Tennis de table – Coups de base: Pousse la balle

Dans cet exercice, les joueurs améliorent la précision en frappant différents revers. Qui réussit le plus de touches de balles sans erreur?

Les joueurs coupent la balle vers le bas en revers, dans la diagonale (côté revers adverse). Pour cela, ils se tiennent parallèlement à la ligne de fond, la raquette légèrement ouverte et ils tendent le bras en direction du filet pour frapper la balle. Qui réussit le plus de touches de balles sans erreur?

Variantes

- Une corde sépare chaque demi-table sur la longueur. Différents points sont attribués selon les zones atteintes.
- Qui arrive à couper la balle (mouvement du poignet) de manière à ce qu'elle revienne dans le filet de l'adversaire?
- Deux joueurs par côté. Après chaque poussette, le joueur contourne un piquet placé derrière la table pendant que son coéquipier joue la balle.
- Après un nombre imposé de poussettes, les joueurs peuvent poursuivre l'échange librement pour tenter de marquer le point.

Matériel: Event. corde

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO