

„Badminton for beginner“ beim TSV Weilheim

Die 5. Station der Aktion „Badminton for Beginner“ fand am 05. Mai in Weilheim statt. Ein gelungener Tag, an dem von Bundesligaspieler Felix Hoffmann und seiner Co-Trainerin Linda Rank in lockerer Atmosphäre die Basics der Schlägerhaltung, sowie der Lauf- und Schlagtechnik vermittelt bzw. gefestigt wurden. Zu Beginn der zwei Trainingseinheiten am Vor- und Nachmittag standen verschiedene badmintonspezifische Aufwärmübungen.



(Photos: D.Zwickelbauer)



Danach wurden theoretische Erklärungen mit praktischer Anleitung in mehreren Übungsformen und Übungsgruppen umgesetzt. So konnte jeder Teilnehmer auf seinem individuellen Level Tipps bekommen und ausprobieren. Ein besonderes Highlight war der Einsatz einer Ballmaschine, die die Federbälle präzise dem Trainierenden zuspielt. Für das leibliche Wohl war durch die Weilheimer Badmintonabteilung bestens gesorgt. Dank auch an Lani Beck, die hervorragend die Bewirtung betreut hat!

So gingen am Ende dieses besonderen Tages Teilnehmer und Organisatoren müde aber zufrieden nach Hause.

Daniel Zwickelbauer