

Backhand Clear

Shuttle Treffpunkt:
In der Verlängerung der Schultern
über der Hand und dem Schlaghandfuss

Backhandgriff

Winkel zwischen Unterarm und Racket
Ellbogen leicht gebeugt

Blick über die Schulter zum Shuttle

Rücken zum Netz gewendet
Schulter leicht schräg aufwärts Richtung Ball
Linke Schulter bleibt zur Feldmitte stehen

Linke Hand bleibt in der Nähe der linken Hüfte

Ausfallschritt mit Rechts Richtung Balltreffpunkt
Fuss kurz vor Treffpunkt abstellen
rechter Fuss zeigt in Laufrichtung

Linker Fuss ist fast 90° zur Laufrichtung abgedreht (zeigt nach hinten)

