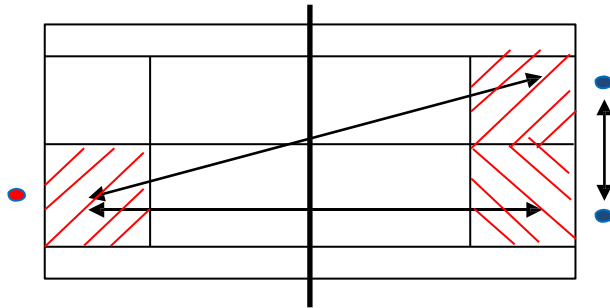


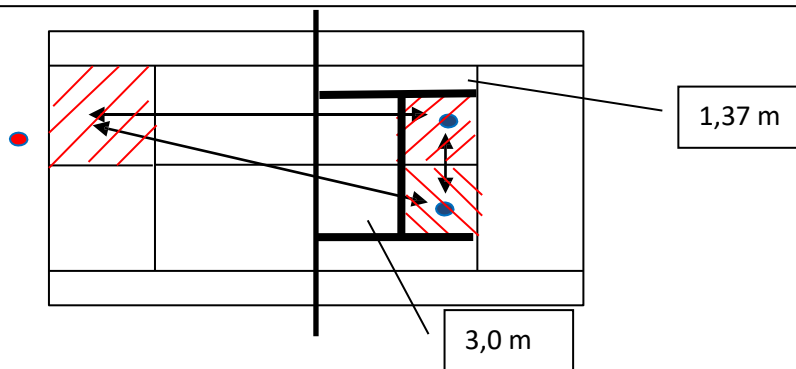
**Übung 1: Grundlinie**

Rot spielt links und rechts in die Zielfelder, Blau versucht alle Bälle auch in das markierte Feld zu spielen. Zwei Minuten Spielzeit, Sollanzahl: 30 Treffer. Das Anspiel von Blau zählt bis zu 3-mal mit, sofern es im richtigen Zielfeld ist.



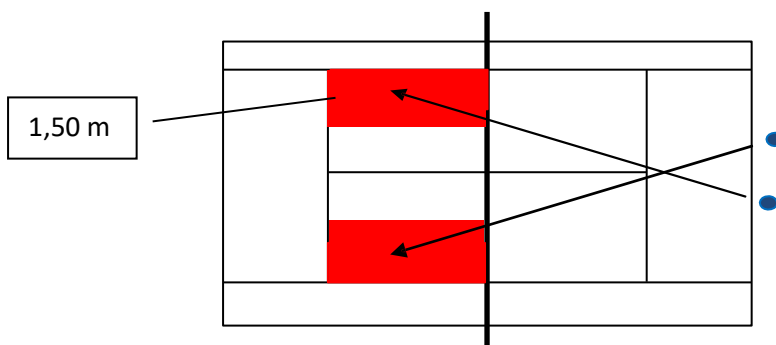
**Übung 2: Flugball**

Rot spielt links und rechts aus der linken Ecke mit situationsgerechter Schlagart. Blau versucht alle Bälle mit Flugball (auch Halbflugball, wenn der Ball kurz kommt) in das markierte Feld zu spielen. Zwei Minuten Spielzeit, Sollanzahl: 40 Treffer. Das Anspiel von Blau zählt nicht mit, Blau muss aber immer anspielen. Der Flugball soll immer im Wechsel rechts und links der Mitte gespielt werden.



**Übung 3: Aufschlag**

Rot schlägt von rechts nach links mit Slice auf und von links nach rechts mit Topspin, jeweils 10 Aufschläge.



**Merke:**

Bei allen Schlägen wird neben dem Schlägerfolg (Trefferzahl) auch die Schlagqualität im Sinne des „mittleren Bewegungsablaufes“ bewertet. Die Schlagökonomie und der aufgewendete Kraft- und Konzentrationseinsatz muss der eines Trainers im Leistungsbereich entsprechen.

Bewertung:

		Ziel	Bestanden
Grundlinie	Läufer	30	25
	Zuspieler	30	60
Volley	Zuspieler	40	
	Volleyspieler	40	32
Aufschlag	Slice	10	12
	Topspin	10	
		rechnerisch 160	<b>135</b>
<b>Eine der vier</b> Aufgaben kann nicht bestanden sein, wenn die 135 Punkte erreicht werden			