

DOPPEL OHNE AUFSCHLAG – FREIES SPIELEN



SPIELSITUATION: NETZANGRIFF

LERNZIEL



- Grundverständnis für Doppelspiel
- Kommunikation im Team
- Positionierung (Grundlinie vs. Netz)
- Kontrolle im Ballwechsel

MATERIAL



- Schläger
- Bälle

ÜBUNGSBESCHREIBUNG

Beschreibung & Hinweise:

- 2 gegen 2 im Einzelfeld
- Kein Aufschlag → Ball wird eingespielt (Trainer)
- Ballwechsel wird frei ausgespielt
- Fokus auf Zusammenspiel im Team
- Aktive Bewegung und Positionierung nach jedem Schlag

Variation:

- Ein Team startet am Netz
- Wechsel nach Punktgewinn (Netzposition rotieren)
- Spielfeld anpassen (kleiner / größer)

VIDEO

