

Tennis – Ich greife an/R9: Der Kontrolleur

Ich kann ihn kontrolliert (Vorwärtsrotation) zurückspielen.

Erwerben

- Spieler B oder der Leiter spielt mit Spieler A im Servicefeld Ballwechsel. Der Ball soll möglichst schwungvoll mit Vorwärtsrotation geschlagen werden und im Aufschlagfeld aufprallen.
- Spieler B oder der Leiter spielt mit Spieler A im Aufschlagfeld Ballwechsel. Spieler A beobachtet die Rotation des ankommenden Balles und sagt die Rotationsrichtung an.
- Spieler B oder der Leiter spielt mit Spieler A im Aufschlagfeld Ballwechsel. Spieler A beobachtet die Rotation seines Balles und sagt die Rotationsrichtung an.
- Dito, Spieler A soll den Ball immer mit Vorwärtsrotation spielen und dies selbst kontrollieren.
- Dito, Distanz zum Netz vergrössern.



Anwenden

- Der Trainer spielt aus dem Korb einen Ball auf die Vorhand-Seite von A, dann einen Ball auf die Rückhand-Seite, dann einen kurzen Ball auf die Vorhand-Seite, dieser spielt den Ball mit Vorwärtsdrall zurück und nimmt die Netzposition ein.
- Dito, Wechsel der Seite.
- Dito, unterschiedliche Zuspiele.

Gestalten

- Der Leiter variiert die Länge und Richtung. Spieler A sagt seine Spielsituation (rot, gelb oder grün) an. Wenn er sich in einer gelben Situation wahrnimmt, greift er an und spielt den Angriffsball mit Vorwärtsrotation.
- Spiel um Punkte. Wenn der Angriffsball mit Vorwärtsrotation gespielt wird, erhält der Angreifer einen Bonuspunkt.
- Spiel um Punkte. Wenn der Punkt aus der Netzposition gewonnen wird, zählt er doppelt.

Bemerkung: Der Spieler soll die Spielsituation des Trainers oder Partners ansagen.

Material: Markierkegel

Übungen für andere Spielniveaus

Einsteiger 2	R9	R8
<u>...ich kann den kurzen Ball beim Aufprall wahrnehmen.</u>	<u>...ich kann die Flugbahn des ankommenden kurzen Balles wahrnehmen.</u>	<u>...ich kann die Spielsituation des Gegners (Schlagbewegung) wahrnehmen.</u>
<u>...ich kann nach kurzen Bällen die Netzposition einnehmen.</u>	...ich kann ihn kontrolliert (Vorwärtsrotation) zurückspielen.	<u>...ich kann auf einen kurzen Ball des Gegners angreifen und ihm mit einem langen Ball Zeit wegnehmen.</u>

Quelle: Martin Golser, Matthias Rudin



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO