Tennis – Doppel: Wundertüte

Bei dieser Übung ist es das Ziel, die Position bewusst und häufig zu wechseln. Die Spieler versuchen dabei den Spielrhythmus der Gegner zu unterbrechen.

Es wird um Punkte gespielt. Die Teams wechseln bewusst oft ihre Aufstellungen. So wird versucht, das gegnerische Team aus dem Spielrhythmus zu bringen.

Variationen

- Man hat immer nur einen Aufschlag zur Verfügung.
- Wenn die Gegner den Ball nicht berühren können, zählt der Punkt doppelt.
- Pro Game hat jedes Paar die Möglichkeit einen «Doppelpunkt » anzusagen. Das bedeutet, dass dieser Punkt dann doppelt zählt.

Mögliche Positionen vor und während des Ballwechsels

– Klassische/normale Aufstellung (einer vorne und einer hinten).
– Zwei sind im Raum der Grundlinie, zwei am Netz.
– Alle vier sind am Netz oder hinten.
– Australische Aufstellung (beide hintereinander; nach dem Service verschiebt sich der Netzspieler auf eine zuvor vereinbarte Seite).
– Lineare Aufstellung (zwei vis-à-vis am Netz, die anderen beiden vis-à-vis im Raum der Grundlinie).

Quelle: mobilepraxis 55/2009, Simone Bachmann, Marcel Meier

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO