

Tennis – Ich greife an/R8: Der Smasher

Ich kann einen Smash spielen.

Erwerben

- Spieler B oder der Leiter spielt oder wirft einen Ball hoch über das Netz. Spieler A fängt den Ball mit der linken Hand (Rechtshänder) im Zurücklaufen (Kreuzschritt/Sidesteps) und nimmt danach wieder die Ausgangsposition am Netz ein.
- Dito, mit dem Schläger.
- Dito, den Ball als Smash zurückspielen.

Anwenden

- Dito, den Smash abwechselnd aus verschiedenen Positionen heraus spielen.
- Dito, den Smash mit Volley kombinieren.

Gestalten

- Spieler B oder der Leiter variiert sein Zuspiel in der Höhe, so dass sich der Netzspieler entscheiden muss, ob der den Ball als Volley oder Smash zurückspielt.
- Spiel um Punkte: Spieler B oder der Leiter variiert sein Zuspiel in der Höhe, so dass der Netzspieler entscheiden muss, ob er das Spiel mit einem Volley oder Smash eröffnet, anschliessend ist der Punkt frei.



Übungen für andere Spielniveaus

R9	R8	R7
<u>...ich kann langsame Bälle als Aufbau-Volley oder Abschluss-Volley platzieren.</u>	<u>...ich kann schnelle Bälle mit einem Aufbau-Volley zurückspielen.</u>	<u>...ich kann mich angepasst positionieren und den Abschluss-Volley wirkungsvoll spielen.</u>
<u>...ich kann hoch zugespielte Bälle kontrolliert zurückspielen.</u>	...ich kann einen Smash spielen.	

Quelle: Martin Golser, Dominik Schmid, Matthias Rudin



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO