

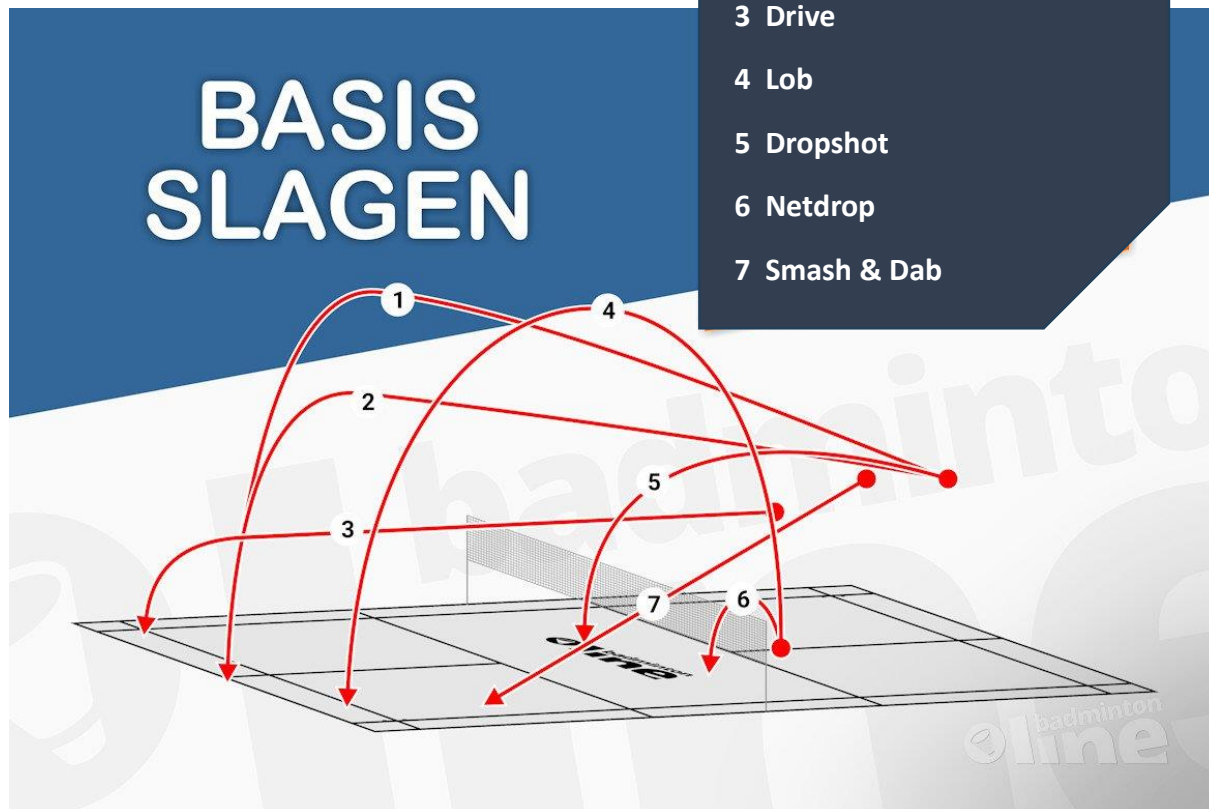


BADMINTONTECHNIEKEN

De 5 basisvaardigheden: (3/5)

De basisslagen

De basisslagen



Tijdens een badmintonrally kun je uit verschillende basisslagen kiezen, zoals de smash, een dropshot of een clear.

We hebben de belangrijkste badmintonslagen op rij gezet.



4.1. Verdedigende clear

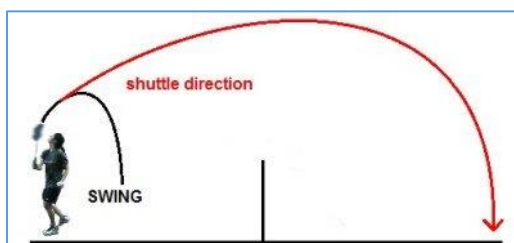
Een verdedigende clear is een hoge slag vanuit het halfveld of achterveld waarbij de shuttle sterk opwaarts naar de achterlijn van de tegenstander vliegt.

Waar en hoe sla je een verdedigende clear?

Om een goede verdedigende clear te spelen, raak je de shuttle zo hoog mogelijk en voor of naast je lichaam. Je positie is halfveld of richting het achterveld. Als je met de juiste kracht de shuttle raakt, dan valt deze in het achterveld op de achterlijn.

Een verdedigende clear kun je rechtdoor spelen, maar ook schuin vanuit je slagpositie: een verdedigende cross court clear.

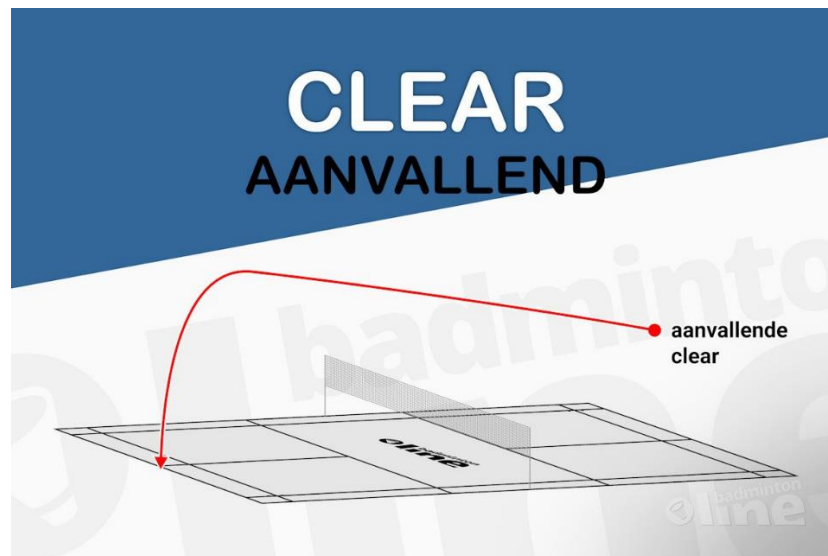
Forehand, round-the-head of backhand verdedigende clear



De verdedigende clear kun je zowel forehand als round-the-head of backhand spelen. Veel spelers vinden de backhand clear het moeilijkst.

Waarom speel je een verdedigende clear?

De verdedigende clear is een verdedigende badmintonslag en zorgt ervoor dat je jezelf weer in positie kan brengen om controle over de rally te krijgen. Doordat de shuttle langer in de lucht is, heb je **meer tijd** om je voor te bereiden op de volgende slag in de badmintonrally.



4.2. Aanvallende clear

Een aanvallende clear is een hoge badmintonslag vanuit het halfveld waarbij de shuttle licht opwaarts naar de achterlijn van de tegenstander vliegt.

Waar en hoe sla je een aanvallende clear?

Om een goede aanvallende clear te spelen, raak je de shuttle zo hoog mogelijk en voor of naast je lichaam. Je positie is halfveld of richting het achterveld. Als je met de juiste kracht de shuttle raakt, dan valt deze in het achterveld op de achterlijn.

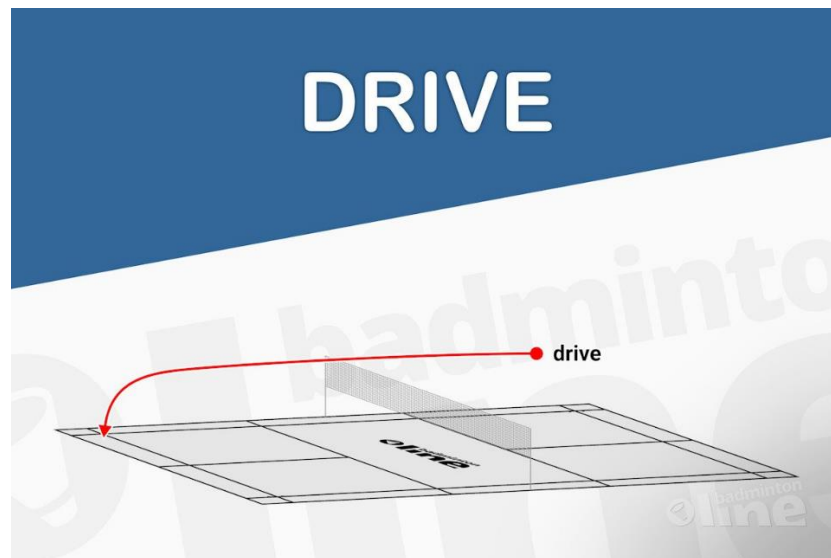
Een aanvallende clear kun je rechtdoor spelen, maar ook schuin vanuit je slagpositie: een aanvallende cross court clear.

Forehand of round-the-head aanvallende clear

De aanvallende clear kun je zowel forehand als round-the-head spelen, om zo je tegenstander onder druk te zetten. Een backhand clear is bijna altijd verdedigend.

Waarom speel je een aanvallende clear?

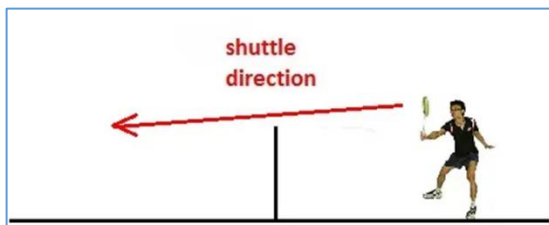
De aanvallende clear is een aanvallende slag die bedoeld is om de shuttle achter je tegenstander te krijgen. Hiermee probeer je een zwakke return slag uit te lokken.



4.3. Drive

Een drive is een aanvallende, harde en vlakke badmintonslag vanuit halfveld waarbij de shuttle op schouderhoogte naar het halfveld of achterveld van de tegenstander geslagen wordt.

Waar en hoe sla je een drive?



Om een goede drive te spelen, raak je de shuttle ongeveer rond schouderhoogte en voor of naast je lichaam. Je positie is halfveld of richting het voorveld bij het net. Als je met de juiste kracht de shuttle raakt, dan valt deze halfveld of in het achterveld op de achterlijn.

Zijn er verschillende soorten drives?

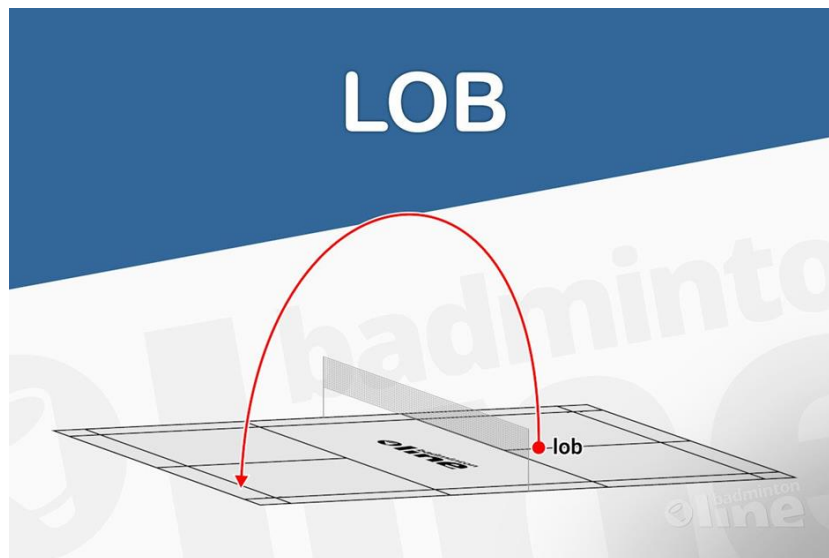
Je kunt variëren met kracht en richting wanneer je een drive speelt. Een drive kun je rechtdoor spelen, maar ook schuin vanuit je slagpositie: een cross court drive.

Forehand of backhand drives

Drives worden zowel forehand als backhand gespeeld: meestal hangt dat samen met met de speelhelpt waar je de shuttle ontvangt. De **backhand drive** is doorgaans voorbehouden aan gevorderde badmintonspelers, het is namelijk een moeilijke slag om goed uit te voeren.

Waarom speel je een drive?

De drive is een aanvallende slag die bedoeld is om de shuttle achter je tegenstander te krijgen. Hiermee probeer je een zwakke return slag uit te lokken.

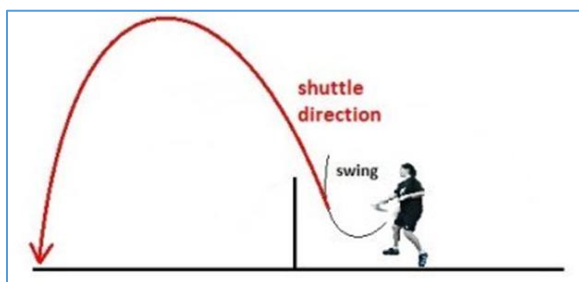


4.4. Lob

Een lob is een verdedigende, harde badmintonslag vanuit het voorveld waarbij de shuttle met een grote boog naar het achterveld van de tegenstander geslagen wordt. Een goede lob zorgt ervoor dat de shuttle zo ver mogelijk van het net belandt.

Waar en hoe sla je een lob?

Om een goede lob te spelen, raak je de shuttle onderhands en voor je lichaam: meestal is dat in de buurt van het net. Als je met de juiste kracht de shuttle raakt, dan valt deze achter je tegenstander op of dichtbij de achterlijn.



Zijn er verschillende soorten lobs?

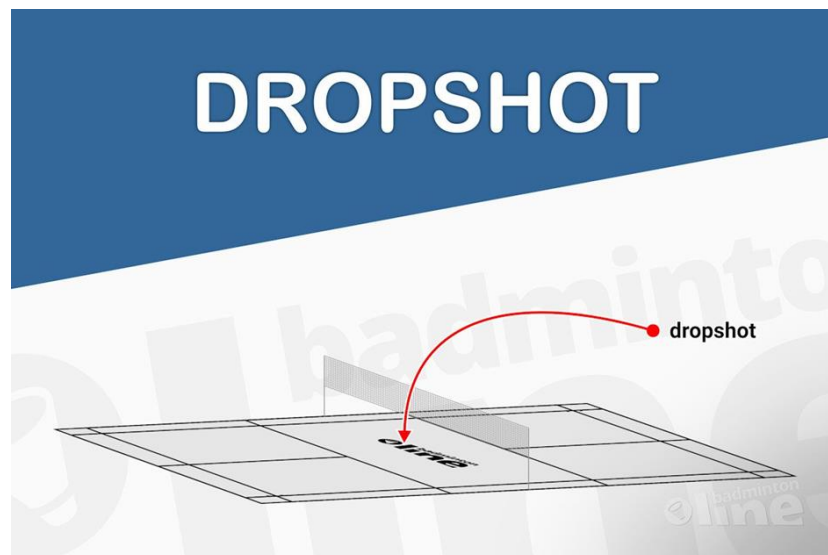
Je kunt variëren met kracht, richting en opwaartse hoek wanneer je een lob speelt. Een lob kun je rechtdoor spelen, maar ook schuin vanuit je slagpositie: een cross lob.

Forehand of backhand lob?

Lobs worden zowel forehand als backhand gespeeld: meestal hangt dat samen met met de speelhelpt waar je de shuttle ontvangt.

Waarom speel je een lob?

De lob is een verdedigende slag en zorgt ervoor dat je jezelf weer in positie kan brengen om controle over de rally te krijgen. Doordat de shuttle langer in de lucht is, heb je **meer tijd** om je voor te bereiden op de volgende slag in de badmintonrally.



4.5. Dropshot

Een dropshot is een aanvallende, zachte badmintonslag waarbij de shuttle kort of zo kort mogelijk achter het badmintonnet naar beneden valt.

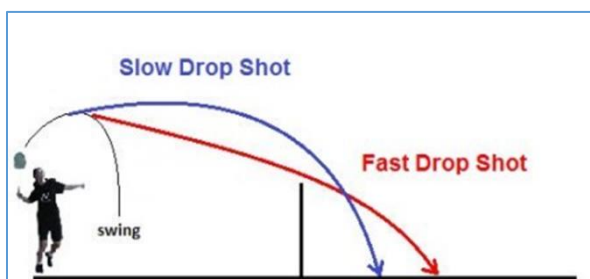
Dropshot, drop, netdrop: hoe noem je het?

Een dropshot gaat door het leven onder vele namen. Sommige badmintonspelers noemen de slag waarmee de shuttle kort achter het net valt zelfs een 'dropje'.

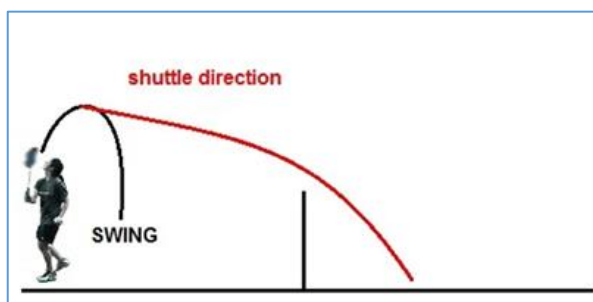
Waar en hoe sla je de dropshot?

Je kunt een dropshot spelen vanuit het achterveld of halfveld. Bij een dropshot raak je de shuttle **bovenhands** en zo hoog mogelijk boven je lichaam. Een dropshot vanuit het voorveld bij het net heet een netdrop.

Zijn er verschillende soorten dropshot?



Je kunt kun je kiezen voor een dropshot rechtdoor vanuit je slagpositie of een cross dropshot schuin van je lichaam vandaan.



Wanneer je een **snelle dropshot** slaat, dan gaat deze wat vlakker naar beneden. Omdat de badmintonshuttle sneller gaat, valt deze verder achter het net, meer richting de servicelijn in het voorveld.



4.6. Netdrop

Een netdrop is een aanvallende, zachte badmintonslag waarbij de shuttle met een boogje laag over het net gaat. Bij een netdrop valt de shuttle zo kort mogelijk achter het net op de grond.

Waar en hoe sla je een netdrop?



Om een goede netdrop te spelen, probeer je de shuttle zo dicht mogelijk bij het net te raken: dat kan zowel vanuit de linker of rechter speelhelft als vanuit het midden. Bij de meeste spelers is een netdrop een **onderhandse** badmintonslag. Als je met de juiste kracht en een goede bladstand de shuttle raakt, dan valt deze ruim voor de servicelijn op de grond.

Zijn er verschillende soorten netdrops?

Je kunt variëren met kracht, richting, bladstand en beweging wanneer je een netdrop speelt. Een netdrop kun je rechtdoor spelen, maar ook schuin vanuit je slagpositie: een cross netdrop. Technisch vaardige badmintonspelers kunnen op verschillende manieren een dropshot spelen.

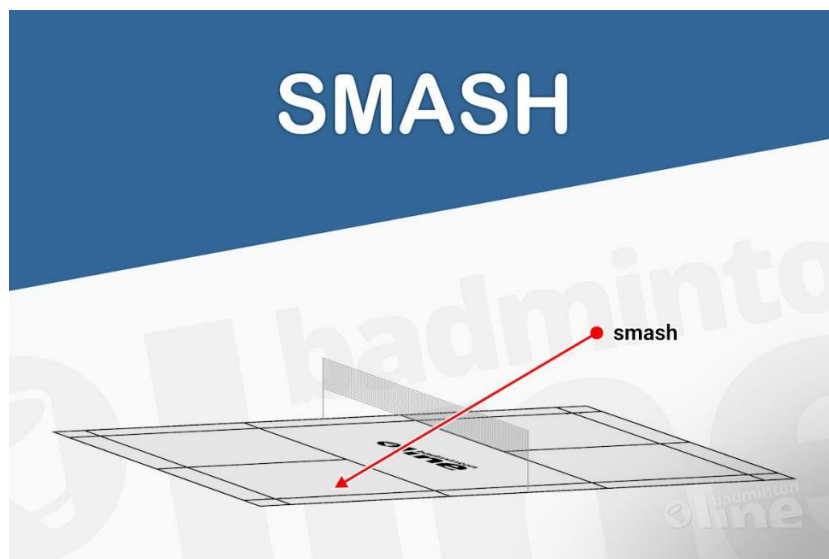
Forehand of backhand netdrop?

Netdrops worden zowel forehand als backhand gespeeld: meestal hangt dat samen met met de speelhelpt waar je de shuttle ontvangt. Soms wordt de griphouding voor een backhand ook gebruikt om een netdrop aan de forehand zijde te spelen.

Waarom speel je een netdrop?

De dropshot is een aanvallende slag en je dwingt je tegenstander daarmee in de verdediging.

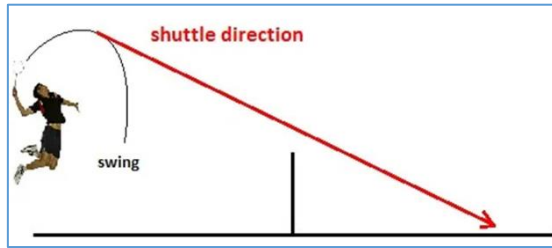
De shuttle valt bij je tegenstander kort achter het net op de grond en je wint het punt óf de shuttle komt opwaarts terug over het net. Wanneer je een hoge racketvoering hanteert na een netdrop, kun je de netdrop return van je tegenstander afstraffen en de rally winnen.



4.7.1 Smash

Een smash is een aanvallende, harde badmintonslag waarbij de shuttle meestal steil naar de grond geslagen wordt. De smash speel je vooral vanaf halfveld met je forehand of round-the-head.

Waar en hoe sla je een smash?



Meestal wordt een effectieve smash gespeeld vanuit half veld: precies tussen het net en de achterlijn. Je kunt ook vanaf de achterlijn smashes, maar de effectiviteit neemt dan erg af. Bij een smash raak je de shuttle **bovenhands** en zo hoog mogelijk boven je lichaam.

Smashen aan het net kan ook: deze korte badmintonslag wordt ook wel een dab of een net kill genoemd.

Zijn er verschillende soorten smashes?

Je kunt variëren met kracht, bladstand van je racket, richting en plaatsing wanneer je een smash slaat. Je kunt rechtdoor smashes, maar ook schuin vanuit je slagpositie: een cross smash. Ook kun je ervoor kiezen om te springen wanneer je de smash speelt: bij een **jump smash** verhoog je het raakpunt van de shuttle en kun je de shuttle steiler naar beneden slaan.

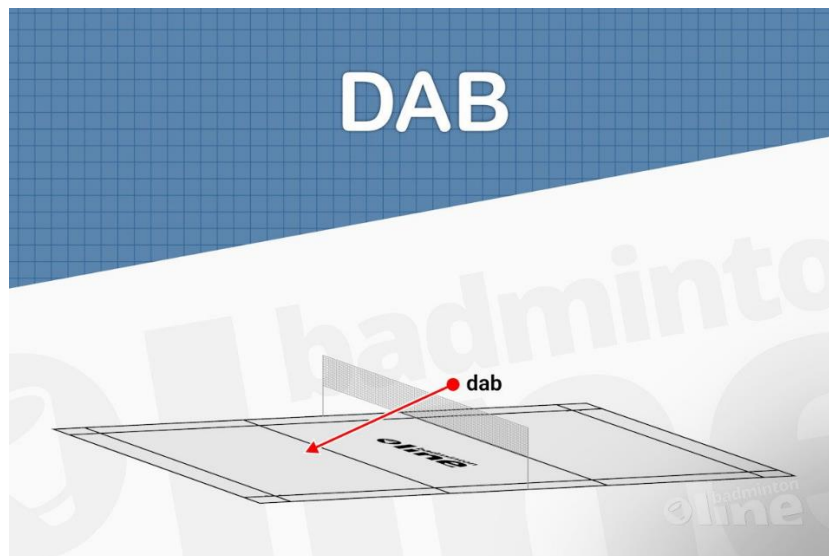
Forehand, round-the-head of backhand smash?

Vrijwel alle smashes worden forehand of round-the-head (dat is ook forehand, maar dan boven het hoofd) gespeeld. Het is ook mogelijk om een backhand smash te spelen, maar deze slag is minder populair. Het is veel lastiger om met de backhand smash aan te vallen.

Waarom speel je een smash?

De smash is een aanvallende slag en je dwingt je tegenstander daarmee in de verdediging.

Na een effectieve smash valt de shuttle bij je tegenstander op de grond en je wint het punt óf de shuttle komt opwaarts terug over het net. Door de eventuele smash return goed op te volgen, kun je de rally proberen te winnen.



4.7.2 Dab

Een dab (ander woord: **net kill**) is een aanvallende, harde badmintonslag vlakbij het net waarbij de shuttle bovenhands en steil naar de grond geslagen wordt. Je maakt een korte voorzwaai met het badmintonracket met beperkte nazwaai.

Waar en wanneer sla je een dab?

Je speelt de dab pal aan het net, boven de netband en de shuttle valt in het voorveld of halfveld van je tegenstander. De dab is zowel forehand als backhand te spelen.



Omdat je de shuttle dichtbij de netband raakt, moet je erop letten dat je het net niet raakt. Anders kost het je een punt!

Waarom speel je een dab?

De dab is een aanvallende slag en je speelt deze om direct de rally te winnen en het punt te scoren. Het wordt ook wel een **net kill** genoemd: je 'kilt' de rally!

Vanuit welke positie kan ik de basisslagen uitvoeren?

- A. Slagen in het achterveld
 - clear - forehand (basisslag)
 - clear - backhand
 - drop shot - forehand (basisslag)
 - drop shot – backhand
 - around-the-head slagen
- B. Slagen in het middenveld
 - smash - forehand (basisslag)
 - smash - backhand
 - smash-return (basisslag)
 - drive - forehand
 - drive – backhand
- C. Slagen in het voorveld
 - lob (lift) - forehand (basisslag)
 - lob (lift) - backhand
 - netdrop - forehand (basisslag) en steek - forehand
 - netdrop - backhand (basisslag) en steek - backhand
 - cross gespeelde netdrop - forehand
 - cross gespeelde netdrop - backhand
 - dab (net kill) - forehand
 - dab (net kill) - backhand.