffer angerechnet, für das Feld B 1 Treffer.

- 10 Punkte** | 4 – 8 Treffer
- 15 Punkte** | 9 – 12 Treffer
- 20 Punkte** | mehr als 12 Treffer



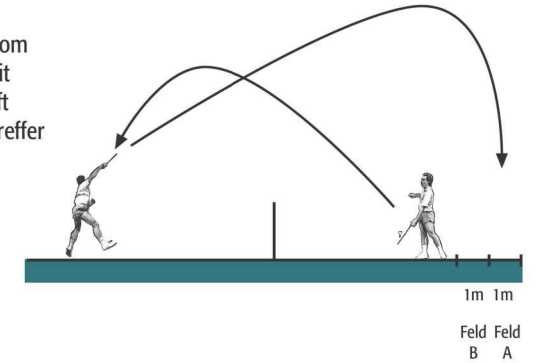
ÜBUNG

4

Überkopf-Zielschlag

Ein sicherer Zuspieler spielt dir den Federball 10 Mal vom gegenüberliegenden Feld hoch zu.
Schlage den Ball mit einem hohen und weiten Überkopf-Schlag zurück. Trifft der Federball im Feld A oder dahinter auf, werden 2 Treffer angerechnet, für das Feld B 1 Treffer.

- 10 Punkte** | 6 – 10 Treffer
- 15 Punkte** | 11 – 14 Treffer
- 20 Punkte** | mehr als 14 Treffer



ÜBUNG

5

Sternlauf

In der Mitte der einen Hälfte des Badmintonfeldes stehen 12 Federbälle.
Bringe sie so schnell wie möglich einzeln in die vier Ecken des Feldes und stelle sie dort ab (Nicht werfen!).
Du musst diese Ecken in der Reihenfolge 1 – 4 anlaufen.
Stelle anschließend die Bälle einzeln wieder an den Ausgangspunkt zurück.

- 10 Punkte** | 101 - 120 sec.
- 15 Punkte** | 81 - 100 sec.
- 20 Punkte** | 80 sec. und weniger

