Unfallprävention
BADMINTON

Allgemeines
Trainerinnen und Trainer

- achten darauf, dass Rutsch- und Stolpergefahren so schnell wie möglich minimiert werden (z.B. Entfernen von Shuttles, Federn, Feuchtigkeit wie Schweiß- und Getränketropfen, Staub).

Persönliche Ausrüstung
Trainerinnen und Trainer

- sorgen dafür, dass alle Kinder und Jugendlichen dämpfende, rutschsichere Hallen-Sportschuhe mit seitlichem Halt tragen (keine Joggingschuhe).
- achten darauf, dass alle Kinder und Jugendlichen gut haltende Griffbänder an den Rackets haben.
- achten darauf, dass in besonders gefährdenden Situationen (z.B. Feeding aus kurzer Distanz) immer Schutz- oder sporttaugliche Brillen getragen werden.
- sensibilisieren Brillenträger:innen, Kontaktlinsen oder eine sporttaugliche Brille zu tragen.
- sensibilisieren Spieler:innen beim Wiedereinstieg nach einer Gelenksverletzung einen Gelenkschutz zu tragen (z.B. Sprunggelenksstütze, Tapeverband)

Präventionsmaßnahmen bei der Sportaktivität
Trainerinnen und Trainer

- führen für alle Trainings und Wettkämpfe ein zielgerichtetes Aufwärmen und Auslaufen durch.
- führen regelmäßig Stabilisierungsübungen für die Fuß-, Knie- und Schultergelenke sowie angemessene Kräftigungs- und Dehnprogramme für die Rumpf-, Bein- und Schultermuskulatur durch.
- vermitteln eine korrekte Schlag- und Lauftechnik.
- organisieren Übungen und Spielformen so, dass Kollisionen mit Personen und Treffer von Racket oder Shuttles möglichst vermieden werden (z.B. genügend Abstand, Einhaltung von Feldbegrenzungen, Positionierung von Zuspielenden, Gespräche außerhalb der Gefahrenzone).
- sorgen für eine alters- und niveauangepasste Trainings- und Wettkampfintensität. Das gilt insbesondere beim Wiedereinstieg nach einer Trainingspause (z.B. Verletzungen oder Krankheiten).

Kindersport
Trainerinnen und Trainer

- setzen angepasstes Kinderbadmintonmaterial (z.B. verkürzte Rackets) und angepasste Spielregeln (Feldgröße, Netzhöhe) ein.