

## Badminton

<b>Teilnahme von Kindern bzw. Jugendlichen</b>	Im Jahr 2009 waren ca. 40.000 Jungen und 35.000 Mädchen bis 18 Jahre in den Vereinen des Deutschen Badminton-Verbandes (DBV) organisiert.
<b>Historie</b>	Federball (battledore, shuttlecock) wurde bereits im antiken Griechenland, aber auch in China, Indien, Japan und Siam gespielt. Im Zeitalter des Barock als „Jeu de volant“ bekannt diente es vorwiegend dem Zeitvertreib des höfischen Adels. Die ersten Regeln wurden 1873 in Poona (Indien) verfasst, als „Rasentennis gespielt mit Federbällen anstelle von Bällen“. 1893 wurde in Hampshire die Badminton Association gegründet und die ersten verbindlichen Regeln wurden erlassen. Seit 1992 (Barcelona) ist Badminton olympisch.
<b>Kurzcharakteristik</b>	Ziel des Spieles ist es, einen Federball so über das Netz in die gegnerische Feldhälfte zu schlagen, dass der Gegner ihn nicht zurückschlagen kann. Das aus dem Freizeitbereich bekannte <i>Federballspiel</i> , mit dem es manchmal verwechselt wird, hat dagegen möglichst lange Ballwechsel zum Ziel. Gespielt werden Jungen (Männer) und Mädchen (Frauen) Einzel und Doppel, sowie gemischte Doppel. Im Ligabetrieb werden die Begegnungen zu einem Mannschaftsergebnis zusammengefasst, Ranglistenturniere werden als Einzelergebnis gewertet.

### Anforderungsprofil

<b>konditionell (primäre)</b>	Schnelligkeit, Schnellkraft Arme und Beine
<b>konditionell (sekundär)</b>	Kraftausdauer, Kraft
<b>Koordinativ</b>	Koordination unter Zeitdruck
<b>Psychisch</b>	Konzentrationsfähigkeit
<b>Besonderheiten</b>	Das Rückschlagspiel Badminton ist charakterisiert durch <ul style="list-style-type: none"> <li>- schnelle Antritte und Stopps</li> <li>- rasante Wechsel zwischen schnellen Angriffs- und Stoppbällen</li> <li>- viele Sprünge</li> <li>- häufige Richtungswechsel und Drehbewegungen</li> <li>- variable Vor-, Rückhand- und Überkopf-Schläge</li> <li>- Ballgeschwindigkeiten bis 300 km/h</li> </ul>

### Kontraindikationen

<b>absolut</b>	
<b>relativ</b>	
<b>sportarttypische Verletzungen</b>	Kontusionen häufig, besonders gefährlich Augenbulbuskontusion, Einrisse in der Rotatorenmanschette, Rupturen lange Bicepssehne, Muskelverletzungen und ischiocrurale Muskelzerrungen bei Ausfallschritt, Inversionstraumen des oberen Sprunggelenkes mit

	lateral Bandruptur, vordere Kreuzbandrupturen, Achillessehnenrupturen, Apophysenablösung am Sitzbein, Fremdgefährdung bei Doppelspielen
<b>sportarttypische Überlastungsfolgen</b>	subakromiale Impingement ggf. mit partiellen Supraspinatussehnenrupturen, Tennisellenbogen, Arthrose im Schulterergelenk, Achillodynien, aseptische Knochennekrosen (v.a. M. Schlatter), präpatellares Schmerzsyndrom, Fußbeschwerden (v.a. Plantarsehnenreizung)
<b>Verletzungs- und Überlastungsprophylaxe</b>	Schutzbrillen, frühzeitig Schmerzen ernst nehmen
<b>spezifische (sport-) medizinische Betreuungsmaßnahmen</b>	ggf. Überpronation bzw. Übersupination beim Laufen mit Einlagen/Schuhen ausgleichen, Muskelverkürzungen im Bereich Hüfte/Lenden, Oberschenkel (v.a. M. rectus femoris), Waden beachten

#### Bedingungen für den Wettkampfsport

<b>Teilnahmebedingungen</b>	keine; Altersklasseneinteilung im Juniorenbereich
<b>Trainingshäufigkeit</b>	2 bis 8 Trainingseinheiten pro Woche
<b>Komplementärsportart</b>	Laufen, Radfahren, Schwimmen
<b>Anmerkungen</b>	<a href="http://www.badminton.de">www.badminton.de</a>