

Jugendtrainertipp: Welches Material ist das richtige?

Eine Frage muss jeder Tischtennispieler für sich beantworten: Mit welchem Material möchte ich spielen, welches Holz und welche Beläge unterstützen meinen Spielstil und meine Stärken am besten? B-Lizenz-Trainer Ingo Hansens wird mit diesen Fragen in seinem Alltag häufig konfrontiert und stellt darum in seinem aktuellen Jugendtrainertipp grundsätzliche Dinge, auf die man achten sollte, sowie drei Schlägervarianten für verschiedene Leistungsstufen vor.

Heute möchte ich mich mit einem Thema beschäftigen, mit dem ich immer wieder konfrontiert werde. Egal ob bei Kindern im Anfängerbereich oder bei Erwachsenen im Anfänger- bis Fortgeschrittenbereich. Das Thema lautet: Mit welchem Schläger sollte ich spielen bzw. wann sollte ich das Material wechseln? In meinem Video gebe ich ausführliche Infos dazu. An dieser Stelle möchte ich noch einmal kurz und kompakt auf die häufigsten Fehler hinweisen und gleichzeitig ein paar Vorschläge machen, wie die richtige Materialwahl aussehen könnte.

Falsche Materialwahl zeichnet sich hauptsächlich wie folgt aus:

- Kein Kinderschläger, Griff zu groß, Schläger zu schwer
- Eltern kaufen Material nicht im TT-Shop, sondern im Sportgeschäft – fehlendes Wissen – Trainer fragen – bzw. im Internet erkundigen
- Viel zu schnelle Beläge
- Viel zu schnelles Holz
- Überschätzung der eigenen Spielstärke
- Technik kann nicht sauber gespielt werden
- Falsche Einschätzung und Beratung durch Trainer, Eltern und TT-Shops
- Zu wenig Wissen über vorhandenes Material
- Material wird zu lange gespielt, darum befindet es sich häufig in schlechtem Zustand
- Material zu teuer

Vorgehensweise, um mit dem richtigen Material zu starten, bzw. um die eigene Spielstärke mit dem richtigen Material zu begleiten und zu fördern:

START: (Anfänger --- beginnt mit dem TT-Sport)

- Bei einem Anfänger sollte der erste Schläger preislich bei ca. 50,00 € liegen. I.d.R. hat jeder Materialhersteller solche Fertigschläger im Sortiment. Preis/Leistungsverhältnis beachten.
- Nicht zu klebrige Beläge verwenden
- Bei Kindern mit kleiner Hand einen Kinderschläger verwenden (kleiner Griff)
- Solche Schläger gibt es auch für den Erwachsenen, der gerade mit dem TT-Sport startet. Bei diesen Schlägern ist der Griff bzw. der gesamte Schläger etwas größer
- Dieser Schläger kann auch mit anderen Belägen, siehe Bereich „Fortgeschritten“ verwendet werden

Fortgeschritten: (Kann den Ball ca. 2-3 Mal sicher auf den Tisch spielen --- hat sich im Training verbessert (Technik) --- trainiert regelmäßig)

- Den vorhandenen Schläger kann der Spieler bzw. die Spielerin erst mal behalten
- Bei einem Neukauf liegen die Preise Holz und Belag bei ca. 70,00 € - 90,00 €

- Ggf. die vorhandenen Beläge austauschen. Sollte bei dem o.g. Schläger kein Problem sein
- Mit klassischen Belägen weiterarbeiten, die etwas griffiger sind, aber bei denen der Katapultbereich noch sehr gering ist. Quasi der Einstieg in die Wettkampfbeläge.
- Sollte der Spieler größer geworden sein ggf. auf einen Erwachsenenschläger umsteigen. Siehe Punkt oben im Bereich Start.

Wettkampfspieler 1: Spielt in einer Liga, trainiert regelmäßig und noch intensiver

- Jetzt hat sich der Spieler bzw. die Spielerin deutlich weiterentwickelt
- Umstieg auf ein Holz aus dem ALL-Bereich (Allround). Dieses Holz zeichnet sich im Vergleich zu dem o.g. Holz durch mehr Geschwindigkeit und z.B. durch einen anderen, direkteren Anschlag aus. Das Holz sollte der Spieler vorher in der Hand gehalten haben. Es muss ein „Wohlfühleffekt“ entstehen. Das muss man üben, halte ich aber für besonders wichtig. Jedes Holz ist anders. Auch die Griffform (gerade, konkav, anatomisch) sollte man mal selbst ausprobiert haben. Es reicht nicht, wenn verschiedene Spieler sagen, „ich spiele immer gerade“. Das muss nicht gut für mich sein. Also ausprobieren. Dafür muss man sich etwas Zeit nehmen.
- Bei den Belägen wieder **einen Step** weitergehen. Ggf. kann man auch noch die Beläge des vorherigen Schlägers benutzen. Hier muss man aber schauen, wie der Zustand ist und ob die Beläge auch auf das neue Holz passen.
- Bei einem Neukauf liegen die Preise Holz und Belag bei ca. 90,00€ -110,00€.

Wettkampfspieler 2: Spielt schon länger --- hat sich deutlich nach vorne entwickelt --- vorhandenes Material kann mit dem Entwicklungsstand nicht mithalten

- Verschiedenes Material testen, Testkoffer anfordern, testen, testen, testen. Zeit dafür nehmen.
- Im TT-Shop ausführliche Beratung einfordern
- Eigene Spielstärke im Auge behalten
- Das teuerste Material muss nicht das beste sein. Vor allem für mich persönlich.
- Preis/Leistungsverhältnis im Auge behalten
- Erfahrungswerte einholen (Spieler/Trainer/TT-Shop)

Bezeichnung	UVP
andro Komplettschläger G 300 R Gauzy BL5 konkav GTT45 rot 1,8	99,95
andro Komplettschläger I 100 R Good 1,8 konkav	79,95
andro Schläger Kid 3 Power 3 1,8mm schmal konkav	49,95

Der Autor

Ingo Hansens ist hauptberuflicher Tischtennistrainer und Inhaber der Kindertrainer- und B-Lizenz. Aktuell ist er als Honorartrainer beim Hessischen Tischtennisverband tätig und gehört zum Trainerteam der andro Tischtennisschule in Düsseldorf sowie von Rapid Luzern. Der Westerwälder bietet Training und Lehrgänge für Gruppen und Einzelpersonen aller Leistungsstufen an. Im myTischtennis.de-Trainingsbereich übernimmt er die Basistipps und gibt Ratschläge für das Training mit Kindern und Jugendlichen. Alle Infos und Angebote finden Sie auf seiner Webseite und seiner Facebookseite.

Abkürzungsverzeichnis:

VH	Vorhand
RH	Rückhand
Elle/Mi	Ellenbogen, Entscheidungspunkt zwischen Vorhand & Rückhand
TM	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
S	Schuss
AS	Aufschlag

KA	kurzer Aufschlag
LA	Langer Aufschlag
KUA	Kurzer Unterschnittaufschlag
KSSA	kurzer Seitschnittaufschlag
KSUA	kurzer Seitunterschnittaufschlag
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