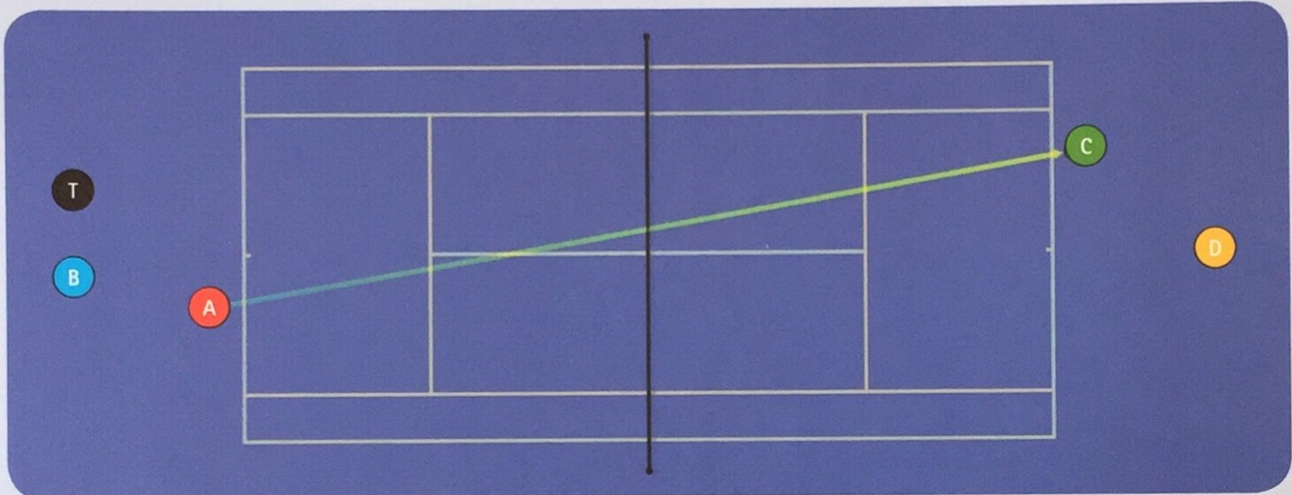




Kollegen-Tipps von André Jethon



Das Aufschlagteam

Kategorie der Übung:
Aufschlag & Return

Übungsbeschreibung:

– Das Aufschlagteam besteht aus Spieler A und B. Das Returnteam

setzt sich aus Spieler C und D zusammen.

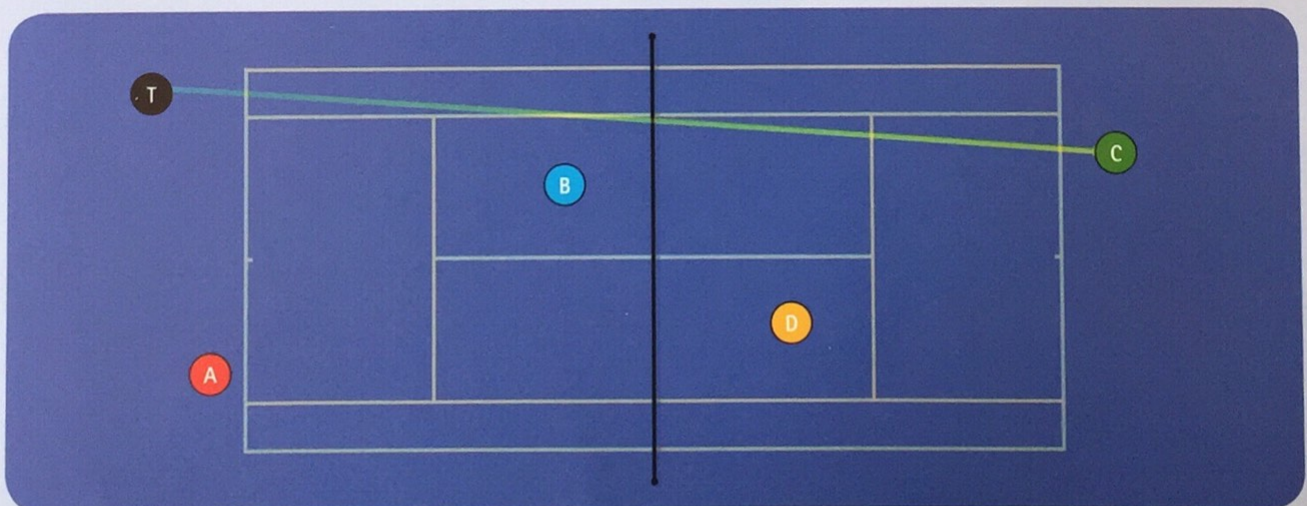
– Der Spieler A spielt 2 Punkte gegen Spieler C. Danach ist die andere Paarung an der Reihe.

– Verschlägt der Spieler seinen 1. Aufschlag, dann kommt sein Partner ins Spiel. Er serviert nun den

2. Aufschlag und spielt den Punkt zu Ende.

– EskannalsAufschlägerpassieren, dass er nur wenige Punkte spielt, wenn der 1. Aufschlag selten ins Feld kommt.

– Es wird bis 11 Punkte gespielt. Danach müssen die Spieler C und D aufschlagen.



Angriffsvariationen im Doppel

Kategorie der Übung:
Doppel

Übungsbeschreibung:

– Die Spieler A und B, sowie C und D bilden ein Team.

– Der Trainer gibt den Ball zu Spieler C ein. Dieser greift entweder mit einem Lob (longline) oder mit einer Vorhand (cross) an.

– Der Punkt wird ausgespielt. Nach 3 Punkten wird die Position innerhalb des Teams gewechselt.

– Es wird bis 15 Punkte gespielt.