Unterschnittabwehr RH

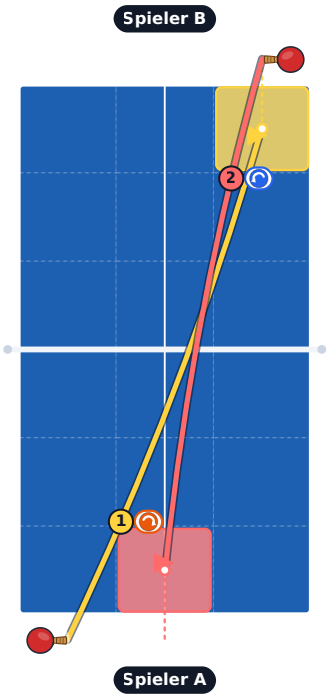
A zieht Topspin in die RH, B wehrt mit der Rückhand ab.

10 Min. · P ab Profis · #Abwehr · #Topspin

Material
Tisch · Bälle · Schläger

ONLINE ANSEHEN

LEGENDE Bälle 1 2 · Rückhand A B · Schnitt Oberschnitt Unterschnitt · Tisch Zielfeld



1 A Anspiel — danach Topspin · Rückhand · Oberschnitt
ZU B
lang diagonal

2 B Unterschnittabwehr — Rückhand · Unterschnitt
ZU A
lang in die Mitte

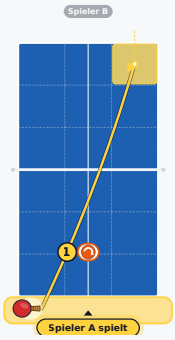
↪ Danach den Ablauf wiederholen.

BESCHREIBUNG

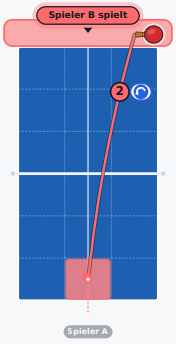
Ziel: Abwehr mit der Rückhand aus der Distanz.

Worauf achten: Schläger hoch ausholen, Ball neben dem Körper treffen.

SCHRITT FÜR SCHRITT



1 **A** Anspiel
RH
zu B: lang diagonal



2 **B** Unterschnittabwehr
RH
zu A: lang in die Mitte