VH-Konter diagonal

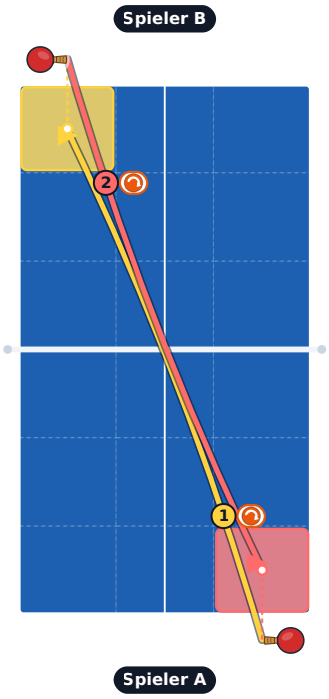
Beide kontern mit der Vorhand diagonal – Grundschlag für alle.

10 Min. · A ab Anfänger · #Konter

Material
Tisch · Bälle · Schläger

ONLINE ANSEHEN

LEGENDE Bälle 1 2 · Vorhand A B · Schnitt Oberschnitt · Tisch Zielfeld



1 A Anspiel · danach Konter · Vorhand · Oberschnitt
ZU B
lang diagonal

2 B Konter · Vorhand · Oberschnitt
ZU A
lang diagonal

↪ **Danach den Ablauf wiederholen.**

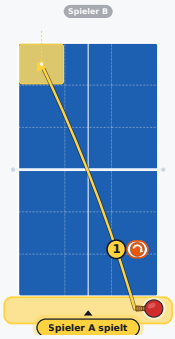
BESCHREIBUNG

Ziel: sauberer, gleichmäßiger Vorhand-Konter.

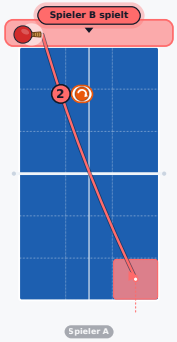
Worauf achten: Schläger leicht geschlossen, Bewegung von hinten-unten nach vorne-oben, Ball im höchsten Punkt.

Typische Fehler: Ellbogen am Körper, zu viel Handgelenk.

SCHRITT FÜR SCHRITT



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



2 **B** Konter
VH
zu A: lang diagonal