



VIS HVAD DU KAN

Udvidet doubletaktik

www.dgi.dk/badminton



DGI badminton

Avanceret doubletaktik

DGI*badminton*

Målgruppekursus

Udgivet af Danske Gymnastik- & Idrætsforeninger
Badmintonudvalget juli 2002, 2. udgave.

Skrivegruppe: **DGI***badmintons* kursusudvalg i samarbejde med en række amtsinstruktører.

Indholdsfortegnelse:

Vis hvad du kan	3
Indledning	3
Avanceret taktik - double	4
Offensiven.....	5
Defensiven.....	9
Øvelser.....	11

VIS HVAD DU KAN

Velkommen på kursus

i **DGI** *badminton*

– tag udfordringen op

DGI *badminton*s kurser er baseret på dialog og vidensdeling. Vi tror på, at to-vejs kommunikation giver forøget udbytte for den enkelte. Ved aktivt at udnytte hinandens erfaringer kan der desuden skabes gode netværk.

Du skal derfor spille dig selv på banen, deltage i samtalerne og engagere dig i fællesskabet. Kort sagt: bidrage med det bedste du har: dig selv.

Vi udfordrer dig på din kunnen og dine holdninger. Vi giver dig mange redskaber, du kan bruge i din dagligdag som træner og/eller leder i din forening.

DGI *badminton* sætter i denne serie af korte kurser fokus på enkelte emner eller målgrupper indenfor badminton. Du kan således frit vælge hvilke kurser, der passer dig bedst. Kurserne har en varighed af 4 – 8 lektioner á 45 min.

Udover de korte kurser har **DGI** *badminton* et længere kursusforløb på 2 kurser med en varighed på henholdsvis 21 og 20 lektioner. Imellem kurserne ligger der et 4-timers modul med opsamling af emner og kurserne afsluttes med en konkret opgave i samarbejde med den lokale amtsforening.

DGI *badminton* står også for stævner, lejre, skoler, internationale arrangementer og meget andet. Se dette på www.dgi.dk/badminton, kontakt DGI's landskontor i Vingsted på telefon 79 40 40 40 eller din lokale amtsforening (se bagsiden)

Indledning

For år tilbage kunne man betegne de eksisterende materialer om badmintonteknik og badmintontaktik som "manualer". Trænerens undervisning af spillere lagde uvægerligt op til instruktionsmetoden, hvor indlæringen foregik ved præsentation af "det rigtige", som spillerne roligt og trygt kunne kopiere, og som trænerne let kunne undervise i.

I dag er det ganske anderledes.

Alle foreslåede retningslinier, som er beskrevet i dette materiale kan diskuteres – og bør diskuteres.

Det gør trænergerningen langt mere kompliceret, men også langt mere nuanceret og dynamisk.

Badminton bliver dermed en idræt i konstant udvikling. En udvikling som smitter af på de mennesker, der involverer sig i den. En udvikling hvori holdning, oplysning og kvalitet vil være nøglebegreber på lige fod med engagement, udfordring og fællesskab.

Brug materialet konstruktivt og tilføj selv dine erfaringer og ideer.

God fornøjelse.

Avanceret taktik – double

At skrive om avanceret doubletaktik er ikke nogen let proces. Naturligvis gælder tommelfingerreglerne som udgangspunkt stadigvæk, men taktik på avanceret niveau er i høj grad bestemt af "situationen". Altså hvor er egne individuelle stærke sider?, hvor er modstanderne svage?, hvad er deres individuelle svagheder?, mv. Derfor kan det forekomme at tommelfingerregler bliver brudt, ligesom individuelle aftaler kan medføre, at der f.eks. bevæges forskelligt afhængigt af, om A eller B har returneret et smash.

Gennemgangen på K-kurset var primært rettet mod traditionelle angrebs- og forsvarsopstillinger ved forskellige angrebssituationer (angrebsniveau 1, 2 og 3) samt en beskrivelse af de første bolde i en duel omkring serv og servereturnering.

Det antages, at indholdet af K-kurset er kendt, dvs. overordnede generelle tommelfingerregler vedrørende angreb og forsvar er kendte, de første boldes store betydning er kendt, og der er kendskab til fordele og ulemper ved diverse server og servereturneringer.

Nærværende indhold vil tage udgangspunkt i forskellige taktiske dispositioner, der vil afhænge af den situation, der er gældende for spillerne. Arbejdet med avanceret doubletaktik starter i princippet ved analysen af forskellige stærke/svage sider hos den enkelte og efterfølgende sammensætningen af en god double konstellation. Afsnittet starter derfor med nogle generelle betragtninger, man som træner bør gøre sig, før man begynder at indspille sæsonens doublekonstellationer. Derefter beskrives generelle betragtninger i den offensive samt defensive situation. Afsnittet afsluttes med forslag til taktiske doubleøvelser.

Doublen skal sammensættes

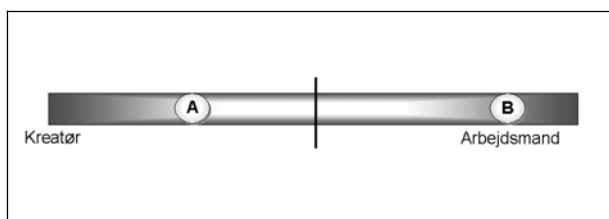
En god double består ofte af en "kreatør" og en "arbejdsmand". De færreste er lige gode til alting, og derfor kan det være en fordel at komplementere de stærke sider hver spiller har, ved at kombinere to typer af spillere. I det følgende altså kaldet for "kreatøren" og "arbejdsmanden".

Kreatøren er kendetegnende ved spilleren med en god teknik. Han/hun er stærk ved nettet med de korte, hurtige svingsløjfer og har gode smashopsamlinger. Kreatøren er god til at læse spillet og står ofte de "rigtige steder" på de "rigtige tidspunkter". I danmarksturneringen på divisionsniveau vil man ofte se kreatører spille mixdoublerne, fordi de netop har evne til at kunne opbygge et angreb med "put-bolde" og i det hele taget spille det opbyggende spil allerede fra servereturneringen.

Arbejdsmanden er på den anden side ofte single-spilleren, der "møver" lidt rundt, er knapt så teknisk betonet men lever typisk på et hårdt smash. Han/hun er pga. den manglende teknik ikke så god i sin defensiv ved smashopsamlinger og har i de hele taget svært ved at sætte tempo i spillet.

I praksis er verden naturligvis ikke sort og hvid. I nedenstående figur er f.eks. opstillet et hypotetisk double, hvor B er meget nær yderpunktet af en Arbejdsmand, mens A er tættere mod midten. Man kan naturligvis forestille sig en doublekonstellation, hvor A og B begge vil være meget tætte på midten. Det vil have betydning for den taktik denne double skal spille efter.

Figur 1: Eksempel på kreatør og arbejdsmand konstellation



Ovenstående model kan være et godt værktøj til at sammensætte doublekonstellationer samt danne sig et overordnet billede af den enkelte konstellation. Om ikke andet er det godt at have i baghovedet i starten af sæsonen, når doublerne skal sammenspilles. Den enkelte spiller skal placeres individuelt, så alene spillerens relative styrke og svage Kreatør/Arbejdsmand egenskaber vurderes. Modellen siger altså ikke noget om, hvor stærk spilleren er overfor andre men alene noget om, hvor spillerens individuelle styrke/svage sider er placeret. A kunne således i princippet være bedre end B på Arbejdsmand egenskaberne, for modellen siger alene noget om B's relative styrke/svagheder overfor denne selv. De fleste doubler sammensættes dog oftest af nogenlunde lige gode spillere, hvorfor det i praksis ofte vil være sådan, at B vil være den bedste arbejdsmand, jf. eksemplet.

Af praktiske danske eksempler kan nævnes Jon Holst Christensen og Thomas Lund, hvor Jon fungerede som Arbejdsmand og spillede meget på den bagerste del af banen mens Thomas Lund, Kreatøren søgte mod nettet og tog sig af opsamlinger og netspillet. Et andet eksempel er Jesper Larsen og Jens Eriksen – her var rollefordelingen Jesper Larsen som Arbejdsmand og Jens Eriksen som Kreatøren.

Offensiven

”Den foretrukne offensive position er med Arbejdsmanden bagerst, som altså har ansvaret for de nedadgående slag og Kreatøren forrest”

Nærværende afsnit vil omhandle hvilke overvejelser, der bør gøres i forbindelse med den offensive taktik og ikke mindst, hvordan vi sikrer den foretrukne position med Arbejdsmanden bagerst. Sidstnævnte element vil dog også behandles i afsnittet vedrørende defensiv.

Spillet i offensiven

I K-materialet gennemgås forskellige positioner for frontspilleren afhængigt af hvilket angrebsniveau, vi taler om. Altså hvor langt fremme på banen bliver der angrebet fra. Disse tommelfingerregler skal der ikke røres ved, men på avanceret niveau bør træneren i samråd med doublekonstellationen yderligere tage stilling til 1) er der et mønster i den måde modstanderne samler op? - evt. hvilket? og blandt andet afledt af svaret på dette spørgsmål 2) hvem skal primært afgøre bolden? Dette spørgsmål relaterer sig til angrebs- niveau/zone 1 og 2, idet smasheren naturligvis selv prøver at afgøre bolden direkte ved angrebs- niveau/zone 3.

ad 1. - Mønster i den måde modstanderne samler op på

For det første bør man analysere og vurdere, om der er en fortrukket defensiv opstilling hos modstanderne. Altså om de f.eks. foretrækker én af dem som opsamler og derfor arbejder på at få denne person til at stå lige ned for smasheet. Dernæst bør man analysere, hvorledes den enkelte af modstanderne samler op. Lad os skelne mellem 3

generiske opsamlinger; 1) lang høj, 2) hård pres-set flad og 3) kort blød.

Det er erfaret, at selv gode doublekonstellationer på divisionsniveau ofte ikke overvejer, hvilken type opsamlinger, modstanderne primært benytter. Således kan frontspilleren risikere at "stå udenfor spillet" ved at stå (for) tæt på nettet, mens der løftes højt eller presses fladt over hovedet på frontspilleren. Omvendt kan en mere defensiv frontspiller, placeret længere væk fra nettet fragive angrebet ved ikke at nå korte bløde opsamlinger højt nok oppe.

Ovenstående betragtninger betyder, at frontspilleren i høj grad skal være i aktiv bevægelse – også når medspilleren slår til bolden. Han/hun skal bevæge sig og placere sig afhængigt af den forventede returnering fra modspillerne. Returneringen fra modspillerne afhænger naturligvis – udover modstandernes tekniske evner og taktik - af smashets kvalitet og hårdhed, og derfor er det væsentligt at kende sin makkers styrke ved forskellige slagpositioner.

"Det gælder, at jo hårdere smash, jo sværere er det at returnere gode lange smashopsamlinger samt kontrollere decidede krydsopsamlinger"

Derfor gælder det, at jo hårde smash, der forventes, desto mere kan frontspilleren tillade sig at rykke ind under smasheren for at ligge absolut maksimum pres på den forventede lige opsamling. På den anden side ses det ofte, at modstanderne, når de har chancen – specielt ved lige smash fra forhåndssiden – samler langt kryds op mod den bagerste spillers baghånd. Hvis frontspilleren er trukket helt ind under den bagerste spiller, vil parret formentlig blive tvunget til at afgive an-

grebet, idet den bagerste spiller mere eller mindre skal "slå sig fri" i baghåndssiden. Derfor er det et sats og ofte en "alt-eller-intet-situation", når frontspilleren stiller sig under den bagerste spiller. Mod rigtig gode defensive spillere, kan man endda argumentere for, at i de situationer, hvor frontspilleren reelt kan trække under angriberen kan angriberen måske selv følge op på smasheet, hvorfor frontspilleren reelt aldrig kommer til at stå under smasheren. Hvorledes opsamlere bør placere sig, afhænger derfor af smashets kvalitet (som igen afhænger af smashers evner samt position for slaget) men ikke mindst af opsamlers evner og taktik for opsamlingerne.

Generelt gælder at mod defensive opsamlere, der samler højt langt (og ofte på kryds) skal frontspilleren placere sig så langt tilbage, at denne kan nå den lange, høje krydsopsamling og derved sikre et kraftfuldt smash via en god forspænding. Omvendt skal mange bløde opsamlinger naturligvis mødes ved, at frontspilleren rykker lidt frem på banen for derved at sikre angrebet.

ad 2. Hvem skal afgøre bolden?

Det er vigtigt at gøre sig nogle tanker om, hvem der primært skal afgøre bolden. Skal det være frontspilleren? eller bagspilleren? Svaret på dette spørgsmål skal blandt andet findes i en vurdering af aspekter fra ovenstående; altså en vurdering af egen styrke samt en vurdering af modstandernes opsamlinger. Hvis vores Arbejdsmand f.eks. er en fantastisk smasher, bør taktikken for frontspilleren være at stoppe boldene og sikre, der bliver løftet til denne.

Omvendt kan modstanderne være gode til at samle op, så vores bagspiller ikke umiddelbart kan forvente at kunne slå bolden ned. Her bør taktikken derfor i højere grad gå på at lade frontspille-

ren afgøre duellen ved f.eks. at satse mere ved nettet eller i det hele taget komme ind og "bryde" spillet. Den bagerste spiller skal i den situation spille mere afventende og passe på ikke at afgive initiativet ved et hårdt smash fra en ikke hensigtsmæssig situation. Konkret bør han af og til droppe mod midten, variere smashesens hårdhed og stiksmashe for derved at åbne for muligheden for flade løft, som frontspilleren evt. kan komme ind og bryde i en fordelagtig situation. Man skal i sådanne situationer som frontspiller passe på med at presse "hovedløst" mod gode defensive opsamlere, idet flade pres vil komme hurtigt tilbage. Der tabes mange bolde på nettet, og de fleste laves som følge af fejl ved for tidligt angreb samt utålmodig pres.

Pas på kontra

Mange double-dueller vindes på et kontra – eller i hvert fald afledt af et kontra.

"Det gælder, at jo hurtigere bolden spilles over på den anden side, jo hurtigere kommer den tilbage"

Ovenstående sætning lyder næsten for simpel til at medtage i et materiale som dette. Ikke desto mindre ses det ofte, at spillere presser på bolden i situationer, hvor de ikke er i balance eller korrekt opstillet. Er man ude af balance og spiller bolden hurtigt, er risikoen for at få den hurtigt tilbage, inden man er kommet i balance og placeret sig i position overhængende. Det er her vigtigt at beholde tålmodigheden og prøve at holde bolden i eller under nethøjde på modstanderens halvdel, så man stadig er inde i "kampen om angrebet". Det er nemmere for modstanderne at presse på en bold, der kommer i høj fart, og der skal derfor i disse opbyggende situationer ofte spilles blødt, så

modstanderne i det mindste selv skal sætte kraft i bolden.

"Ved høje bolde, tæt mod baglinien er det en god idé at holde tålmodigheden og evt. spille stik eller holdte drop. Det gælder, at ved bløde nedadgående returneringer, vil frontspillerens rolle primært være tæt på nettet"

Det gælder om at bevare tålmodigheden ved høje bolde tæt på baglinien. Medmindre man er en særdeles god smasher, er risikoen for et kontra ved smash fra baglinien signifikant. Det er her vigtigt at frontspilleren er i fuld bevægelse og bevæger sig frem og tilbage afhængig af det nedadgående slags hårdhed. Jo, hårdere der slås, jo længere tilbage på banen skal frontspilleren placere sig, da returneringerne da vil være længere (og alt andet lige hårdere).

"Det er lettere at presse og spille hårdt tilbage på en hård bold end på et blødt- eller moderat smash"

At det er lettere at presse tilbage på en hård bold fra baglinien skyldes, at bolden alt andet lige har en mere flad bane, hvorfor opsamlerne kan returnere i en højere højde samt returnere bolden tilbage i stort set den samme bane som den kom i (dvs. også teknisk lettere). Endvidere behøver smashopsamleren ikke at spille bolden med den samme kraft som ved en blød bold, idet boldens allerede hurtige hastighed betyder, at en selv beskeden modbevægelse vil give bolden en høj hastighed.

Mange defensive spillere, spiller direkte på, at modstanderne skal dumme sig og angribe for tidligt, som forsvarerne så kan gå ind og slå kontra på. Det vil her for det angribende par være en

god idé at spille stikdrop, stiksmash eller holdte drop og vente på, at et løft evt. bliver for kort, som der så kan angribes 100% på. Det er her vigtigt, at frontspilleren ved drop trækker en smule frem på banen, idet det er dennes ansvar at dræbe evt. korte returneringer fra modstanderne. Modstanderne vil jo netop ofte prøve at vende den defensiva situation til offensiv ved at spille kort og prøve at tvinge frontspilleren til at løfte.

Som et overraskelsesmoment kan bruges et krydssmash. Det kan også bruges, hvis modstanderen på kryds er markant dårligere til at samle op end modstanderen ligefor eller ved ønske om en rotation af det angribende par. Frontspilleren skal nemlig i sådanne situationer dække hele den modsatte side, mens smasheren tager sig af hele siden denne smasher fra (både ved nettet og bagtil). Det er selvsagt farligt at lave krydssmash og det bør kun laves ved forudgående aftale om, at frontspilleren allerede inden smashet bevæger sig over mod modsatte side og således er forberedt (smasher kan jo se frontspillerens bevægelser). Et smash fra frontspilleren på en lang opsamling vil være mere kraftfuld, idet forspændingen udnyttes totalt.

Opbygning til offensiven

Som det fremgår indirekte af ovenstående, er filosofien om at den offensive situation er den mest foretrukne ikke gældende for alle doubler. Jovist, så vindes de fleste dueller fra en offensiv situation, men denne er ofte afledt af en god defensiv. En duel, der for eksempel for et par forløber med 8 defensive slag efterfulgt af et kontrasklag samt et efterfølgende vinderslag (som godt nok er offensivt) må defineres at være defensivt betonet. Når først bolden har "overlevet" de første fire slag, er det meget ofte (specielt for dame-

doublerne), at duellerne bliver afgjort på denne måde.

Overgangen fra en defensiv position vil derfor af mange doubler baseres på et kontrasklag, som skal efterfølges af et vinderslag indenfor de 2-3 efterfølgende slag. Selvfølgelig findes der doubler, der kan og vil afgøre boldene fra en angrebssituation, og disse vil naturligvis spille for angrebet for enhver pris. Denne double vil altså benytte sig af gængse metoder til at få en af spillerne mod nettet.

Ovenstående overvejelser er vigtige, når der tales avanceret double. Vil vi afgøre bolden fra en angrebsopstilling?, vil vi afgøre bolden baseret på kontra? og hvad gør modstanderne?

Der findes doubler på divisionsniveau, hvor den bedste taktik vil være at spille bolden højt mod baglinjen og vente på kontramuligheden, men der findes også doubler, hvor det vil være "døden" at løfte. Igen handler det om at kende sine egne og modstandernes stærke/svage sider.

Når en offensiv opbygges – måske fra defensiven – kan det være en god idé bevidst at flytte én af spillerne rundt på banen. Det kan gøres ved høje krydsopsamlinger (eller drop lige på smash hvis frontspilleren dækker krydsopsamlingen) samt clear, drop, lob mod samme side under hele duellen. Fordelen ved dette er, at der er større sandsynlighed for en halvsidit returnering, hvis modstanderen er ude af balance og har bevæget sig meget.

Angreb side om side

Under kamp kan der opstå specielle situationer, hvor der angribes side om side. Det kan f.eks. være en situation, hvor der skal spilles et drive

eller noget "put-spil" fra omkring mixpunktet i lige side, hvor det kan være fornuftigt, hvis frontspilleren trækker tilbage og således dækker et højt krydsløft mod baghåndssiden, mens den der har spillet drivet dækker både net og baglinie i sin lige side. Ved bløde bolde, hvor modspillerne selv skal sætte fart på bolden, kan angreb side om side generelt være en god taktik, fordi man da i det fleste tilfælde kan nå op på nettet for at dræbe og ned på baglinjen ved tilfælde af et løft, hvor der endvidere opnås en bedre forspænding.

Defensiven

Som det beskrives ovenfor, er defensiven for mange doubler altafgørende. Dels fordi defensiven - som nævnt - kan bane vejen for et efterfølgende afgørende vindslag og dels fordi den er afgørende for parrets evne til at vende forsvaret til et konstruktivt angreb.

Som nævnt er Kreatøren ofte den bedste til at samle op grundet hans/hendes gode teknik, ligesom denne er den foretrukne spiller ved nettet. Den optimale defensive situation er derfor med Kreatøren lige for bolden, idet der er større sandsynlighed for et lige smash (et krydssmash vil som bekendt være "farligt" for det angribende par). Dermed bliver smaschet opsamlet af Kreatøren, der evt. kan rykke frem mod nettet, hvorved den optimale angrebssituation er sikret.

"Arbejdsmanden skal derfor på evt. drop eller netspil løfte på kryds, mens Kreatøren vil løfte lige"

I den rene double bør man ikke trække kryds tilbage, selvom man er den dårligste til at samle op og man evt. har løftet bolden lige op. Man kan ganske enkelt ikke nå det, og man vil således måske have Arbejdsmanden lige ned for smaschet.

I dette tilfælde kan man bryde reglen om at smashopsamler trækker med frem ved korte opsamlinger, idet det kan aftales, at det er Kreatøren, der trækker frem - uanset hvad.

Varier opsamlingerne

Præcis som ved angrebssituationen bør man i forsvarssituationen overveje, hvordan det angribende par er placeret under angrebet. Hvad er deres "ønske-opstilling"?, spiller de efter at frontspilleren skal afgøre bolden ved nettet og mellemdistancen?, presser frontspilleren bolden og prøver at afgøre den for enhver pris eller stopper han/hun den kun? Placerer frontspilleren sig generelt defensivt langt tilbage på banen for at modtage hårde presbolde samt høje krydsopsamlinger?

Som nævnt, ses det selv på divisionsniveau, at et angribende par ikke overvejer og placerer sig efter, hvor det defensive par returnerer smashopsamlingerne. I så fald er vi heldige, idet vi blot kan returnere det samme sted hver gang. Langt hvis frontspilleren står tæt på nettet og kort hvis denne står langt fra nettet. Imidlertid ses det ofte, at frontspilleren hos det angribende par (nogle gange ubevidst) f.eks. rykker tilbage ved mange lange krydsopsamlinger. Derfor skal der varieres mellem kort blød, hård pres og lang krydsopsamling. Alt for mange spillere benytter sig kun af en eller måske to smashopsamlinger og mestrer ganske enkelt ikke den tredje.

Generelt gælder det for defensiven at bevæge smasher på baglinjen fra side til side. Hvis smasher f.eks. dropper mod midten fra en af siderne bør det defensive par forsøge at løfte mod modsatte side, som der droppes fra. Dette gælder naturligvis ikke, hvis den ene defensive spiller er langt bedre end den anden til at samle op, da de

der skal løfte mod den bedste smashopsamlers side som beskrevet ovenfor. Imidlertid er det vigtigt at få den bagerste spiller til at bevæge sig så meget, så denne alt andet lige får mindre tid til at time sit slag. Ofte vil smasheren jo netop droppe for at håbe på et for kort oplæg.

Opdel banen i zoner

Når man til træning arbejder med sine doubler, hvad enten det er rene doubler eller mixed doubler er det en god ide at opdele banen i zoner og bruge denne opdeling til at diskutere, hvor vores egne stærke sider er placeret. Endvidere kan det være et godt redskab, når der f.eks. kan coaches mellem 1. & 2. og 2. & 3. sæt. Den definition man har lavet til træning kan bruges til at præcisere spillerne ind på taktikken hurtigt. Denne opdeling kan naturligvis gøres mere eller mindre kompleks, men tanken er at hvis der f.eks. mellem 1. & 2. sæt aftales at spille "mod den bagerste zone og undgå den midterste med defensiv" kan det f.eks. betyde; overvejende brug af høje smashopsamlinger, angrebsclear, høje løft, flere svipsserver end normalt, bløde opsamlinger, drop ved servereturneringen og undgå; pres på serveren, hårde flade opsamlinger, put spil, satsede smash.

Der findes rent faktisk doubler, der f.eks. er eminente når boldene spilles højt og kort – lad os kalde det en smash/opsamling double, mens andre er eminente på halvdistancen til putspil og hurtig ketsjerføring på nettet – tju bang doubler (fordi sådanne doubler ofte afgør bolden i løbet af de første 5 dueller). Sidstnævnte double er ofte typiske mixedspillere i holdturneringen, mens singlespillerne ofte hellere vil spille fra baglinjen.

Forskel på herre- og damedouble

Der er stor forskel på herre- og damedouble. Ingen tvivl om det. Forskellen skyldes ikke at principperne er forskellige men kan forklares alene af den grund, at forholdet mellem styrken af defensiven og offensiven er "anderledes" i herre- og damedoubler. Damerne har en relativ stærk defensiv i forhold til herrerne. Damernes defensiv er ikke markant dårligere end mændenes, mens deres offensiv langt fra er så kraftfuld som mændenes.

Forskellen kan dermed forklares med de tanker, der er præsenteret ovenfor. Den stærke defensiv gør f.eks. det utrolig vanskeligt for det angribende par at afgøre bolden og risikoen for et kontra er stor. Derfor ses det i højere grad hos damerne at der droppes, stikkes, cuttes, osv. for ikke at blotte sig ved smash, hvor smasher ikke er i absolut balance. Damerne er ikke bange for at løfte, og det ses derfor, at en damedouble-duel kan indeholde adskillige clear. Det gør generelt duellerne længere, hvilket naturligvis smitter af på længden af kampene.

Øvelser

En taktisk øvelse defineres af mange som en øvelse hvori der er elementer af valg vedrørende duellen. Altså øvelser hvor der mindst én gang skal tages stilling til, om der skal slås slag A eller slag B eller om der skal bevæges på Z eller Y måde. Imidlertid kan det være nyttigt at tale om taktikken og lave et løbemønster, en slagsekvens, mv. som gentages igen og igen. Derved kan forskellen mellem en teknisk- og en taktisk øvelse forekomme diffus – og virkeligheden er da også, at de to ting hører sammen (grunden til at spiller A ikke **taktisk** benytter en lang krydsopsamling kan jo være, at spilleren ikke mestrer den **teknisk**). En gentagelse af en sekvens kan ikke alene forbedre teknikken, som der bliver mere ro til at fokusere på ved gentagelser, men kan også taktisk skabe det man kan kalde en rygradsforfølelse af et slag eller løbemønster – altså at man via gentagelsen også udfører det i kamp. I dette materiale vil alene øvelser med et reelt valg præsenteres, men det kan være en god idé at starte med nogle fastlagte sekvenser og løbemønstre.

Det er væsentligt at påpege, at taktisk træning for øvede spillere "ikke forløber af sig selv". Med dette menes, at taktiske øvelser netop er forbundet med et taktisk *valg*. Det er hele tidens trænerens opgave at forsøge at opstille succeskriterier for, hvornår en taktisk opgave er løst og ikke mindst at coache spillerne under øvelserne.

Double øvelser

Øvelse 1

Formål:

Rotation og netspillere placering afhængig af oplæg til smasher.

Beskrivelse:

Oplæg til baglinien fra A+B, som står i en defensiv position. C smasher, og D skal efterfølgende komme ind og bryde opsamlingen fra A+B. Hvis C smasher langt fremme fra hans forhåndside bør D placere sig længere tilbage på banen og trække tilbage og ta' den evt. lange krydsopsamling samt evt. korte krydsopsamling. C bør da dække det korte hjørne lige for sig samt en evt. lang lige opsamling.

Succeskriteriet for D er, at denne kommer ind og spiller et konstruktivt og gerne afgørende slag på opsamlingen fra A+B.

Øvelse 2

Formål:

Netspillere rolle ved angreb.

Beskrivelse:

Øvelsen fungerer som ovenstående, men her skal netspilleren fokusere på en forudbestemt aftale; Skal han være den, der afgør bolden? eller skal han primært koncentrere sig om at stoppe boldene, så der løftes til makkeren?

Den bagerste spiller skal i denne øvelse variere hans/hendes offensive spil, så der f.eks. også spilles bløde drop. Det gælder her for frontspilleren om at bevæge sig både frem og tilbage samt til siden afhængig af smashers placering og valg af slag.

Succeskriteriet for frontspilleren er, at denne kommer frem til bløde returbolde men samtidig står så langt tilbage på banen, at han/hun kan nå at reagere på de hårde returbolde.

Øvelse 3

Formål:

Variere opsamlinger afhængig af smash.

Beskrivelse:

A+B spiller defensiv mod C+D. A+B kan vælge imellem 3 opsamlinger; høj lang på kryds, blødt kort eller hård flad tilbage. Det er A+B's opgave at undgå frontspillerens "offensiv" og altså forsøge at vende forsvaret til angreb. A+B skal tage hensyn til smashe's hårdhed ved valg af opsamling.

Succeskriteriet for A+B er, at de allerede efter den første opsamling formår at presse C+D til et mindre konstruktiv slag.

Øvelse 4

Formål:

Arbejde mod at Kreatøren skal mod nettet.

Beskrivelse:

Denne øvelse er et eksempel på, at man under den taktiske træning bør træne nogle (ofte simple) spillemønstre, så "favoritopstillingen" opnås. I dette tilfælde ønsker vi at træne spillemønstre, der får "Kreatøren" mod nettet.

C+D spiller offensiv, mens A+B (det øvende par) spiller defensiv. Vi antager, at A er Kreatøren som skal frem mod nettet. Det betyder, at A+B primært vil løfte mod A's side, da A da højst sandsynligt vil modtage smashe (fordi det offensive par ofte vil smashe lige). A skal ved smash på sig spille enten bløde korte opsamlinger eller hårde pres og efterfølgende søge mod nettet. B skal derimod, når B undtagelsesvis står lige for smashe, forsøge at løfte høje krydsopsamlinger, da A da vil stå lige for det efterfølgende smash.

Succeskriteriet for A+B er, at A indenfor 5 bolde får muligheden for at søge mod nettet med en konstruktiv opsamling.

DGI Vendsyssel

www.dgi.dk/vendsyssel
e-mail: vendsyssel@dgi.dk

DGI Nordvest

www.dgi.dk/nordvest
e-mail: nordvest@dgi.dk

DGI Himmerland

www.dgi.dk/himmerland
e-mail: himmerland@dgi.dk

DGI Nordøstjylland

www.dgi.dk/nordostjylland
e-mail: nordostjylland@dgi.dk

DGI Vestjylland

www.dgi.dk/vejle_amt
e-mail: vestjylland@dgi.dk

DGI Hammerum Herred

www.dgi.dk/hammerum_herred
e-mail: hammerum@dgi.dk

DGI Midtjylland

www.dgi.dk/midtjylland
e-mail: midtjylland@dgi.dk

Randersegnens GI

www.dgi.dk/randersegnen
e-mail: rgi@dgi.dk

DGI Århusregionen

www.dgi.dk/aarhusregionen
e-mail: aarhusregionen@dgi.dk

DGI Horsensregionen

www.dgi.dk/horsensregionen
e-mail: horsensregionen@dgi.dk

DGI Ribe Amt

www.dgi.dk/ribe_amt
e-mail: riبة@dgi.dk

DGI Vejle Amt

www.dgi.dk/vejle_amt
e-mail: vejle@dgi.dk

DGI Sønderjylland

www.dgi.dk/soenderjylland
e-mail: soenderjylland@dgi.dk

SdU

www.dgi.dk/sdu
e-mail: kontoret@sdu.de

DGI Odense

www.dgi.dk/odense
e-mail: odense@dgi.dk

DGI Svendborg

www.dgi.dk/svendborg
e-mail: svendborg@dgi.dk

DGI Nordvestsjælland

www.dgi.dk/nordvestsjaelland
e-mail: nordvestsjaelland@dgi.dk

DGI Frederiksborg Amt

www.dgi.dk/frederiksborg_amt
e-mail: frederiksborg@dgi.dk

DGI Sorø Amt

www.dgi.dk/soroe_amt
e-mail: soroe@dgi.dk

DGI Roskilde Amt

www.dgi.dk/roskilde_amt
e-mail: roskilde@dgi.dk

DGI Storkøbenhavn

www.dgi.dk/storkoebenhavn
e-mail: storkoebenhavn@dgi.dk

DGI Præstø Amt

www.dgi.dk/praestoe_amt
e-mail: praestoe@dgi.dk

DGI Sydhavsøerne

www.dgi.dk/sydhavsoerne
e-mail: sydhavsoerne@dgi.dk

DGI Bornholm

www.dgi.dk/bornholm
e-mail: bornholm@dgi.dk

**DGI badminton**

Vingsted Skovvej 1 • 7100 Vejle
tlf.: 79 40 40 40 • Fax: 79 40 40 80
mail: info@dgi.dk, www.dgi.dk/badminton