

1. Konditioneller und koordinativer Teil:

Station Balltransport:

Aufbau: In den Ecken des Badmintonfeldes werden 6 Kisten aufgestellt auf denen jeweils ein Ball steht. Die Spieler sollen in beliebiger Reihenfolge alle Bälle aufsammeln und in die Mitte bringen. Die Bälle müssen dort ordentlich stehen und dürfen nicht liegen. Es darf jeweils nur ein Ball transportiert werden. Die Zeit wird vom Startkommando bis zum aufstellen des letzten Balles genommen.

Je schneller die Zeit, desto besser die Platzierung.

Jeder Spieler hat 2 Versuche. Der Bessere wird gewertet.

Station Ausdauer:

„Badmintonbiathlon“

In einer festgesetzten Zeit von 4 Minuten soll ein Spieler möglichst viele Federbälle einzeln über einen Rundkurs tragen und in drei verschiedene Zielbereiche (kleine Kiste, Kastenteil, Gymnastikmatte) werfen. Begonnen wird immer bei der kleinen Kiste. Trifft man diese nicht, hat man einen zweiten Versuch am Kastenteil. Wird auch dieses verfehlt, versucht man die Gymnastikmatte zu treffen. Trifft man keinen der Bereiche muss man noch eine Runde mit dem gleichen Ball drehen. Hat man aber den Ball versenkt, darf man den nächsten von seinem Stapel nehmen.

Wer die meisten Bälle versenkt bekommt die Beste Wertung.

Kasten-Bumerang-Lauf:

In dem Parcour werden verschiedene koordinative Fähigkeiten getestet, die möglichst schnell absolviert werden müssen. Hierbei muss man eine Rolle vorwärts machen und in einer vorgegebenen Reihenfolge durch verschiedene Kastenteile hindurchtauchen und anschließend darüber springen. Je schneller die Zeit, desto besser die Platzierung.

Geschicklichkeit im Umgang mit Ball und Schläger:

„Badminton Golf“

Auf 5 „Bahnen“ müssen die Spieler durch verschiedene Hindernisse hindurch oder an diesen vorbei, in einen Zielbereich treffen. Wie beim Minigolf gilt es auch hier dieses mit möglichst wenigen Schlägen zu erreichen.

Je weniger Schläge desto besser die Wertung.

2. Badmintonturnier

„1/2-Feld-Einzeltturnier“

Zwischen den einzelnen Wettkampfrunden wird ein Badmintonturnier auf dem halben Einzelfeld stattfinden. Das genaue System wird es festgelegt, wenn die Anzahl der Teilnehmer feststeht. Das Turnier geht auch in die Gesamtwertung mit ein.

Gesamtergebnis

Die Platzierungen des koordinativen und konditionellen Teiles gehen zu 2/3 in die Gesamtwertung ein. Die Platzierung des Badmintonturniers wird zu einem Drittel gewertet.

Praktisches Beispiel:

	Spieler 1	Spieler 2	Spieler 3	Spieler...
Schnelligkeit	1.	7.	3.	...
Ausdauer	4.	5.	2.	...
Geschicklich.	7.	4.	1.	...
Badminton Golf	6.	8.	3.	...
1/2-Feld-Einzel	5.	9.	2.	...
Rechnung	18x2+5	24x2+9	9x2+2	...
Summe	41	57	20	...
Platzierung	5.	8.	1.	...