

Trainingstipp: Die Abrissbirne für die gegnerische Block-Mauer

Ohne seine vielen Spielsysteme wäre Tischtennis wohl weit weniger spannend. Zwischen dem klassischen Angriffs- und Abwehrspiel liegt zum Beispiel auch das Blockspiel am Tisch, das den Gegner leicht zur Weißglut bringen kann: Man reißt sich beim Topspin fast den Arm aus, doch ein Ball nach dem anderen prallt an der gegnerischen Wand ab. Ohne die richtige Strategie punktet am Ende der Gegner - und das ohne viel Schweißvergießen.

Einer der bekanntesten Aktiven mit diesem Spielsystem ist wohl Wilfried Lieck. Fünfmal wurde er Deutscher Meister im Einzel, einmal Europameister im Mixed, 1969 stand er mit der Herrenmannschaft sogar im WM-Finale und noch heute spielt er beim TTC Altena in der Regionalliga gute Bilanzen. Was ihn so weit gebracht hat? Ein System, von dem man erwartet, dass der Spieler wahrscheinlich nur vorgeführt wird. Doch das variantenreiche Blockspiel kann jeden Angreifer zur Verzweiflung bringen. Auch Jan-Ove Waldner beherrscht dieses System wie kaum ein Zweiter. Mit einem unglaublichen Ballgefühl blockt er die harten Topspins gekonnt in die Ecken.

"Hier wird Ihnen geholfen" - Professionelle Tischtennisschulen im Überblick

- JOOLA TT-Schule Zugbrücke Grenzau, Individuell & Intensiv mit A-Lizenz Trainer Anton Stefko
www.zugbruecke.de
- Mobiles Trainerteam TT-Schule TeTaKo (Trainingslager, -tage, Einzelbetreuung) Marco Fehl (Dipl. Sportlehrer & A-Lizenz) Hessen, Sachsen & überall, www.tetako.de
- Tischtennisschule Qiu Hong in 72636 Frickenhausen und 18181 Graal-Müritz,
www.tischtennisschule.biz

Doch was tun gegen einen Spieler, der sich vorne am Tisch positioniert und mit Leichtigkeit jeden geschlagenen Ball, egal ob Topspin oder Konter, einfach platziert zurückblockt und den Angreifer so weite Wege laufen lässt?

Auch ein Blockspieler hat seine Schwachpunkte. Diese muss man rigoros anspielen, um ihn so in Bedrängnis zu bringen. Seine vielleicht offensichtlichste Schwäche ist, dass er nicht unbedingt den stärksten Angriff hat, sondern über die gespielten Bälle des Gegners seine Stärken ausspielen kann und muss. Mit langen Schupfbällen könnte man ihn also zum Angriff und damit auch zu Fehlern zu zwingen. Zudem kann das eigene Angriffsspiel über die gegnerischen Angriffsbälle aufgebaut werden.

Da ein Blockspieler nah am Tisch steht, müssen die eigenen Topspins präziser gespielt werden. Optimalerweise werden sie lang in Richtung Grundlinie platziert. So ist es für den Blockspieler schwieriger, aggressiv in die Bälle zu gehen, und er kann sie nur verteilen. Topspins in die tiefen Ecken, besser noch über die Seitenlinie, bringen ihn ins Laufen, so dass vielleicht schon mit dem nächsten Ball der Punkt erreicht werden kann. Das Spiel auf den Wechselpunkt ist eine weitere Chance, den

Blockspieler zu Fehlern zu zwingen, da er durch seine Position nah am Tisch noch schnellere Reaktionen besitzen muss als ein Spieler in der Halbdistanz.

Des Weiteren sollte das eigene Spiel sehr variantenreich gestaltet werden. Die Topspins sollten einmal mit viel Rotation und weich gezogen werden, einmal mit wenig oder „gar keiner“ Rotation, bis sich die Gelegenheit für einen schnellen harten Topspin ergibt. In dieser Variante darf einem jedoch nicht der Geduldsfaden reißen. Man muss immer damit rechnen, dass der Ball zurückkommt. Bei den Topspins ist zudem darauf zu achten, dass sie ganz lang an die Grundlinie gespielt werden, da der Blockspieler sonst womöglich mit harten aggressiven Block- oder Konterbällen reagiert, die einen selbst in Bedrängnis bringen könnten.

Als andere Möglichkeit kann man auch von Beginn an das schnelle Spiel suchen. Schon ein schneller Aufschlag auf einen der Schwachpunkte setzt den Blockspieler sofort unter Druck, so dass er nur noch reagieren kann. Auf den Return sollte direkt weiter aggressiv gespielt werden - also nicht lange fackeln und auf einen schnellen Punktgewinn spielen.

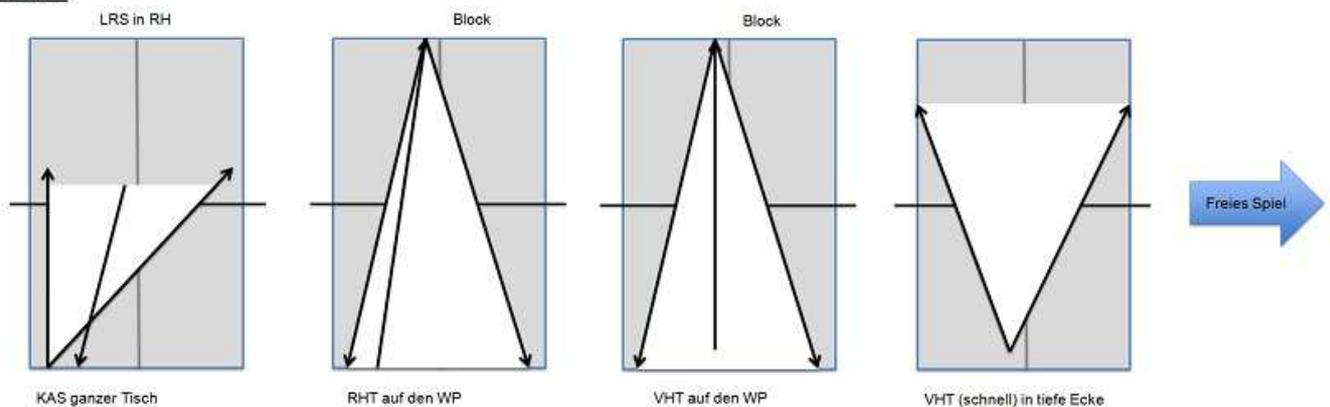
Sind die Aufschläge präzise in die tiefen Ecken gespielt, muss der Blockspieler eine Seite öffnen, in die idealerweise gespielt werden kann. Doch auch hier sollte sich das Szenario nicht zu oft wiederholen. Sonst durchschaut der Blockspieler die eigene Strategie und stellt sich darauf ein.

Übungsbeispiele:

Übung 1:

A: KAS ganzer Tisch
 B: LRS in RH
 A: RHT auf WP
 B: Block
 A: VHT auf WP
 B: Block
 A: VHT (schnell) in tiefe Ecke
 Freies Spiel

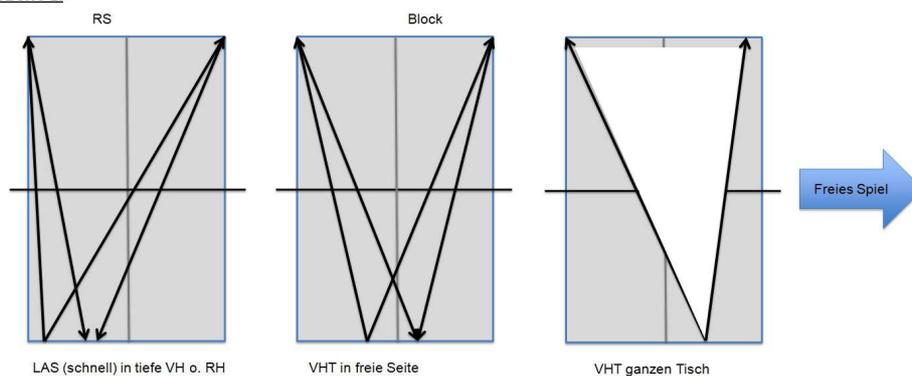
ÜBUNG 1:



Übung 2:

A: LAS (schnell) in tiefe VH o. RH
 B: RS
 A: VHT/RHT (schnell) in freie Seite
 B: Block (kommt der Spieler noch an den Ball)
 A: VHT (schnell) in freie Seite o. auf WP
 Freies Spiel

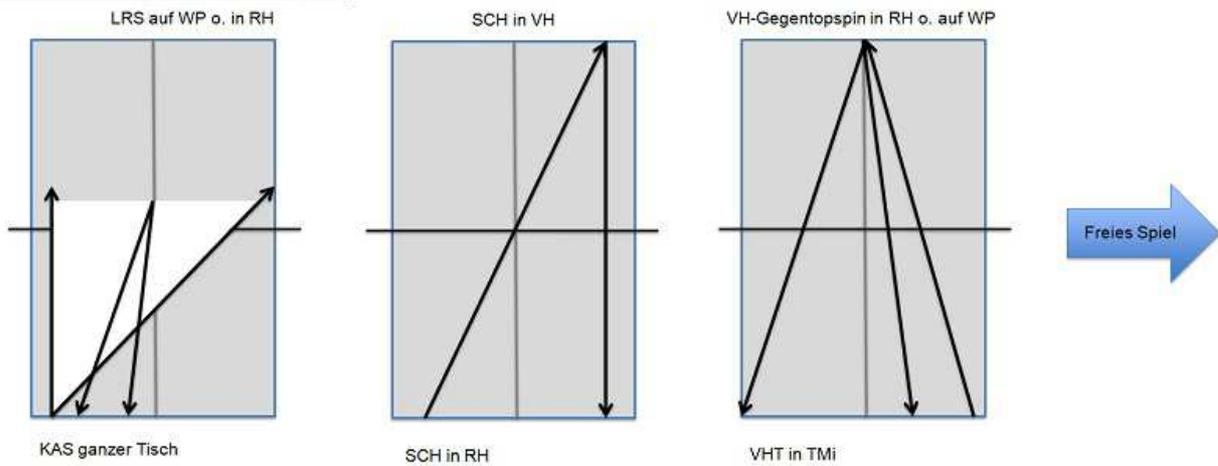
ÜBUNG 2:



Übung 3:

- A: KAS ganzer Tisch
- B: LSCH in RH o. auf WP
- A: SCH in RH
- B: Sch in VH
- A: VHT in TMi
- B: VH-Gegentopspin in RH o. auf WP
- Freies Spiel

ÜBUNG 3: Aufschläger ist der Blockspieler



Abkürzungsverzeichnis:

Zum Verständnis der Übungen auf myTischtennis.de haben wir eine Liste mit allen verwendeten Abkürzungen zusammengestellt:

VH	Vorhand
RH	Rückhand
Elle/Mi	Ellenbogen, Entscheidungspunkt zwischen Vorhand & Rückhand
TMi	Tischmitte
T	Topspin
K	Konter
B	Block
PB	Press-Block
F	Flip
SCH	Schupfball
SSCH	aggressiver Schupfball
S	Schuss
AS	Aufschlag
RS	Rückschlag
US	Unterschnitt
OS	Oberschnitt
SS	Seitenschnitt
Leer	keine Rotation
L	lang
K	kurz

HL

vermeintlicher, zweiter Auftreffpunkt des Balles ist die Grundlinie

freies Spiel

Ballwechsel mit dem Ziel des Punktgewinns zu Ende spielen