

TISCHTENNIS 6ER



SPIELSITUATION: TECHNISCHE FERTIGKEITEN

LERNZIEL



- Reaktionsfähigkeit und Antizipation
- Orientierung im Teamspiel
- Konstantes, kontrolliertes Grundlinienspiel
- Tennisspezifische Beinarbeit

MATERIAL



- Schläger
- Bälle

VIDEO



ÜBUNGSBESCHREIBUNG

Beschreibung & Hinweise:

- Zwei Teams spielen gegeneinander (je 3 Spieler pro Seite)
- Gespielt wird über das Netz
- Nach jedem Schlag läuft der Spieler außen herum und stellt sich hinten an
- Ballwechsel soll im Spiel gehalten werden
- Saubere Grundschräge mit kontrolliertem Tempo

Variation:

- Nur Vorhand / Nur Rückhand
- Ball muss diagonal gespielt werden
- Zielzonen vorgeben
- Wettkampfform (welches Team schafft mehr Ballwechsel?)