Flip auf kurzen Aufschlag

Kurzer Aufschlag ohne Schnitt – Rückschläger flippt aktiv in die Ecken.

10 Min. · F ab Fortgeschrittene

#Flip #Rückschlag

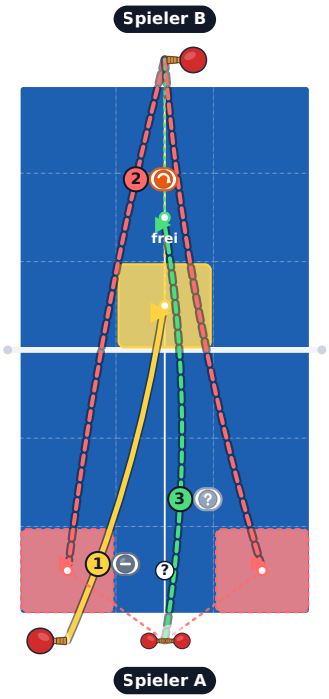
Material
Tisch · Bälle · Schläger

ONLINE ANSEHEN

Standard Standard

Raster 3×3

LEGENDE Bälle 1 2 3 · Rückhand A B · Vorhand oder Rückhand A
Schnitt: ohne Schnitt · Oberschnitt · Schnitt beliebig · Tisch: Zielfeld · zufällig / frei · eines der Felder



1 A **Aufschlag** · Rückhand · ohne Schnitt
ZU B
kurz in die Mitte

2 B **Flip** · Rückhand · Oberschnitt
ZU A
zufällig lang nach rechts oder lang nach links

3 A **Block** · Vorhand oder Rückhand · Schnitt beliebig
ZU B
frei platziert

↪ Danach freies Spiel.

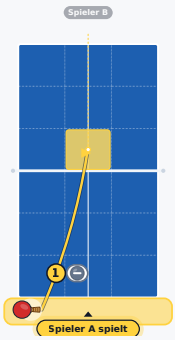
BESCHREIBUNG

Ziel: kurze Aufschläge sofort aktiv zurückspielen.

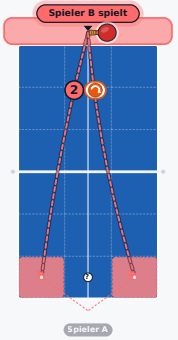
Worauf achten: rechter Fuß unter den Tisch, Ball im höchsten Punkt nehmen, kurze schnelle Bewegung aus dem Unterarm.

Typische Fehler: zu spät am Ball, Flip zu hoch.

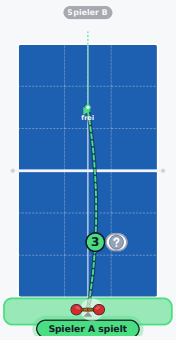
SCHRITT FÜR SCHRITT



1 **A** Aufschlag
RH
zu B: kurz in die Mitte



2 **B** Flip RH
zu A: zufällig lang nach rechts oder lang nach links

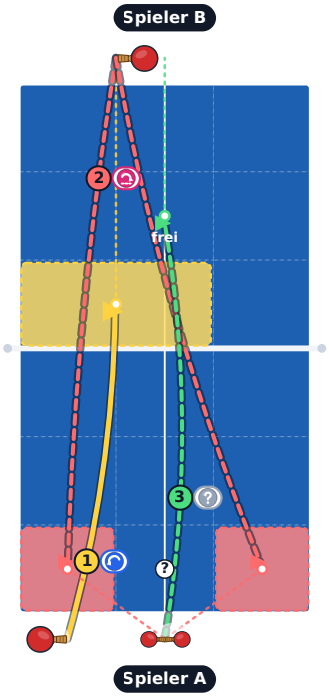


3 **A** Block
VH/RH
zu B: frei platziert

RH-Banane

Raster 3×3

LEGENDE Bälle 1 2 3 | Rückhand **A** **B** | Vorhand oder Rückhand **A**
Schnitt Unterschnitt | Seit-Oberschnitt | Schnitt beliebig | **Tisch** Zielfeld | zufällig / frei | eines der Felder



Der Rückschläger flippt mit der Rückhand mit seitlichem Oberschnitt.

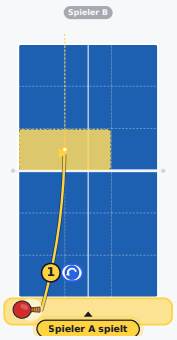
1 **A** **Aufschlag** — Rückhand | Unterschnitt
ZU B
zufällig kurz zwischen Mitte und parallel

2 **B** **Flip** — Rückhand | Seit-Oberschnitt
ZU A
zufällig lang parallel oder lang diagonal

3 **A** **Block** — Vorhand oder Rückhand | Schnitt beliebig
ZU B
frei platziert

↪ **Danach freies Spiel.**

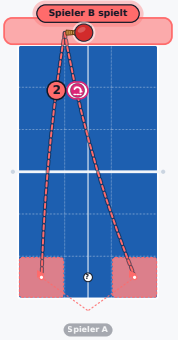
SCHRITT FÜR SCHRITT



1 **A** Aufschlag

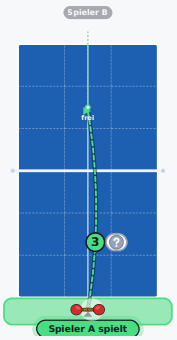
RH

zu B: zufällig kurz zwischen Mitte und parallel



2 **B** Flip **RH**

zu A: zufällig lang parallel oder lang diagonal



3 **A** Block

VH/RH

zu B: frei platziert