

# Tennis – Doppel: Sprint

Mithilfe dieser Übung trainieren die Spieler nicht nur den Volley, sie verbessern auch generell das Spiel im Doppel.

Zwei Spieler sind im Raum der Grundlinie, zwei Spieler stehen am Netz. Der Leiter gibt immer einen neuen Ball ins Spiel. Sobald die Netzspieler einen Stopp- Volley gespielt haben ist der Punkt offen und wird fertig gespielt.



## Variation

Es wird nach den «Tie-Break» Regeln um Punkte gespielt.

---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**