

# 2. Badminton Workshop 2024

## mit Videoanalyse



Liebe Badmintonfreunde,

ich biete einen 2-tägigen Workshop mit Videoanalyse an und lade Euch herzlich dazu ein.

**Termin:** 06.07. und 07.07.2024 (tageweise buchbar)

**Ort:** Bosestraße 21, 12103 Berlin (Tempelhof) oder  
Sportcenter Wittenau, Wittenauer Straße 82-86, 13435 Berlin

**Kosten:** 90 € pro Tag  
Darin enthalten sind Trainerkosten, Videoanalyse, Bälle und die Nutzung der Sporthalle.

### Schwerpunkte:

Samstag, 06.07.2024

#### **Rückhand Unterlaufen + Videoanalyse**

Neuer Laufweg in die Rückhanddecke über Kopf (kein Malayen Schritt)  
Videoanalyse (Kurzvideos für sofortige Analyse & Verbesserungen)

Sonntag, 07.07.2024

#### **Lange Rückhand + Videoanalyse**

RH-Schlag: Grifftechnik, Unterarm-Rotation, Treffpunkt, Laufweg  
(Bewegungsabläufe analysieren und verbessern)

Trainingsablauf (Sa. u. So.):

- |                      |                   |
|----------------------|-------------------|
| 1. Trainingseinheit: | 10:00 – 13:00 Uhr |
| Mittagspause:        | 13:00 – 14:00 Uhr |
| 2. Trainingseinheit: | 14:00 – 17:00 Uhr |
| Spielen              | 17:00 – 18:00 Uhr |

Mittagspause (90min): Selbstverpflegung – Getränke können in der Halle oder im Sportcenter gekauft werden (kein Essen).

Teilnehmerfeld: 12 Personen – Zusage erfolgt nach der Anmeldereihenfolge.

Das Training wird geleitet von Andreas Bernwald (A-Trainer).

Bei offenen Fragen meldet Euch unter den unten angegebenen Kontaktdaten.  
Die Anmeldung erfolgt per E-Mail: [wuddy@training-badminton.de](mailto:wuddy@training-badminton.de)