

Tennis – Return: Mit kühlem Kopf zurück

Bei dieser Übung lernen die fortgeschrittenen Spieler schwierige Aufschläge besser zu retournieren. Sie verbessern dabei vor allem auch ihre Antizipation.

Zwei Könner spielen gegeneinander ein Tie-Break. Pro Ballwechsel werden aber immer nur zwei Schläge gespielt, ein Aufschlag und ein Return. Der Aufschläger muss möglichst variiert servieren. Kann der Returnspieler den Ball zurückspielen, gewinnt er den Punkt. Serviert der Aufschläger ein Ass oder einen Service-Winner, punktet er. Rollentausch nach dem Tie-Break.



Variation

Alle Returns müssen zwischen der Service- und der Grundlinie landen.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO