

Tennis – Grundlinienspiel: Variantenreichtum

Diese Übung ist für erfahrene Spieler gedacht. Es geht darum, den Rhythmus des Gegenspielers durch Variation des Spielflusses zu brechen.

Ein Punktespiel Eins gegen Eins. Die Gegnerin durch schnelles oder langsames Spiel, mit viel oder wenig Rotation, mit grossem und kleinem Winkel oder mit kurzen, langen, hohen oder flachen Bällen aus dem Rhythmus bringen.



Variation

Nur eine Spielerin bekommt diese Aufgabe. Die andere spielt «normal» zurück.

Quelle: mobilepraxis 03/2005, Simone Bachmann, Marcel K. Meier, Ralph Hunziker



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO