

Topspin-drive



Au début du mouvement, le tronc est arqué en arrière et les épaules sont ouvertes. S'ensuivent une légère rotation du tronc induite par la contraction des muscles obliques du tronc et un déplacement vers l'avant de l'épaule, puis du coup de la main de frappe. La main est alors projetée le plus rapidement vers le ballon; l'impact avec celui-ci se situe au-dessus de l'épaule. Attention à ne pas pousser le ballon de bas en haut (mouvement de lancer du poids).

Topspin-drive



Le point d'impact du ballon pour le topspin se situe dans la moitié inférieure du ballon, l'élève frappe donc le ballon par-dessous. La main enroule ensuite le ballon, avec un mouvement du poignet destiné à le rabattre en lui imprimant une rotation vers l'avant.