

Tipp: Entscheidung zwischen RH und VH als Rückschläger

Nach dem Beitrag zum Entscheidungsverhalten im Passivspiel in offenen Übungen finden Sie heute im Fortgeschrittenentipp von Martin Adomeit Übungen zum Passivspiel in der Rückschlagsituation. Dies ist sicherlich das häufigste Szenario, da die meisten Rückschläge lang gespielt werden und nun der Gegner die erste Chance auf den Topspin hat. Dabei ist die Situation ungleich schwerer, da sie unberechenbarer ist.

präsentiert vom Verband Deutscher Tischtennistainer (VDTT)



Der Spieler muss sich zunächst aus seiner Rückschlagposition über dem Tisch in die richtige Tischentfernung und die Ballerwartungsposition begeben. Oft stehen die Spieler noch sehr nah am Tisch. Dazu kommt, dass die Rotation des Topspins sehr viel schwerer einzuschätzen ist. Dies kann man mit einem Flip als Rückschlag etwas neutralisieren, dadurch aber wird das Tempo des Ballwechsels höher und die Position zum Block muss unter Umständen etwas weiter vom Tisch weg sein. So gilt es auch bei der Wahl des Rückschlages, die eigenen Fähigkeiten in der Passivsituation einzuschätzen.

1. Übung: Topspin von VH auf den Ellbogen

Spieler B: KA in Mitte (LA in Mitte – frei)

Spieler A: Sch/F in VH

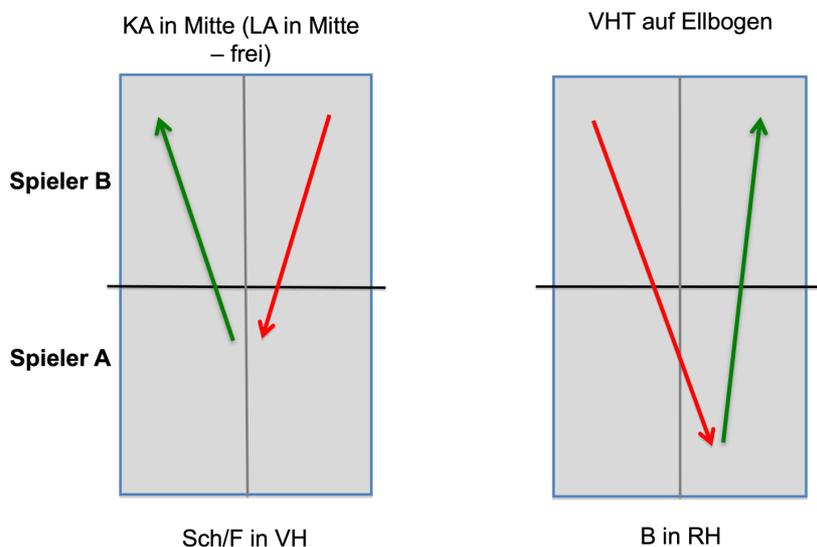
VHT auf Ellbogen

B in RH

frei

Die Situation ist in dieser Übung für den Rückschläger recht schwierig. Denn der Block vom Ellbogen in RH ist sicherlich nur durchzuführen, wenn der Spieler sich richtig entscheidet und eine gute Position zum Ball hat. Wenn er dies gut beherrscht, kann er recht gut die aktive Rolle übernehmen, denn die meisten Spieler werden beim Wechsel von der VH- zur RH-Ecke recht passiv.

Übung 1:



2. Übung: Topspin von RH in 2/3 RH

Spieler B: KA in VH (LA in RH – frei)

Spieler A: LR in RH

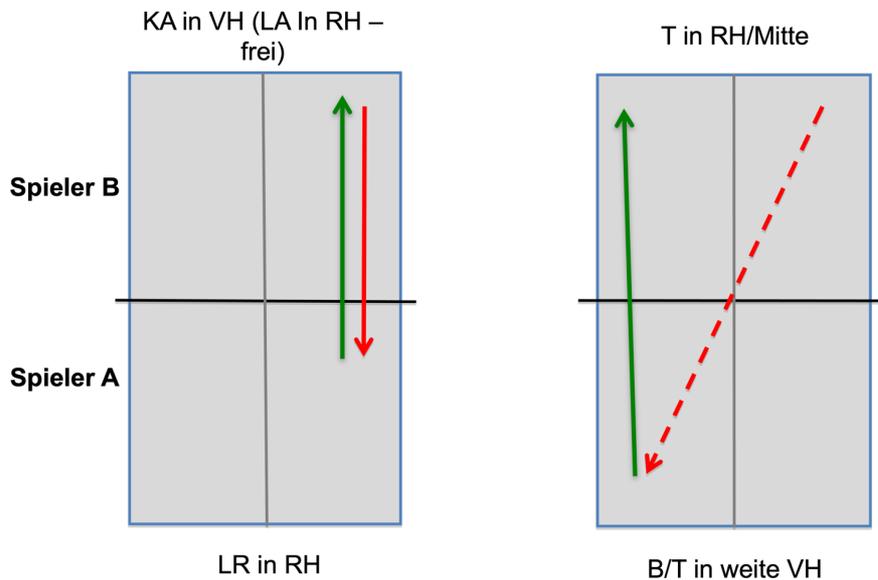
T in RH/Mitte

B/T in weite VH

frei

Auch dies ist eine Situation, die im Wettkampf häufig vorkommt. Findet man hier als Rückschläger eine gute Position zum Block oder Gegentopspin, ist der Ball in tiefe VH sehr effektiv. Gelingt dem Rückschläger dies nicht, kommt der RH-Block weich (RH zu weit von Mitte) oder ist unsicher (Block mit RH neben dem Körper). Wenn Spieler B den Topspin zu weit in die Rückhand spielt, bekommt Spieler A die Platzierung weit in VH nicht mehr hin.

Übung 2:



3. Übung: Block von den Ecken

Spieler B: KA überall (LA in VH – frei)

Spieler A: LR in Mitte

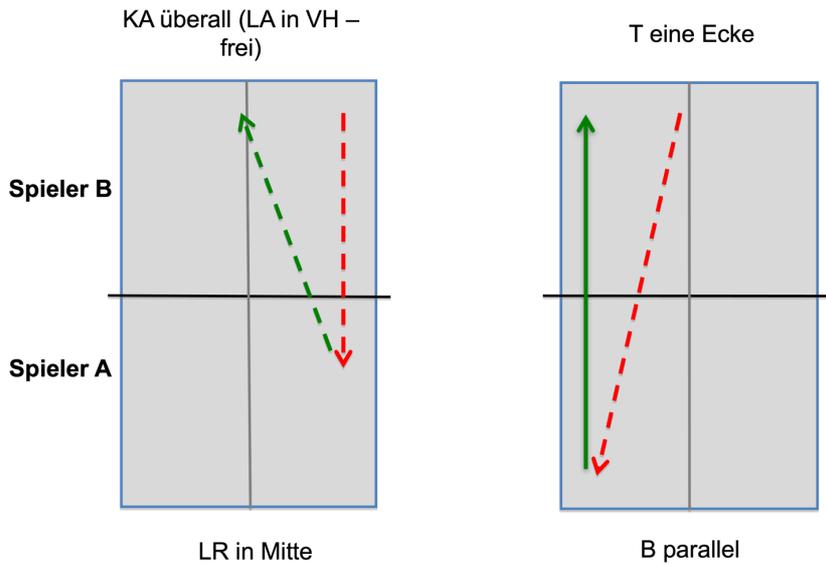
T eine Ecke

B pa.

frei

Jetzt geht es darum, sich vom Tisch zurück und dann noch genau zu den Ecken zu bewegen. Ein herausgestreckter Schläger wird kaum zu einem guten parallelen Ball führen.

Übung 3:



4. Übung: gezielter Block von überall

Spieler B: KA überall

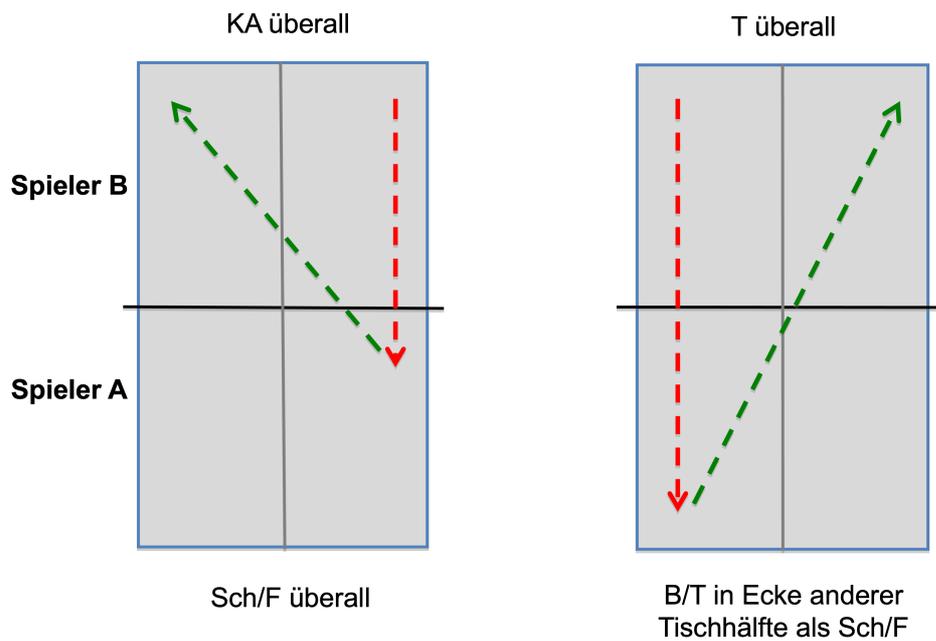
Spieler A: Sch/F überall

Sch/F T überall

B/T in Ecke anderer Tischhälfte als

frei

Übung 4:



Jetzt soll der Spieler, obwohl er nicht weiß, wo er angespielt wird, den Ball in eine vorgegebene Ecke blocken. Dies wird sicherlich nicht ständig gelingen, aber hoffentlich kommt man dem während der Übung näher. Gemeint ist es so: Ist der Rückschlag irgendwo in der VH-Hälfte, kommt der B in die RH-Ecke. War der Rückschlag in der RH-Hälfte, dann in die VH-Ecke.



Der Autor

Martin Adomeit war Nationaltrainer in vier verschiedenen Nationen (Deutschland, Luxemburg, Belgien und Nigeria) und gewann mit allen Nationen Medaillen bei Welt-, Europameisterschaften oder African Games. 1998 wurde er in Deutschland Trainer des Jahres. Jetzt arbeitet der 58-jährige Lippstädter als freiberuflicher Trainer. Er führt unter anderem Lehrgänge für Vereine, Bezirke oder Verbände durch, gibt Einzeltraining und betreibt einen TT-Shop. International betreute er beispielsweise Quadri Aruna beim World Cup in Düsseldorf. 2015 führte er Nigerias Männerteam zum Mannschaftstitel bei den All African Games und ist damit der erste Trainer, der auf verschiedenen Kontinenten Titel in kontinentalen Mannschaftswettbewerben gewonnen hat. Der jüngste Erfolg des Coaches war die Deutsche Meisterschaft mit den Schülern des TuS Sundern 2017.

*Zu erreichen ist Martin per Telefon unter 02941-273385 oder per mail unter lippstadt@tt-store.de. Die Adresse der Webseite ist www.lippstadt.tt-store.de. **ados TT-Schule, ttcenterlippstadt@faszination-tischtennis.de, Tel. 02941-273385***

Trainingsbereich vom VDTT präsentiert

*Der Trainingsbereich von myTischtennis.de wird präsentiert vom Verband Deutscher Tischtennistainer (VDTT), **der** Trainerinstitution im deutschen Tischtennissport. Der Verband hat etwa 1400 Mitglieder und verfolgt das Ziel, auf die Situation der Trainerinnen und Trainer in Deutschland aufmerksam zu machen und Trainer*innen eine Anlaufstelle in vielerlei Hinsicht zu bieten. Um seine Mitglieder bestmöglich zu unterstützen, bietet er auf seiner Homepage eine große Online-Bibliothek mit vielen Trainingsthemen an, veröffentlicht die Magazine "Tischtennislehre" und "Trainerbrief" und informiert und diskutiert über die neuesten Entwicklungen in der Szene auf seinem jährlichen Symposium in Grenzau. Mehr Informationen finden Sie auf der VDTT-Webseite.*

Abkürzungsverzeichnis:

VH	Vorhand
RH	Rückhand
Elle/Mi	Ellenbogen, Entscheidungspunkt zwischen Vorhand & Rückhand
TMi	Tischmitte
T	Topspin
VHT	Vorhandtopspin
RHT	Rückhandtopspin
K	Konter
B	Block
VHB	Vorhandblock
RHB	Rückhandblock
PB	Press-Block
F	Flip
VHF	Vorhandflip
RHF	Rückhandflip
SCH	Schupfball
SSCH	aggressiver Schupfball
SUS	Seitunterschnitt
S	Schuss
AS	Aufschlag
KA	kurzer Aufschlag
KUA	kurzer Unterschnittaufschlag
LA	Langer Aufschlag
RS	Rückschlag

US	Unterschnitt
OS	Oberschnitt
SS	Seitenschnitt
Leer	keine Rotation
l	lang
k	kurz
HL	vermeintlicher, zweiter Auftreffpunkt des Balles ist die Grundlinie
freies Spiel	Ballwechsel mit dem Ziel des Punktgewinns zu Ende spielen
WP	Wechsellpunkt