

BALL ÜBER DIE SCHNUR - PARTNER



SPIELSTUATION: TECHNISCHE FERTIGKEITEN

LERNZIEL



- Entwicklung einer höheren Flugkurve
- Gefühl für Netzabstand
- Förderung von Topspin

MATERIAL



- Schläger
- Bälle

VIDEO



ÜBUNGSBESCHREIBUNG

Beschreibung & Hinweise:

- Partnerweise den Ball über die Netzerhöhung im Spiel halten
- Fokus auf eine deutliche Flugkurve über dem Netz
- Treffpunkt vor dem KörperAktive
- Beinarbeit zur Positionierung

Variation:

- Vorhand/Rückhand
- Verschiedene Arten des Zuspiels (hoch, flach, seitlich)