

Badminton AG 4. Vorschlag

Liebe Badminton-AG Fans,

dieser Vorschlag bezieht sich auf 2 Videos die ihr über **YouTube** anschauen und mitmachen könnt.

Voraussetzungen:

Badmintonschläger

Luftballons

Federbälle

Internet um YouTube aufzurufen

Trampolin (möglichst von Bellicon)

1. Warm-up: durch Übungen auf dem Trampolin

- 1.1 Internet Browser starten
- 1.2 YouTube aufrufen
- 1.3 Im SUCHEN Feld **bellicon** eingeben
- 1.4 Hier können ca. 153 Videos für alle Sportarten und Gymnastik zum Üben und Mitmachen aufgerufen werden.

2. Badminton *Shuttle time*

- 2.1 Internet Browser starten
- 2.2 YouTube aufrufen
- 2.3 Im Feld SUCHEN **Shuttle time Badminton deutsch** eingeben
(Shuttle time ist seit 2014 international die offizielle Einführungsvorgabe des BWF (Badminton World Federation) in den Badmintonsport)
 - 2.3.1 **Shuttle Time - BWF Schools Badminton Program** aufrufen

L1V1 bis L22V4 ansehen
L1V1 bis L3V4 wenn möglich dann üben + mitmachen

Viel Spaß