Racketlon: Vier Sportarten, vier Sätze, viel Spaß

Wer Abwechslung liebt oder sich nicht zwischen Squash, Tischtennis, Badminton und Tennis entscheiden kann, der liegt mit der neuen Trendsportart Racketlon genau richtig. Bei diesem Vierkampf der ungewöhnlichen Art werden die vier genannten Racket-Sportarten – Racket ist Englisch und steht für Schläger – in einem Spiel kombiniert.

Erster Satz mit dem kleinsten Schläger

Die Regeln beim Racketlon sind denkbar logisch: Pro Sportart wird ein Satz gespielt – Einzel oder Doppel -, dabei starten die Spieler mit dem kleinsten Schläger. Zuerst ist ein Satz Tischtennis an der Reihe, anschließend kommt Badminton an die Reihe. Danach greifen die Spieler **zum Squash Schläger** und zuletzt zum Tennisschläger. Die Reihenfolge der einzelnen Sportarten kann geändert werden, je nachdem, ob in der jeweiligen Sportanlage genügend Plätze für die einzelnen Sätze zur Verfügung stehen. Gespielt wird nach den jeweiligen Regeln jeder Disziplin. Jeder Satz wird bis 21 Punkte ausgespielt, dabei zählen alle Punkte, nicht nur der Aufschläger kann punkten. Steht es in einem Satz 20:20, wird das Spiel so lange verlängert, bis ein Spieler oder ein Doppel-Team mit zwei Punkten Abstand führt. Sieger des Spiels ist, wer die meisten Punkte aus den einzelnen Sätzen gesammelt hat.

Junge Sportart findet weltweit Anhänger

Racketlon ist eine relativ junge Sportart: Erst in den 90er Jahren kamen in Skandinavien die ersten Racketlon-Turniere auf. In Österreich spielte man die Sportart unter dem Namen „Schläger-Vierkampf“. Eher unfreiwillig hat Fred Perry (der heute für Sportbekleidung bekannt ist) bereits 1930 einen ersten Versuch im Racketlon unternommen. In diesem Jahr gewann der Tennisspieler Wimbledon und wurde im selben Jahr Tischtenniseltmeister. Heute wird Racketlon international gespielt. Neben den Verbänden in den einzelnen Ländern gibt es die Fédération Internationale de Racketlon, die die jährliche Worldtour mit Turnieren in verschiedenen Ländern ausrichtet.

Racketlon spricht alle an

Sowohl Amateure als auch Profis spielen Racketlon. Ob nach Feierabend als Ausgleich zum langen Arbeitstag oder sportlich-ambitioniert zur Turniervorbereitung: Der **Racketlon-Sport** spricht eine Vielzahl von Zielgruppen an. Die Spieler haben in den meisten Fällen bereits Erfahrung in einer der vier Sportarten. Viele reizt die Herausforderung, zu Tennis oder Badminton andere Rückschlagsportarten zu kombinieren. Racketlon trainiert neben der Kondition vor allem die Koordination – der Wechsel zwischen den Schläger- und Ballgrößen schult die Konzentration und lässt keine Langeweile im Training aufkommen.