Langer Schupf als Rückschlag

Kurzer Unterschnitt-Aufschlag, Rückschläger schupft lang und schnell.

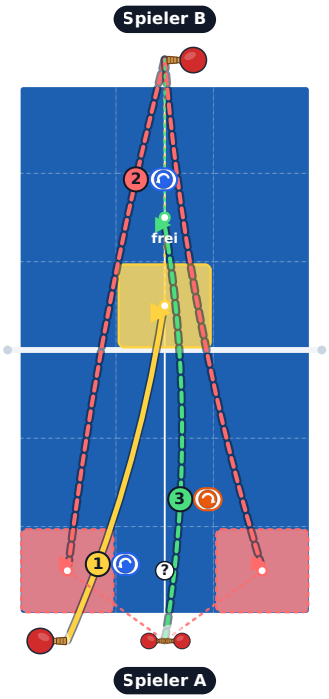
10 Min. · A ab Anfänger

#Rückschlag #Schupf

Material
Tisch · Bälle · Schläger

ONLINE ANSEHEN

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



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

2 B **Schupf** · schnell · Rückhand · Unterschnitt
ZU A
zufällig lang nach rechts oder lang nach links

3 A **Topspin** · Vorhand oder Rückhand · Oberschnitt
ZU B
frei platziert

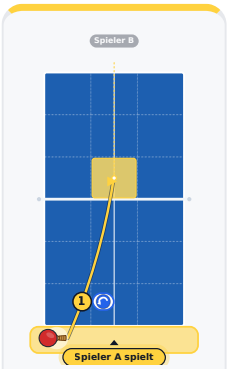
↪ **Danach freies Spiel.**

BESCHREIBUNG

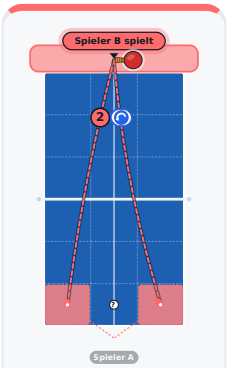
Ziel: den Aufschläger mit einem langen, flachen Schupf in die Ecken unter Druck setzen.

Worauf achten: Ball früh nehmen, Schläger offen, Schupf flach und mit Tempo.

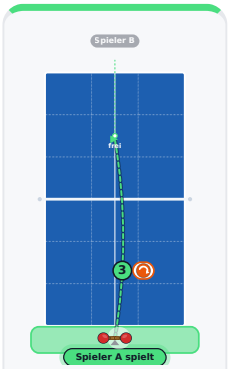
SCHRITT FÜR SCHRITT



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



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



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