



6 Tipps zur Wahrnehmung und zur Taktik:

1. Beobachte schon beim Einschlagen sehr genau deinen Gegner.

Oft kann man dabei erkennen, dass er eine Seite bevorzugt, zum Beispiel die Rückhand umläuft. Dies zeigt, dass die Rückhand wahrscheinlich ein Schlag ist, mit dem er den Ball nur im Spiel hält. In schwierigen Situationen kann man sich so mit einem Schlag auf die schwächere Seite etwas Luft verschaffen.

2. Schau dir öfter Matches im Fernsehen an!

Man kann das Auge und die Beobachtung sehr gut schulen, wenn man sich öfter Matches im Fernsehen / Video anschaut und dabei versucht, schon kurz vor dem Treffpunkt zu erkennen, wohin der Spieler den Ball schlägt. Um nicht durcheinander zu kommen sollte man sich auf einen Spieler konzentrieren und dessen Bewegungen studieren. Nach einiger Zeit wird dies immer besser gelingen, und das könnt ihr dann auch in euren Matches anwenden.

3. Trainingsbeobachtung

Wenn ihr mit euren Freunden spielt und zu mehreren in einer Gruppe trainiert, stellt euch einmal hinter einen Spieler an den Zaun und beobachtet den Spieler auf der anderen Seite des Netzes und versucht dabei, die Richtung seines Schlages zu erkennen. Sprecht mit eurem Trainer darüber, auf was ihr besonders achten sollt.

4. Wie verhält man sich taktisch klug?

Beim Spielen eines Matches muss man die richtige taktische Reihenfolge für sein eigenes Verhalten einhalten.

1. Eigene Fehler vermeiden!
2. Den Gegner daran hindern, Punkte zu machen.
3. Den Gegner zu Fehlern zwingen.
4. Eigene Punkte machen.

Wenn ihr euer eigenes Spiel mal analysiert, werdet ihr feststellen, dass ihr sehr häufig in schwierigen Situationen zuviel riskiert und dadurch viele Fehler macht. So schenkt man dem Gegner "leichte" Punkte.

5. Wo reagiert man bei schnellen Aufschlägen ?

Wenn ihr gegen einen Gegner spielt, der über einen sehr schnellen Aufschlag verfügt und ihr Probleme habt, diesen Aufschlag zurückzuspielen, solltet ihr am Anfang des Matches beim Return etwas weiter nach hinten gehen und von dort aus schlagen. Wenn ihr euch an die Geschwindigkeit gewöhnt habt, könnt ihr wieder näher an die Grundlinie herangehen und offensiver returnieren.

6. Der eigene Aufschlag.

Am Anfang eines Matches sollte man nicht sofort seine schnellsten Kanonenaufschläge "auspacken". Oft ist es so, dass ihr noch nicht ganz locker und konzentriert seid. Dann werdet ihr bei den ersten Aufschlägen sehr viel Fehler machen. Dies gibt dem Gegner die Gelegenheit zu einem frühen Break und ihr verliert vielleicht euer Selbstvertrauen. Versucht mit verringertem Tempo möglichst viele erste Aufschläge ins Feld zu spielen und der Gegner wird davor Respekt bekommen.