

Trainingstipp: Taktische Möglichkeiten gegen Abwehr

Nach zwei Einheiten für Abwehrspieler beschäftigt sich unser Trainingsexperte, Ex-Bundestrainer Martin Adomeit, in seinem heutigen Trainingstipp mit typischen taktischen Verhaltensweisen der Angriffsspieler gegen Abwehr. Da der Abwehrspieler auf diese Möglichkeiten reagieren muss, ist diese Einheit für Angriffsspieler und Abwehrspieler gleichermaßen gedacht, jeder erfüllt dabei seinen Part.

"Hier wird Ihnen geholfen" - Professionelle Tischtennisschulen im Überblick

- JOOLA TT-Schule Zugbrücke Grenzau, Individuell & Intensiv mit A-Lizenz Trainer Anton Stefko
www.zugbruecke.de
- Andro TT-Schule Borussia Düsseldorf, „Trainiert dort, wo die Profis zu Hause sind!“, Ort: Deutsches TT-Zentrum; www.tt-schule.borussia-duesseldorf.com

Eine der taktischen Verhaltensweisen des Angriffsspielers sind sicherlich häufig die schnellen Bälle auf den Ellbogen. Das heißt: Recht häufig versucht er sich die Situation zurechtzulegen, um dann mit schnellen Bällen auf den Bauch zu agieren. Dies kann auch bereits nach der Aufschlag-Rückschlagsituation im ersten Ball sein, aber hier kann der Abwehrspieler meist noch recht platziert schupfen und die genauere Platzierung des ersten Topspins ist schwerer, besonders wenn der Angriffsspieler diesen Ball schnell spielen will. So zieht er oft ein bis dreimal vor, um dann in den Bauch zu punkten. Hier wird oft die lange Noppen des Abwehrspielers mit Rotation gesucht, um darüber vorzubereiten. Der Abwehrspieler kann diese Situation am besten verhindern, wenn er die Bälle in der Abwehrsituation möglichst aktiv verteilt und versucht Länge in den Ball zu bekommen.

Ein weiteres Mittel ist der Einbau von Tempowechseln über Stoppbälle, um den Abwehrspieler zu sehr viel Beinarbeit zu zwingen, um dann wieder die Chance auf einen schnellen Ball zu haben. Wenn der Abwehrspieler hier aber auf die kurzen Bälle immer mal wieder erfolgreich mit Angriffsbällen agieren kann und zumindest aggressiv und platziert schupft, geraten viele Angriffsspieler bei diesem Versuch der Taktik oft in Nachteil. Sie funktioniert eigentlich nur bei den Angriffsspielern, die mit sehr viel Gefühl und Ruhe spielen und zumindest mit der Eröffnung der Schupfbälle auch dann, wenn sie von den Noppen kommen keinerlei Probleme haben. Erfolgreicher sind die Schupfbälle in fast jedem Fall, wenn sie in die Seite kommen, in die zuvor Topspin gezogen wurde, da dieser Laufweg deutlich schwerer für den Abwehrspieler ist.

Parallele Topspins ein probates Mittel

Sowohl in der ersten Eröffnungssituation als auch in der Situation nach dem Stoppball sind schnelle erste parallele Topspins ein probates Mittel gegen Abwehr. Der Abwehrspieler muss im Zurücklaufen seine Distanz erst wiederfinden und dann die Bewegung nach vorne durchführen. Hierzu hat er bei parallelen Bällen natürlich deutlich weniger Zeit. Dies ist der Grund, warum viele Abwehrspieler im Schupfspiel eher über RH und Mitte gehen und den Schupfball in VH als Alternative einsetzen, damit der erste Ball nicht so leicht mit VH parallel gespielt werden kann. Denn jetzt

müsste der Angriffsspieler sehr weit rum und würde so die VH-Ecke extrem aufmachen und wäre nun selbst bei einem Notblock des Abwehrspielers recht hilflos. Natürlich kann der Angriffsspieler auch gut mit Tempo und Spinwechseln im Rahmen seiner Topspins arbeiten. Spielt der Abwehrspieler auf der RH klassisch eine lange Noppe, ist es über diese Seite nicht so leicht, denn hier ist der Abwehrspieler unempfindlich. Eine Ausnahme ist vielleicht, wenn der Angriffsspieler weiche Topspins ohne Schnitt beherrscht und einen Noppenbelag spielt. Das ist gegen aggressive Schupfbälle nicht besonders leicht. Möglich sind aber die Tempowechsel im Spin über den VH-Bereich. Für Abwehrspieler ist es ein äußerst schwerer Ball, wenn der Angriffsspieler mit weicheren rotationsreichen Topspins in VH spielt. Der Laufweg zum Abwehrspiel ist verdammt schwer, die Entfernung nur schwer einzuschätzen. Für diesen Ball muss der der Angriffsspieler versuchen, einen Gegenzieher zu entwickeln oder vielleicht mal zu drehen und mit der Noppe ein Störmanöver machen. Entscheidend ist aber auch die Situation, durch sehr aktive Platzierung vorher zu verhindern.

Für Angriffsspieler, die eher sicher mit sehr vielen Topspins agieren, ist es sicherlich auch eine Möglichkeit, den Abwehrspieler ständig laufen zu lassen und dann vielleicht mal gegen die Laufrichtung zu erwischen – besonders dann, wenn der Ball des Abwehrspielers mal kürzer und höher kommt. Für den Abwehrspieler ist es wichtig, in die Bälle dann immer wieder extreme Länge Richtung Grundlinie zu bekommen, um die Streuwinkel des Spielers möglichst gering zu halten. Kommt der Angriffsspieler mit seinen Angriffen nicht durch oder ist er eher Konter-Blockspieler oder auf Gegentopspin ausgerichtet, kann er den Abwehrspieler über Geduld auch zu eigenen Angriffen verleiten, um dann mit Gegenangriffen erfolgreich zu sein oder im Schupfspiel dann auf seine Chance zu warten. Jetzt ist es für den Abwehrspieler wichtig, sich seines Spielsystems zu besinnen: Die Schupfbälle immer wieder gut zu platzieren, vielleicht einige mehr über VH, um den Angriffsspieler zum Angriff zu zwingen. Die eigenen Angriffe müssen gut ausgewählt sein und mit unterschiedlichem Tempo vorgetragen werden, dann sollte der Abwehler aber auch direkt wieder den Übergang ins Abwehr- und rotationsreiche Spiel schaffen. Wenn der Angriffsspieler darauf hereinfällt und munter weiter mit mittlerer Qualität angreift, ist der Abwehler im Spiel.

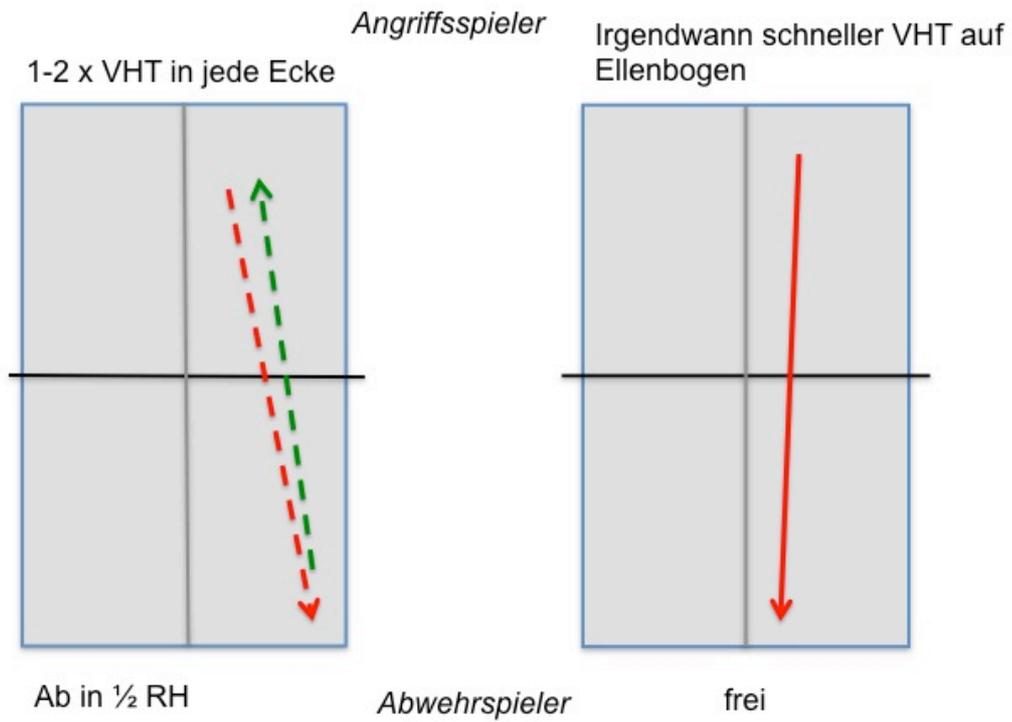
Dies war sicherlich nur ein Teil der gesuchten Strategien der Angriffsspieler gegen Abwehr. Viel Spaß beim Suchen und Beantworten weiterer Strategien. Die Möglichkeiten sind im TT-Sport unbegrenzt und das macht einen großen Teil der Faszination aus.

Die Übungen finden Sie ab Seite 3!

1. Übung: Strategie der schnellen Bälle auf den Bauch

Angriffsspieler : 1 - 2 x VHT in jede Ecke Abwehrspieler: Ab in 1/2 RH
irgendwann schneller VHT auf Ellenbogen
frei

Übung 1:



2. Übung: taktisches Mittel Stoppball

Angriffsspieler: HLA/LA in RH/Mitte
VH - frei)

Abwehrspieler: Sch in 2/3 RH (Sch in

RHT /VHT in RH
0 - 2 x VHT in RH
Stop
0 - 2 x T in RH
Stop

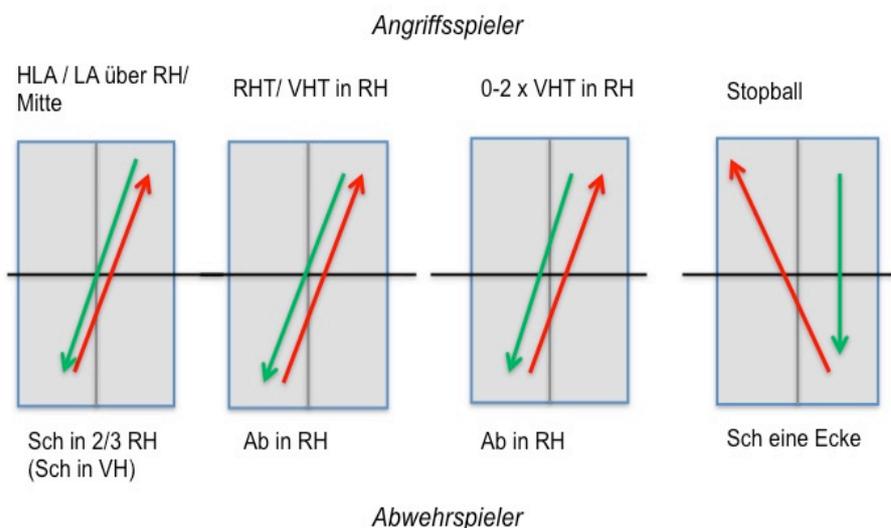
Ab in RH
AB in RH
Sch eine Ecke
Ab in RH

USW.

irgendwann T in VH - frei

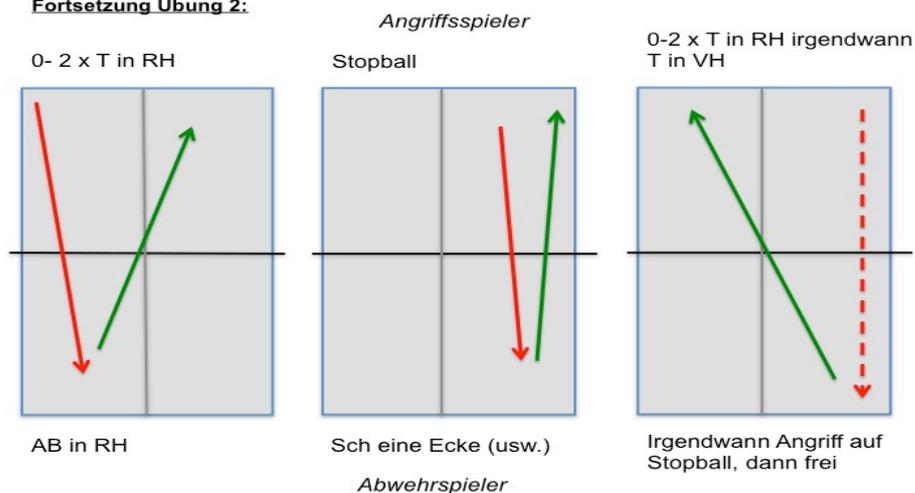
irgendwann Angriff auf St
- frei

Übung 2:



Fortsetzung nächste Seite

Fortsetzung Übung 2:



3. Übung: Stoppball in gleiche Ecke wie T

Abwehrspieler: HLA/LA in RH/Mitte
 Ab in RH
 Sch in eine Ecke
 Ab in Ecken

Angriffsspieler: T überall
 St auf gleichen Punkt wie T
 1 - 2 x T überall
 St in gleiche Ecke wie T

frei

Übung 3:

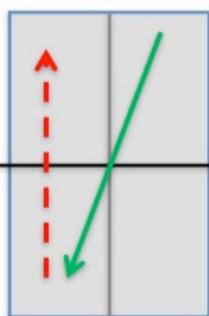
Abwehrspieler

HLA / LA in RH/ Mitte

Ab in RH

Sch in eine Ecke

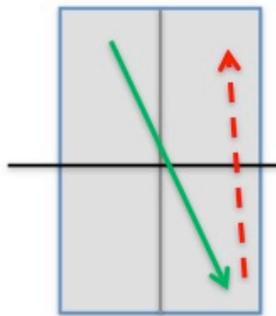
Ab in Ecken



T überall



St auf gleichen Punkt wie T



1-2 x Topspin überall



St in gleiche Ecke wie T, dann frei

Angriffsspieler

4. Übung: schnelle 1. T pa.

Angriffsspieler: KA überall (LA über 1/2- frei)
Ecken

Abwehrspieler: sSch in die

0 - 2 x Sch überall
schneller T pa.

Sch in Ecken

frei

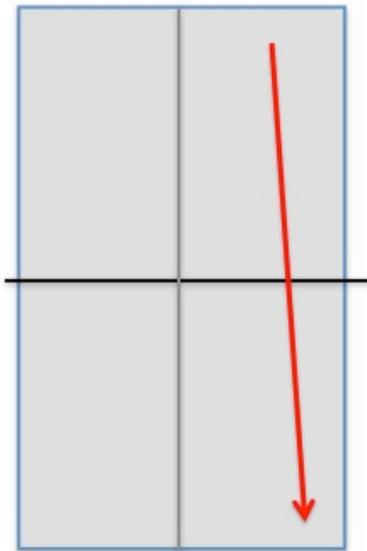
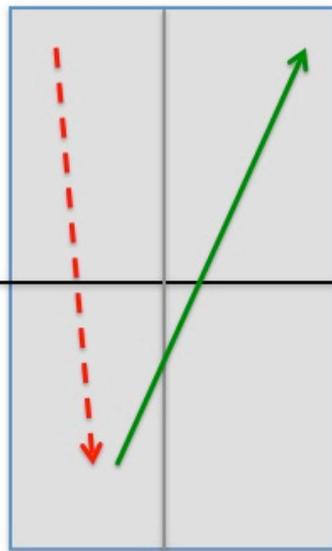
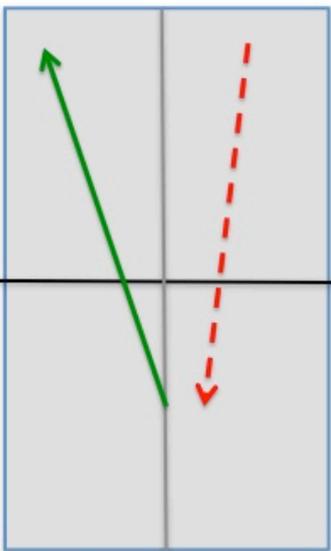
Übung 4:

Angriffsspieler

KA/ überall (La über 1/2)

0- 2 x Sch überall

Schneller T parallel



sSch in die Ecken

Sch in die Ecken

frei

Abwehrspieler

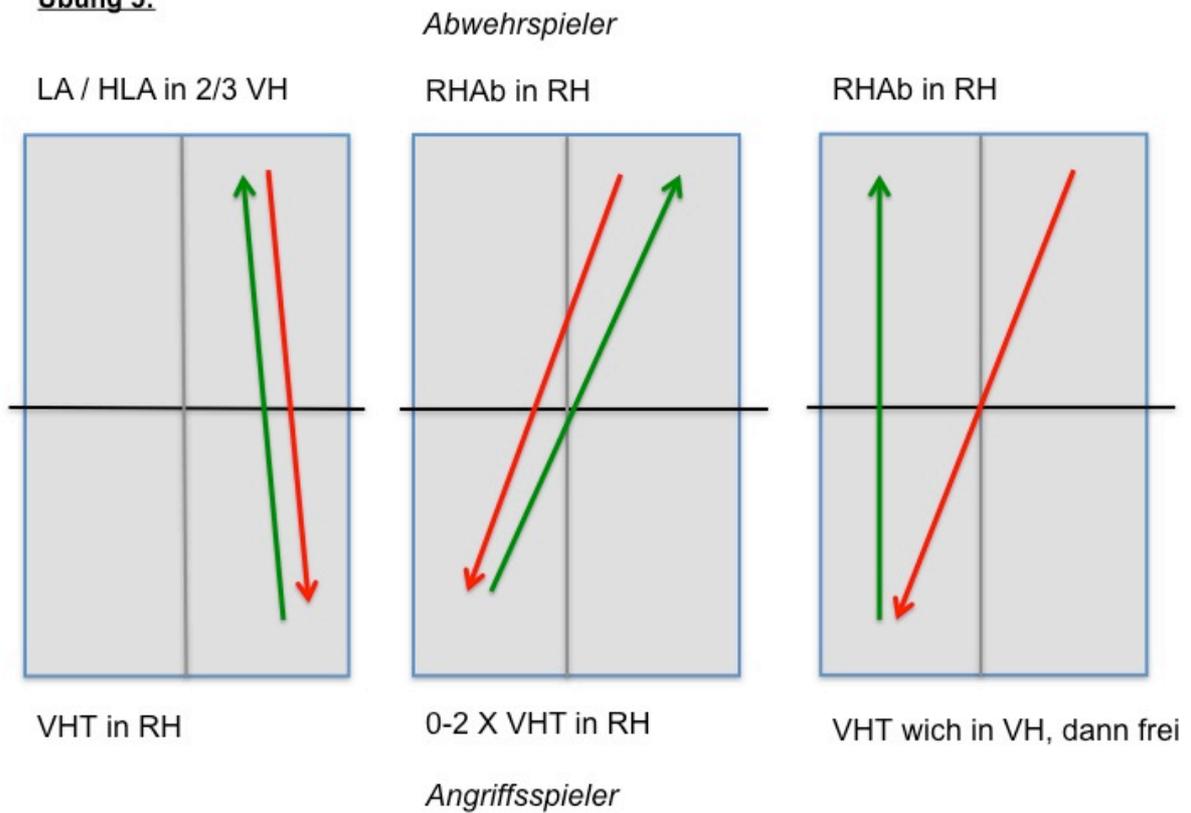
5. Übung: Einbau weicher T in VH

Abwehrspieler: LA/HLA in 2/3 VH
 RHAb in RH
 RHAb in RH

Angriffspieler: VHT in RH
 0 - 2 x VHT in RH
 VHT weich in VH

frei

Übung 5:

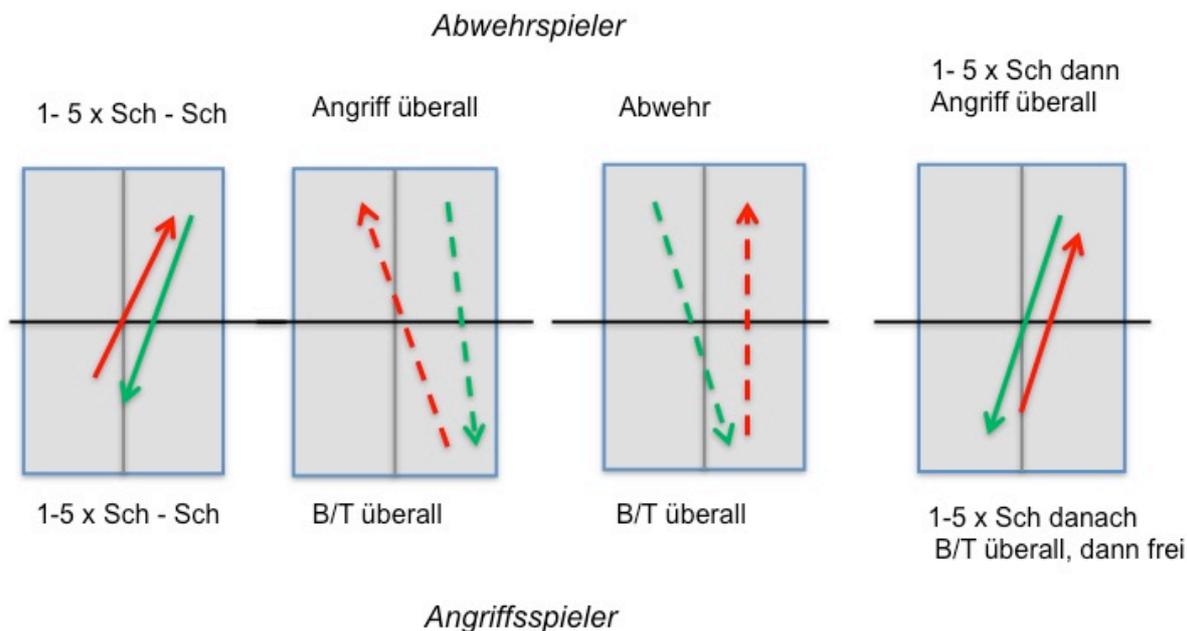


6. Übung: Warten auf die Angriffssituation des Abwehrspielers

1 - 5 x sch - sch
 Abwehrspieler: Angriff überall
 Abwehr
 1 - 5 sch - sch
 Angriff überall
 frei

Angriffsspieler: B/T überall

Übung 6:



Der Autor

Martin Adomeit war Nationaltrainer in drei Nationen (Deutschland, Luxemburg und Belgien) und gewann mit allen Nationen Medaillen bei Welt- und Europameisterschaften. 1998 wurde er in Deutschland Trainer des Jahres. Jetzt arbeitet der 51-jährige Lippstädter als freiberuflicher Trainer. Er führt unter anderem Lehrgänge für Vereine, Bezirke oder Verbände durch, gibt Einzeltraining und betreibt einen TT-Shop. International betreute er zuletzt Quadri Aruna beim World Cup in Düsseldorf. Zu erreichen ist Martin per Telefon unter 02941-273385 oder per mail unter lippstadt@tt-store.de. Die Adresse der Webseite ist www.lippstadt.tt-store.de.

Abkürzungsverzeichnis:

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