

VORBEREITUNG TOP SPIN



SPIELSITUATION: TECHNISCHE FERTIGKEITEN

LERNZIEL



- Grundverständnis der Topspin-Bewegung
- Aufwärtsbewegung des Schlägers erfahren
- Vorbereitung auf den Topspin aus der Bewegung

MATERIAL



- Tennisball
- Tennisschläger
- Topspin Hilfsmittel
- Softbälle
- Hütchen / Reifen

VIDEO



ÜBUNGSBESCHREIBUNG

Beschreibung & Hinweise:

- Topspin Bewegung wird an Geräten geübt
- Trainer:in wirft zwei Bälle an
- Kind hebt den Schläger auf und führt Topspin-Schlag auf den ruhenden Ball am Hütchen aus
- Fokus: Aufwärtsbewegung und flüssiger Schwung
- Topspin-Bewegung ohne Ball (z. B. Reifen rollen)

Variation:

- Vorhand / Rückhand
- Schwache Hand
- Mit unterschiedlichen Topspin-Hilfsmitteln