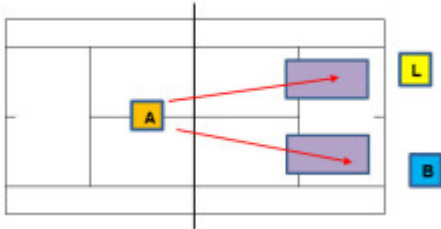


Tennis – Ich greife an/R5-R6: Der Smash-Treffer

Ich kann den Smash platziert spielen.



Erwerben

- Spieler B oder der Leiter spielt einen Lob zum Netzspieler A, welcher den Smash platziert:
 - a) cross-cross
 - b) longline-longline
 - c) longline-cross
 - d) cross-longline
 - e) in Zielfelder
- Nach jedem Smash das Netz berühren

Anwenden

- Dito «Erwerben», Spieler B oder der Leiter wechselt ständig seine Position.
- Spieler B und der Leiter werden vom Netzspieler A immer im Wechsel angespielt. (siehe Skizze).
- Vor und hinter die Servicelinie smashen.

Gestalten

- Immer: Volley – Smash, dann ist der Punkt frei.
- Spieler B oder der Leiter spielt einen Lob zum Netzspieler A, welcher den Smash in ein Zielfeld platzieren muss (2 Versuche), danach wird der Punkt ausgespielt.

Material: Zielfeldmarkierungen

Übungen für andere Spielniveaus

R7

R5-R6

R3-R4

...ich kann mich angepasst positionieren und den

...ich kann den Aufbau-Volley lang platzieren.

...ich kann den Aufbau-Volley lang auf die schwache Seite

Abschluss-Volley wirkungsvoll spielen.

des Gegners platzieren.

...ich kann Stoppvolleys spielen.

...ich kann den Abschluss-Volley mit extremen Winkeln spielen.

...ich kann den Smash platziert spielen.

Quelle: Martin Golser, Matthias Rudin



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO