Tennis – Wir spielen beide hinten/R3-R4: Der Halbvolleyer

Ich kann mit genügend Zeit den Gegner mit Variation unter Druck setzen.

Erwerben

- Spieler B oder der Leiter spielt den Ball im Kleinfeld zu Spieler A, welcher den Ball als Halbvolley zurückspielt.
- Dito Grossfeld.
- Spieler B oder der Leiter spielt mit Spieler A Ballwechsel von der Grundlinie. Spieler A sagt in seinem Treffmoment «Hop», und wenn der Ball vor ihm aufspringt «Hip». Spieler A trifft den Ball im Aufstieg und sagt den Rhythmus mit Hip“ und „Hop“ an.

Anwenden

- Spieler B oder der Leiter variiert den Rhythmus (Hip und Hop), Spieler A spielt im gleichen Rhythmus zurück.
- Dito, Spieler A spielt in einem schnellen (Drive) Rhythmus zurück.
- Bewusst verschiedene Treffpunkte spielen (im Steigen – im höchsten Punkt – im Fallen).

Gestalten

- Spiel um Punkte. Beide Spieler dürfen nur auf oder vor der Grundlinie stehen, sonst verlieren sie den Punkt.

Material: Zielfeldmarkierungen

Übungen für andere Spielniveau

R5-R6	R3-R4
...ich kann die Wirkung des eigenen Balles wahrnehmen.	...ich kann mit genügend Zeit den Gegner mit Variation unter Druck setzen.
...ich kann mit genügend Zeit den Gegner mit einem Richtungswechsel unter Druck setzen.	

Quelle: Martin Golser, Matthias Rudin

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO