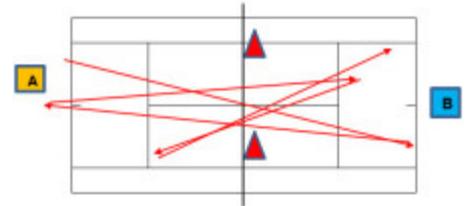


Tennis – Wir spielen beide hinten/R7: Länge und Breite garantiert

Ich kann mit genügend Zeit in der Länge und Breite platzieren.

Erwerben (Breite)

- Spieler B oder der Leiter spielt mit Spieler A Cross-Ballwechsel.
- Spieler B oder der Leiter spielt mit Spieler A Longline-Ballwechsel.
- Variation: Zielfelder definieren für mehr Winkel.



Erwerben (Länge)

- Aufzeigen der Flugbahn eines Stoppballs.
- Spieler B oder der Leiter spielt den Ball im Aufschlagfeld. Spieler A stoppt den Ball mit einem Kontrollschlag und spielt den Ball wieder zurück.
- Dito, ca. 2 Meter weit spielen.
- Dito, auf Netzkante spielen.
- Spieler B oder der Leiter spielt von der Grundlinie. Spieler A spielt die Bälle so, dass sie möglichst 3 Mal im Aufschlagfeld aufprallen.

Anwenden (Breite)

- Spieler B oder der Leiter spielt aus der Vorhand-Seite im Wechsel longline und cross. Spieler A spielt immer zum Spielpartner zurück.
- Dito, Wechsel der Aufgaben.
- Hosenträger: Spieler B oder der Leiter spielt nur cross, Spieler A spielt nur longline.
- Variation: Spieler B oder der Leiter spielt im Wechsel cross und longline, Spieler A spielt nur cross.

Anwenden (Länge)

- Spieler B oder der Leiter variieren in der Länge und Breite. Spieler A spielt den Stoppball situationsangepasst.
- Dito, Spieler A kann angreifen, wenn er die Wirkung des Stoppballes gut antizipiert.

Gestalten (Breite)

- Spieler B oder der Leiter spielt mit Spieler A um Punkte. Der Ball muss immer durch ein Tor gespielt werden (siehe Skizze).

Gestalten (Länge)

- Spieler B oder der Leiter spielt einen langen Ball zu Spieler A, welcher entscheidet den Ball mit Slice lang oder einen Stoppball zu spielen.
- Spieler B oder der Leiter spielt mit Spieler A um Punkte. Ein Stoppballpunkt zählt 3 Punkte.

Bemerkungen:

- Die Spieler müssen immer den Platz richtig abdecken (Winkelhalbierende).
- Immer Vor- und Rückhandseite spielen.

Material: Zielfeldmarkierungen

Übungen für andere Spielniveaus

R8	R7	R5-R6
<u>...ich kann meine Spielsituation (Position) wahrnehmen.</u>	<u>...ich kann meine Spielsituation (Ampel) wahrnehmen.</u>	<u>...ich kann die Wirkung des eigenen Balles wahrnehmen.</u>
<u>...ich kann mit genügend Zeit den Ball lang platzieren.</u>	...ich kann mit genügend Zeit in der Länge und Breite platzieren.	<u>...ich kann mit genügend Zeit den Gegner mit einem Richtungswechsel unter Druck setzen.</u>

Quelle: Jürg Bühler, Martin Golser, Matthias Rudin



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO