

# Tennis – Doppel: Wenn – dann

**Tennis ist vor allem eine physische Sportart, aber auch die mentalen Kompetenzen spielen eine wichtige Rolle. Aus diesem Grund lernen die Spieler bei dieser Übung verschiedene Situationen zu studieren und die beste Lösung zu finden.**

Es werden immer nur drei Schläge gespielt. Aufschlag, Return und noch ein Schlag. Mit den Spielern müssen die verschiedenen Möglichkeiten besprochen werden, denn es ist zu berücksichtigen, dass es nie nur eine Lösung gibt. Die entsprechenden Lösungen einer Schlagkombination sollen aber immer taktisch sinnvoll sein.



Beispiel: Wenn der Service schnell ist, dann...

- Einen geblockten Return cross in die Füße des Gegners spielen.
- Einen defensiven Lob longline über die Rückhandseite des gegnerischen Netzspielers spielen.
- Einen defensiven hohen langen Lob in die Mitte des gegnerischen Platzes spielen.

## Variationen

Weitere Beispiele, für die es mit den Spielern verschiedene Lösungen zu erarbeiten gibt:

- Wenn der Service nach aussen gespielt wird, dann...
- Wenn ein Linkshänder serviert, dann...
- Wenn der Return in die Füße gespielt wird, dann...
- Wenn der Return durch die Mitte gespielt wird, dann...
- Wenn der Aufschläger hinten bleibt, dann...
- Wenn beide des retournierenden Teams hinten bleiben, dann...

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**