

Tennistavolo: Topspin

Esercizio per migliorare la tecnica dei tiri topspin.



A effettua un servizio con un tiro di rovescio ad effetto. B risponde colpendo diagonalmente la palla con un tiro topspin. Quanti punti riesce a totalizzare A con venti servizi a disposizione?

Varianti

- A esegue il topspin il più velocemente possibile.
- A esegue il topspin imprimendo alla pallina una traiettoria molto alta e una forte rotazione.
- A sceglie ed esegue uno schema tattico prestabilito.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO