Spielerisches Training: Alternativen zum Kaiserturnier

„Ich würde mir ein paar Wettkampfspielformen in den Trainingstipps wünschen. Es muss doch neben dem Kaiserspiel oder Innen-/Außen-Spiel noch weitere Wettkampfspiele geben“, regte Jugendtrainer Christian Fey vor einer Woche an. MyTischtennis.de hilft da gerne aus und gibt Ihnen in diesem Trainingstipp eine kleine Sammlung an die Hand, die die Spielerinnen und Spieler nach einer guten Trainingseinheit noch einmal motivieren kann. Haben auch Sie einen Wunsch oder Vorschlag? Dann wenden Sie sich an uns!

"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

Malaga-Cup

Im Malaga-Cup spielen Sie in Zweiermannschaften zusammen. Die Teams werden aber nicht nach eigenem Gutdünken zusammengestellt, sondern je nach Leistungsstärke. Der beste Spieler Ihrer Trainingsgruppe wird mit dem Schwächsten in ein Team gesteckt, der Zweitstärkste mit dem Zweitschwächsten usw. Dies können Sie zum Beispiel anhand der TTR-Werte und JOOLA-Rangliste ermitteln. Die Teams spielen im Davis-Cup-System (Tennis) gegeneinander: Als erstes werden zwei Einzel durchgeführt, in denen der Schwächere des einen Teams gegen den Stärkeren des anderen spielt und andersherum (1-2 und 2-1), dann treten die beiden Mannschaften im Doppel gegeneinander an und am Schluss stehen wieder zwei Einzel (1-1 und 2-2).

Das dauert ja Stunden? Nein, denn jedes Spiel besteht nur aus einem Satz, in dem bis zehn Punkte gespielt wird. Die Punkte aus den fünf Spielen (und nicht die Siege!) werden zusammengezählt. Dementsprechend ist es nicht nur wichtig, die einzelnen Spiele zu gewinnen, sondern auch eine möglichst hohe Punktdifferenz zu erreichen, um eine Niederlage des Partners eventuell auszugleichen. Das Team, das am Ende des Turniers die meisten Punkte gesammelt hat, gewinnt den Malaga-Cup.

Sieben-Punkte-Ablöse-Spiel

Bei dieser Wettkampfform gibt es weniger Tische als Spieler (Beispiel: fünf Tische bei 14 Spielern). Dazu wird nebenan ein Parcours aufgebaut, der zum Beispiel die konditionellen oder koordinativen Fähigkeiten schulen soll. Zehn Spieler beginnen an den fünf Tischen einen ganz normalen Wettkampf. Die restlichen vier Spieler lauern hinter einer Bande auf frei werdende Tische, die sie sofort besetzen, sobald einer frei wird. Sie können hier das Prinzip "Wer zuerst kommt, mahlt zuerst" anwenden. Weniger Konfliktpotenzial verspricht aber eine "Wartebank", auf der die Spieler nach der Reihe ins Spiel eingreifen dürfen.

An den Tischen wird bis sieben Punkte gespielt. Der Sieger verlässt den Tisch, absolviert den Parcours und trägt einen Strich für seinen Sieg in eine ausliegende Liste ein. Danach setzt er sich auf die "Wartebank". Der Verlierer bleibt am Tisch stehen, behält aber seine erspielten Punkte vom vorherigen Spiel. Hat ein Spieler zum Beispiel 5:7 verloren, geht er gegen den nachrückenden Spieler dann mit einer 5:0-Führung ins Match.

Sieger ist nach einer bestimmten vorher festgelegten Zeit die Person mit den meisten Strichen auf der Liste.

Herausforderungsrangliste

Zu Beginn des Wettkampfs werden die Spieler und Spielerinnen nach ihrer Stärke (zum Beispiel durch ihre TTR-Werte oder die JOOLA-Rangliste zu ermitteln) in eine Rangliste gebracht, wobei diesmal nicht der Beste, sondern der Schwächste oben steht. Die Liste bewegt sich also vom niedrigsten zum höchsten TTR-Wert. Im Turnier werden zwei Gewinnsätze bis 11 Punkte gespielt. Die Paarungen ergeben sich wie folgt:
Ein Spieler kann nur jemanden herausfordern, der bis zu drei Plätzen über ihm in der Rangliste positioniert ist. Gewinnt der Herausforderer, nimmt er die Position seines Gegners ein, während die anderen einen Platz nach unten rutschen. Der Herausgeforderte kann seinen Platz nur verteidigen. Gewinnt er das Spiel, klettert er in der Liste nicht weiter nach oben, kann aber natürlich selbst auch jemanden herausfordern, um seine Position zu verbessern. Die Spieler mit dem höheren TTR-Wert müssen sich also schrittweise nach oben kämpfen.
Diese Wettkampfform kann und sollte über mehrere Wochen gespielt werden. Dementsprechend könnten zum Beispiel zwei bis drei Herausforderungen pro Trainingseinheit ausgespielt werden. Derjenige, der nach dieser Zeit auf Platz eins der Rangliste steht, hat den Wettkampf gewonnen.

Rundlaufkaiserturnier

Beim Rundlaufkaiserturnier werden zwei beliebte Wettkampfformen – wie der Name schon verrät – zu einer verschmolzen. Zu Beginn stellen sich drei Spieler jeweils an einen Tisch, wobei ein Tisch als Kaisertisch festgelegt wird. Nun beginnt die Runde: Im ersten Schritt spielen die drei Spieler Rundlauf: Derjenige, der den ersten Fehler verursacht, fliegt raus, die beiden anderen spielen in einem Finale, das bis drei Punkte geht, den Sieger aus.
Der Gewinner des Finals darf in der nächsten Runde einen Tisch näher an den Kaisertisch rücken, der Verlierer des Finals bleibt am Tisch stehen und der Spieler, der in der Rundlaufrunde zuerst rausgeflogen ist, muss sich um einen weiteren Tisch vom Kaisertisch entfernen. Der Trainer gibt die Anzahl der Runden vor.
Wer in der letzten Runde das Finale am Kaisertisch gewinnt, hat das Turnier gewonnen.

Riesenrundlauf

Beim Riesenrundlauf werden vier Tische (ohne Netze) so aneinander gestellt, dass zwei Tische eine große Tischhälfte ergeben. In der Mitte wird mit Hilfe von Bänken und Umrandungen ein Netz aufgebaut.
An diesem Riesentisch soll nun Rundlauf gespielt werden. An dieser Art der Spielform können viele Spieler gleichzeitig teilnehmen. Um das Spielen etwas zu vereinfachen und auch den kleineren Spielern die Chance zu geben, weit zu kommen, sollte vorher festgelegt werden, wie oft der Ball aufkommen darf, bevor er gespielt werden sollte.

Ihnen fällt noch eine Wettkampfform ein, die noch nicht genannt wurde? Dann helfen Sie mit, diese Sammlung zu vervollständigen!