RH-Seitenschnitt-Aufschlag

Kurzer RH-Aufschlag aus der Mitte mit Seitenschnitt, danach freies Spiel.

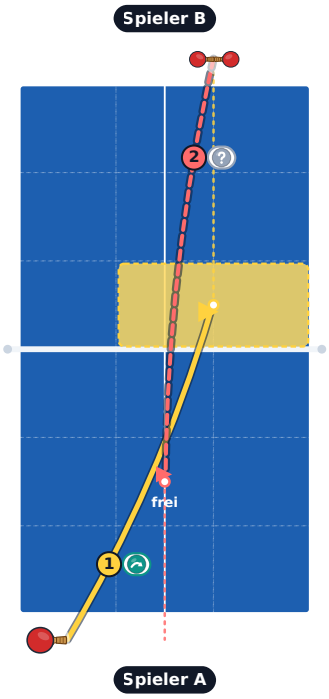
10 Min. · F ab Fortgeschrittene

#Aufschlag

Material
Tisch · Bälle · Schläger

ONLINE ANSEHEN

LEGENDE Bälle 1 2 · Rückhand A · Vorhand oder Rückhand B
Schnitt: Seitenschnitt rechts · Schnitt beliebig · Tisch: Zielfeld · zufällig / frei



1 A Aufschlag — Rückhand · Seitenschnitt rechts
ZU B
zufällig kurz zwischen diagonal und Mitte

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

↪ Danach freies Spiel.

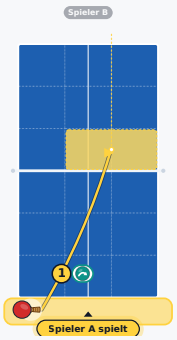
BESCHREIBUNG

Ziel: einen zweiten Aufschlag mit anderem Seitenschnitt als die VH lernen.

Worauf achten: Ball vor dem Körper hochwerfen, Schläger von links nach rechts über den Ball führen, kurz platzieren.

Typische Fehler: zu wenig Handgelenk, der Ball springt lang ab.

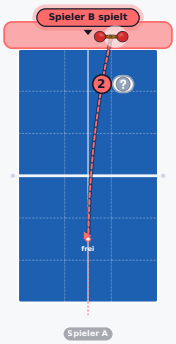
SCHRITT FÜR SCHRITT



1 **A** Aufschlag

RH

zu B: zufällig kurz zwischen diagonal und Mitte



2 **B** Beliebiger Ball

VH/RH

zu A: frei platziert