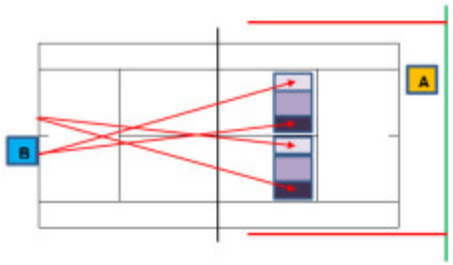
Tennis – Ich schlage auf/R3-R4: Variantenreichtum

Ich kann den 2. Service mit Rotation links und rechts platzieren.

Erwerben



- Spieler B schlägt 2. Services in die dunkle Zone mit Vorwärtsrotation (Kick).
- Ein Seil ist über das Netz gespannt (ca. ein Meter über dem Netz). Spieler B muss den 2. Service mit Vorwärtsrotation (Kick) über das Seil in die verschiedenen Zielzonen (dunkel, mittel, hell) spielen.
- Spieler B schlägt 2. Services mit Slice in die verschiedenen Zielzonen (dunkel, mittel, hell).

Anwenden

- Spieler B schlägt 2. Services mit Drall in verschiedene Zonen.
- Spieler B (oder der Leiter) sagt die Zielzone (hell, mittel, dunkel) und den Drall (Kick oder Slice) vor dem Service an. Es darf nicht mehr als 2 Mal hintereinander in dieselbe Zone und mit demselben Drall serviert werden.
- Spieler B serviert bewusst mit viel/wenig Drall.

Gestalten

- Spieler B hat nur einen Service. Falls Spieler A beim Return gezwungen ist, den Return hinter einer Linie (rot oder grün) zu spielen, erhält Spieler B einen Zusatzpunkt.
- Spieler B teilt dem Leiter seine Absicht mit (Zielfeld, Drallform) und spielt anschliessend um mögliche Zusatzpunkte (es darf nicht mehr als 2 Mal hintereinander mit demselben Drall serviert werden).

Bemerkungen:

- Alle oben beschriebene Übungen sind für einen Rechtshänder beschrieben.
- Die Zonen sollen angepasst werden, so dass diese den Drall-Service fördern, aber gleichzeitig erreichbar sind.
- Dieses Thema sollte gleichzeitig mit dem Return geübt werden.

Material: Zielfeldmarkierung (Seile, Hütchen)

Übungen für andere Spielniveaus

R5-R6	R3-R4
...ich kann den 1. Service mit Rotation rechts und links platzieren.	...ich kann den 1. Service schnell spielen (auch direkte Punkte).
...ich kann den 2. Service rechts und links platzieren.	...ich kann den 2. Service mit Rotation rechts oder links platzieren.

Quelle: Alexis Bernhard-Castelnuovo, Matthias Rudin

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO