Pendelaufschlag mit Ober- und Unterschnitt

VH-Pendelaufschlag kurz mit seitlichem Unter- oder Oberschnitt, der Rückschläger liest den Schnitt.

10 Min. · F ab Fortgeschrittene

#Aufschlag

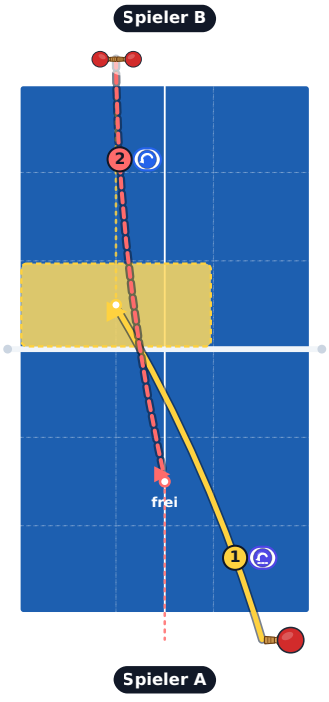
Material
Tisch · Bälle · Schläger

ONLINE ANSEHEN

Seiten-Unterschnitt Standard

Raster 3×3

LEGENDE Bälle 1 2 · Vorhand A · Vorhand oder Rückhand B
Schnitt: Seit-Unterschnitt · Unterschnitt · Tisch: Zielfeld · zufällig / frei



1 A Aufschlag — Vorhand · Seit-Unterschnitt
ZU B
zufällig kurz zwischen Mitte und diagonal

2 B Schupf — Vorhand oder Rückhand · Unterschnitt
ZU A
frei platziert

↪ Danach freies Spiel.

BESCHREIBUNG

Ziel: den Pendelaufschlag mit gleicher Bewegung einmal mit Seiten-Unterschnitt und einmal mit Seiten-Oberschnitt spielen.

Worauf achten: Ball tief treffen, Handgelenk locker; für Unterschnitt unten durch, für Oberschnitt seitlich nach oben.

Typische Fehler: Bewegung verrät den Schnitt, Ball zu hoch.

SCHRITT FÜR SCHRITT



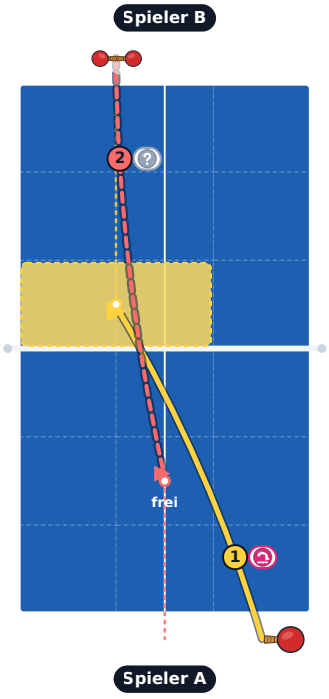
1 A Aufschlag
VH
zu B: zufällig kurz zwischen Mitte und diagonal

2 B Schupf
VH/RH
zu A: frei platziert

Seiten-Oberschnitt

Raster 3×3

LEGENDE **Bälle** 1 2 **Vorhand** A **Vorhand oder Rückhand** B
Schnitt Seit-Oberschnitt Schnitt beliebig **Tisch** Zielfeld zufällig / frei



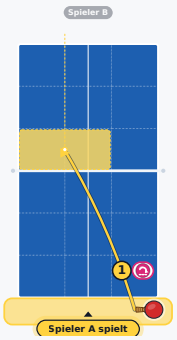
Gleiche Bewegung, der Ball wird seitlich nach oben getroffen – Schupf wird hoch.

1 **A Aufschlag** Vorhand Seit-Oberschnitt
ZU B
zufällig kurz zwischen Mitte und diagonal

2 **B Beliebiger Ball** Vorhand oder Rückhand Schnitt beliebig
ZU A
frei platziert

↪ **Danach freies Spiel.**

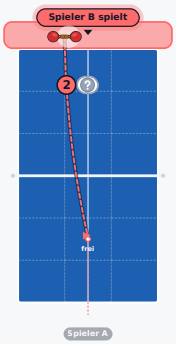
SCHRITT FÜR SCHRITT



1 **A** Aufschlag

VH

zu B: zufällig kurz zwischen Mitte und diagonal



2 **B** Beliebiger Ball

VH/RH

zu A: frei platziert