

Badminton



...beim Federball spielt man sich den Ball möglichst oft zu – beim Badminton ist es das Ziel, den Federball so auf dem Spielfeld zu verteilen, dass ihn der Gegner oder Spielpartner nicht mehr zurückschlagen kann...

Als eine der schnellsten Rückschlag-Sportarten der Welt fordert Badminton den kompletten Sportler vom Kopf bis in die Füße und Fingerspitzen (der aktuelle Geschwindigkeitsrekord bei einem Smash liegt bei über 400 km/h) –

Den perfekten Badmintonspieler zeichnet eine sehr gute und vielseitige Koordinationsfähigkeit aus, wie z.B. Reaktionsschnelligkeit, Gleichgewicht, Rhythmus- und Ballgefühl etc., als Grundlage hat er eine starke Kondition, wobei explosive Maximalkraft, Schnellkraftausdauer und Beweglichkeit in Beinen, Rumpf und Armen der wichtigste Teil der konditionellen Basis ist. Über allem steht eine große mentale Stärke und ein feines Verständnis für die komplexen Taktiken, d.h. die Fähigkeit zum Lesen und Lösen der verschiedenen Spielsituationen bei unterschiedlichen Gegner-Persönlichkeiten - mit z.B. Platzierung, Schnelligkeit (Schlaghärte) und Täuschung...

Erste Formen des Federballs wurden schon vor über 2000 Jahren gespielt, z.B. bei den Azteken, im asiatischen Raum oder als Poona in Indien, in Europa war es im Barock als „Battledore“, „Shuttlecock“ bzw. „Jeu de volant“ ein beliebtes Freizeitspiel des Adels. Der Name Badminton entstand im 19. Jahrhundert durch das „Badminton House“ auf der Residenz des Duke of Beaufort in England, hier wurden von heimgekehrten britischen Offizieren aus der Kolonie Indien die ersten modernen Regeln eingeführt und Wettkämpfe ausgetragen...

Heute begeistert die hoch athletische Sportart Badminton Millionen, besonders in Asien, hier sind die stärksten Nationen u.a. Japan, Indonesien, Malaysia, Süd-Korea, Indien, Thailand und China, auch in Europa findet der Sport immer mehr begeisterte Anhänger und Länder wie Frankreich, England, Russland und Deutschland liegen hinter der stärksten Nation Dänemark nicht mehr weit zurück...

→ Wenn Du Lust hast Badminton zu spielen und zu lernen, ob als Freizeitsport oder mit Ambitionen zum Wettkampfspiel, egal welchen Alters, Du bist jederzeit herzlich eingeladen, bei uns im Training vorbeizuschauen!

Trainingszeiten 2022:

Tag	Zeit	Halle	Inhalt
Montag	20:00 – 22:00 Uhr	Campushalle I+II	Hobbytraining
Dienstag	19:00 – 22:00 Uhr	Kreissporthalle II+III	Mannschaftstraining
Mittwoch	18:00 – 20:00 Uhr	Waldorfhalle	Kinder/Jugendliche/Eltern
	19:30 – 22:00 Uhr		Freizeit-Spielen mit Waldorf AG
Freitag	17:00 – 18:30 Uhr	Kreissporthalle I+II	Kinder- und Jugendtraining
	18:45 – 22:00 Uhr		Aktive und Hobbyspieler



Quellen: Google Bilder

Kontakt:

@: Federball.tvueberlingen@email.de

Tel: 0179-6862540

<https://www.facebook.com/BadmintonUeberlingen>

<http://www.turnverein-ueberlingen.de>



Turnverein
Überlingen 1885 e.V.
...ein Verein für alle, von Jung bis Alt!