

Besser Tennis spielen mit optimaler Platzabdeckung

Hast Du Dich schon mal gefragt, wie bessere Spieler an scheinbar unmögliche Bälle noch herankommen? Die Antwort lautet in der Regel, durch optimale Platzabdeckung. Wenn Du besser stehst, kannst Du fast alle Schläge des Gegners erreichen!



Die Winkelhalbierende im Tennis

Sehr viele Tennisspieler decken in einem Ballwechsel die Mitte ab. Doch das ist nicht der Ort auf dem Platz, wo Du Dich positionieren solltest. Stattdessen geht es darum die beiden bestmöglichen Schläge des Gegners erreichen zu können. In der Mitte beider solltest Du stehen, nicht in der Mitte des Platzes!

Vorhand Rallye Positionierung

In einer normalen Vorhand Rallye befindet sich die Winkelhalbierende etwa einen Schritt von der Mitte Richtung Vorhandseite. Je mehr Winkel, desto weiter verschiebt es sich.

Rückhand Rallye Positionierung

Auf der Rückhand ist es natürlich ähnlich! Dort solltest Du einen Schritt von der Mitte Richtung Rückhandseite stehen. Mit steigendem Winkel verschiebt sich die Position nach außen.

Am Netz sieht es anders aus

Während Du an der Grundlinie spiegelverkehrt zum Gegner stehst, solltest Du am Netz auf der gleichen Seite sein. Nur so kannst Du sämtliche Schläge optimal abdecken!

Lerne Tennis taktisch & klug zu spielen!

Noch mehr Tipps & Tricks findest Du in meinem eBook. Die Tennis Bibel des Amateursports umfasst mittlerweile über 500 Seiten. In denen ich Dir Taktiken, Strategien, Spielzüge & Vieles mehr präsentiere!



Zum Taktik eBook



Wann Du in der Mitte stehst

Lediglich eine Situation gibt es, in welcher Du Dich in der Mitte des Platzes befindest. Nämlich wenn der Gegner ebenfalls dort steht. Denn dann hat er kaum Winkel, den Du abdecken musst!

Stell Dir die beste Option vor

Stell Dir im Kopf vor, was die beiden optimalen Schläge des Gegners wäre. Dann orientierst Du Dich in die Mitte der beiden Zielzonen. Das kann in Matches den Unterschied machen.

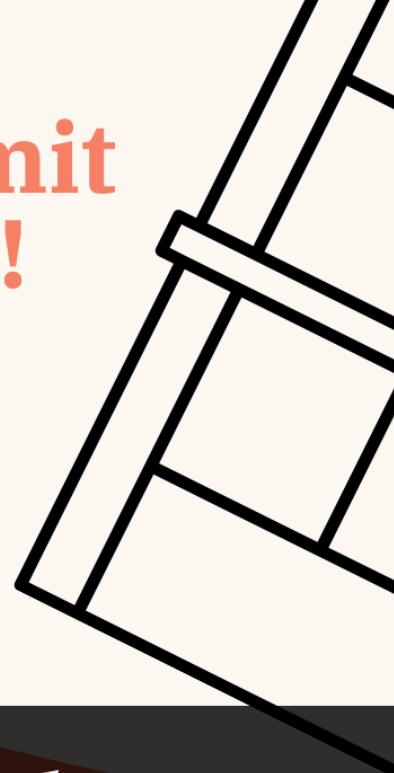
Übung macht den Meister!

Anfangs wirst Du Dich schwer tun. Aber das ist ganz normal. Mit der Zeit stellt sich eine Routine ein. Du verinnerlichst die Positionen und bewegst Dich automatisch besser. Versprochen.



Werde zur Ballwand mit der richtigen Position!

Beherrst Du die Platzabdeckung bzw. die Winkelhalbierende bei jedem Schlag, kannst Du den Gegner zum Verzweifeln bringen. Denn dann muss er schon aktiv und sehr genau spielen, um einen freien Punkt zu bekommen. Das kann auf Dauer frustrierend sein.



Mit dem Splitstep wird es noch besser!

Der Splitstep bewirkt wahre Wunder!

Kennst Du den Splitstep? Er ist ein leichter Sprung auf der Stelle. Welcher Dich in Bereitschaft versetzt. Dann kannst Du Dich in alle Richtungen bewegen ohne dabei Zeit zu verlieren. Oft macht er den Unterschied aus. Besonders wenn Du Dich am Netz befindest und ohnehin keine Zeit hast für große Bewegungen.

Splitstep schon kurz vor dem Treffpunkt

Leider sehe ich den Splitstep häufig viel zu spät. Zum Beispiel wenn der Ball schon auf der eigenen Seite aufkommt. Doch er sollte kurz vor'm Treffpunkt des Balles beim Gegners vollzogen werden. Im Anschluss kannst Du den Schlag einleiten. Was zur Qualität Deines Spiels beiträgt.

Wenn Du dies mit einigen Taktiken aus meinem eBook (1. Seite) kombinierst, wirst Du erfolgreicher auf dem Court!