

# Crossminton Übungssammlung

## Spielformen zu mehreren

Folgende Übungsformen bieten die Möglichkeit, Spielformen zu mehreren bzw. in einer größeren Gruppe zu praktizieren.

### Übersicht:

1. Kaiserspiel
2. Endlosturnier
3. Chinesisches Doppel
4. Englisches Doppel
5. Rundlauf
6. Crossminton-Tennis
7. Einzel zu viert

# 1. Kaiserspiel

Einzel mit Auf- und Absteigen (SG: leicht) ...

## Ablauf des Spiels

Eine gerade Anzahl von mindestens 6 Spielern wird zu je zwei Spielern auf die entsprechende Anzahl Felder verteilt.

Die Trainingsteilnehmer spielen nun Einzel auf Zeit (ca. 3-5 Minuten) nach den Regeln: jeder Punkt zählt; letzter Punkt entscheidet bei Gleichstand.

Der Gewinner des rechten Feldes bleibt auf seinem Feld, da es sich hierbei um das sogenannte Kaiserfeld handelt. Der Verlierer des ganz linken Feldes bleibt ebenfalls stehen. Alle anderen Spieler rücken nach rechts in Richtung Kaiserfeld, sofern sie gewonnen haben, oder nach links, falls sie unterlegen waren. Eine neue Runde beginnt.

## Merkmale

Wettkampftraining, da der Zeitdruck eine besondere nervliche Anspannung erzeugt;

# 2. Endlosturnier

Spielform für ungerade Anzahl an Spielern (SG: leicht) ...

## Ablauf des Spiels

eine Anzahl von mehr als zwei Spieler wird auf die Felder verteilt;

mindestens ein Spieler bleibt ohne Spielfeld;

alle anderen Trainingsteilnehmer spielen nun Einzel bis 7 Punkte;

der erste Verlierer verlässt sein Feld und übergibt seine Punkte an den Wartenden; dieser startet mit seinen Punkten gegen den Gewinner in ein neues Einzel, das mit Aufschlag für den Gewinner beginnt;

der nächste Verlierer eines Einzels gibt seine Punkte wieder an einen wartenden Spieler weiter;

## Merkmale

ständig wechselnde Spielpaarungen;

erhöhter Nervendruck für den Gewinner durch Handicap;

PS: Besser: der Gewinner geht raus (erhält einen Big Point) und der Verlierer bleibt mit seinen Punkten stehen.

### **3. Chinesisches Doppel**

Doppel im Vorderfeld (SG: mittel) ...

#### **Ablauf des Spiels**

das Spielfeld wird auf das Vorderfeld beschränkt;  
es wird Doppel gespielt;  
der Ball muss wie im Tischtennis abwechselnd gespielt werden;

#### **Merkmale**

Training der Drive und Push Strike Schläge;  
Training von schnellem Spiel.

#### **Variante(n):**

(1) Ball muss nicht abwechselnd geschlagen werden (SG: leicht)

### **4. Englisches Doppel**

vier Einzel als Doppel (SG: leicht) ...

#### **Ablauf des Spiels**

auf einem Spielfeld befinden sich vier Spieler;  
jedem Spieler wird eine Hälfte der Spielfeldseite zugeteilt;  
jeder Spieler ist nun für diese Hälfte zuständig und erhält 3 Punkte;  
bei jedem eigenen Fehler oder wenn ein Ball in der eigenen Hälfte den Boden berührt wird ein Punkt abgezogen;  
Spieler mit 0 Punkten scheiden aus;  
bei zwei verbleibenden Spielern wird ein Einzel bis 3 Punkte um den Sieg gespielt;

#### **Merkmale**

Training der Schlagsicherheit;

## **5. Rundlauf**

Spiel für mehrere Spieler pro Feld (SG: leicht) ...

### **Variante(n):**

(1) Begrenzung des Feldes auf bestimmte Bereiche (SG: mittel)

## **6. Crossminton-Tennis**

Crossminton mit einem Softball (SG: mittel) ...

### **Ablauf des Spiels**

auf einem Spielfeld befinden sich zwei Spieler;  
gespielt wird mit einem Softball auf einem Crossmintonfeld;  
gespielt wird nach Crossmintonregeln;

Mit den Ausnahmen:

- der Ball darf einmal aufspringen;
- es muss von hinter der Grundlinie aufgeschlagen werden;
- es darf auch von oben aufgeschlagen werden;

### **Variante(n):**

Doppel

-----> Diese Übung gilt es im Crossminton einem Praxistext zu unterziehen. Eventuell funktioniert es mit Junior-Courts besser.

## **7. Einzel zu viert**

### **Ablauf des Spiels**

auf einem Spielfeld befinden sich zwei Spieler;

Es wird ein normales Einzel gespielt;

Die Partner stehen jeweils hinter dem Feld;

Sobald der Spielende 2 Fehler gemacht hat, übernimmt sein Partner, usw.