

Tennis – Doppel: Überflieger

Bei dieser Übung wird in erster Linie der Volley trainiert. Durch einen Lob wird ein Spiel lanciert und der Punkt für das Doppel wird eröffnet.

Alle vier Spieler stehen am Netz und spielen miteinander Volleys. Der Punkt wird eröffnet, wenn ein Spieler ein Lob über das gegnerische Team spielt.



Variationen

- Nur im Einzelfeld.
- Direkter Punktgewinn durch einen Lob zählt 3-fach.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO