Aktiver Block

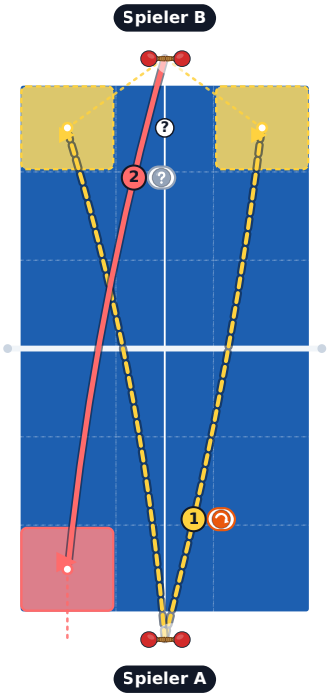
B blockt den Topspin mit eigenem Tempo immer in die RH von A.

10 Min. · P ab Profis · #Block

Material
Tisch · Bälle · Schläger

ONLINE ANSEHEN

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



1 A Anspiel · danach Topspin · Vorhand oder Rückhand · Oberschnitt
ZU B
zufällig lang nach rechts oder lang nach links

2 B Block · schnell · Vorhand oder Rückhand · Schnitt beliebig
ZU A
lang nach rechts

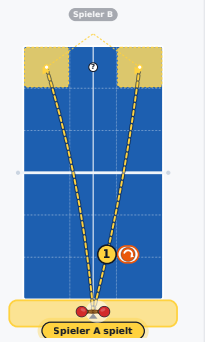
↪ Danach den Ablauf wiederholen.

BESCHREIBUNG

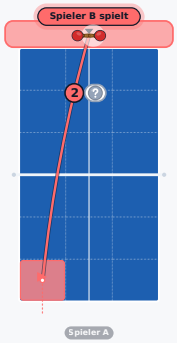
Ziel: nicht nur passiv blocken, sondern den Ball mit Druck zurückspielen.

Worauf achten: kurze Vorwärtsbewegung im Treffpunkt, Ball sehr früh nehmen.

SCHRITT FÜR SCHRITT



1 **A** Anspiel
VH/RH
zu B: zufällig lang nach rechts oder lang nach links



2 **B** Block
VH/RH
zu A: lang nach rechts