

## Jugendtrainertipp: Ballgefühl in Turnierform trainieren

Sinkende Inzidenzen geben allmählich Hoffnung auf eine Öffnung der Hallen und den Wiedereinstieg in den Trainingsbetrieb. Von Bedeutung in der aktuellen Zeit ist nach wie vor, den Kontakt zu den Vereinsmitgliedern, vor allem den jüngeren, zu halten. Zu diesem Zweck stellt Ingo Hansens im heutigen Jugendtrainertipp eine Turniermöglichkeit vor, die selbst während des Lockdowns einfach umgesetzt werden kann. Zudem gibt es drei kleine Preise zu gewinnen!

präsentiert vom Verband Deutscher Tischtennistainer (VDTT)



**Benötigte Materialien:** Bälle, Schläger, Ringe, Behälter verschiedene Größen etc.

### Aufgabe:

Heute möchte ich mit euch ein kleines Turnier spielen. Natürlich kann man das auch separat spielen. Der Trainer lädt all seine Jugendspieler (oder auch Erwachsene) zu dem Turnier ein. Alle, die sich angemeldet haben, kommen dann in einen Lostopf. Der Trainer, der gleichzeitig die Turnierleitung, Schiedsrichter etc. ist, lost die Partien aus. Die vielleicht stärksten (sichersten) Spieler kann er setzen (Position 1,2 etc.). Muss er aber nicht. Die Aufgabe für die Spieler **könnte** dann wie folgt aussehen: Der Ball muss immer 5x auf dem Schläger getitscht werden. Zuerst als Standard mit der Vorhand. Danach 5x während der Spieler auf dem rechten Bein steht. Dann 5x auf dem linken Bein. Danach mit Tappings. Dann einen Ball transportieren von einem Behälter zum anderen usw. Es gibt hier keine Grenzen und die Gedanken, Ideen sind frei. Ggf. können Vorschläge auch von den Spielern kommen. Der Spieler hat z. B. drei Versuche dafür. Der beste wird gewertet. Um das auch zu belegen, wird der Spieler gefilmt und das Video kann z. B. in eine WhatsApp-Gruppe gestellt werden, damit der Trainer das kontrollieren kann. Damit das Turnier für alle Spieler möglichst lange läuft, kann der Gewinner nach der ersten Runde in der Hauptrunde weiterspielen und der Verlierer spielt in der Trostrunde weiter. Die jeweils ausgelosten Partien sollten dann in einem festgelegten Zeitfenster gespielt werden. Den Gewinner feiert ihr dann entsprechend.

Wichtig: Da wir alle Spaß haben wollen...nehmen wir es nicht soooo ganz genau.

Und noch etwas: Mein Ausrüster, die Firma andro, stiftet drei kleine Preise. Wer mir als erstes bei Facebook eine persönliche Nachricht zukommen lässt (Trainername, Verein, wie viele Spieler), dem werde ich die Preise zusenden.

Ich freue mich auf eure Rückmeldungen!

### **Der Autor**

*Ingo Hansens ist hauptberuflicher Tischtennisttrainer und Inhaber der Kindertrainer- und B-Lizenz. Aktuell ist er als Honorartrainer beim Hessischen Tischtennisverband tätig und gehört zum Trainerteam der andro Tischtennisschule in Düsseldorf sowie von Rapid Luzern. Der Westerwälder bietet Training und Lehrgänge für Gruppen und Einzelpersonen aller Leistungsstufen an. Im myTischtennis.de-Trainingsbereich übernimmt er die Basistipps und gibt Ratschläge für das Training mit Kindern und Jugendlichen. Alle Infos und Angebote finden Sie auf seiner [Webseite](#) und seiner [Facebookseite](#).*

### **Abkürzungsverzeichnis:**

<b>VH</b>	Vorhand
<b>RH</b>	Rückhand
<b>Elle/Mi</b>	Ellenbogen, Entscheidungspunkt zwischen Vorhand & Rückhand
<b>TMi</b>	Tischmitte
<b>T</b>	Topspin
<b>VHT</b>	Vorhandtopspin
<b>RHT</b>	Rückhandtopspin
<b>K</b>	Konter
<b>B</b>	Block
<b>VHB</b>	Vorhandblock
<b>RHB</b>	Rückhandblock
<b>PB</b>	Press-Block
<b>F</b>	Flip
<b>VHF</b>	Vorhandflip
<b>RHF</b>	Rückhandflip
<b>SCH</b>	Schupfball
<b>SSCH</b>	aggressiver Schupfball
<b>SUS</b>	Seitunterschnitt
<b>S</b>	Schuss

<b>AS</b>	Aufschlag
<b>KA</b>	kurzer Aufschlag
<b>KUA</b>	kurzer Unterschnittaufschlag
<b>LA</b>	Langer Aufschlag
<b>RS</b>	Rückschlag
<b>US</b>	Unterschnitt
<b>OS</b>	Oberschnitt
<b>SS</b>	Seitenschnitt
<b>Leer</b>	keine Rotation
<b>l</b>	lang
<b>k</b>	kurz
<b>HL</b>	vermeintlicher, zweiter Auftreffpunkt des Balles ist die Grundlinie
<b>freies Spiel</b>	Ballwechsel mit dem Ziel des Punktgewinns zu Ende spielen