

## Tipp: Gegentopspin nach schlechter Eröffnung des Gegners

Eine Entwicklung im modernen Tischtennis lässt sich in letzter Zeit beobachten, die auch die Belagindustrie berücksichtigt hat. Es geht nicht mehr darum, unbedingt den ersten Topspin zu spielen, sondern mehr und mehr den Gegner leicht eröffnen zu lassen, um dann den Angriff und das Tempo zu übernehmen und mit Gegentopspin zu agieren. Diesem Thema widmet sich Martin Adomeit in seinem heutigen Trainingstipp.

präsentiert vom Verband Deutscher Tischtennistainer (VDTT)



Voraussetzung für einen guten Gegentopspin ist ein gut gespielter langer oder halblanger Ball, der den Gegner zwar zur Eröffnung zwingt, aber eine gute Qualität der Eröffnung verhindert. Dies geschieht über Auf- oder Rückschlag, bei dem die Platzierung des Gegners errahnt werden kann. Eine gute leichtfüßige Beinarbeit verbunden mit einer kurzen Schlagbewegung mit dem exakt richtigen Timing ist dann die Voraussetzung für den Gegentopspin.

### 1. Übung: Gegentopspin aus der Blocksituation

Spieler B: VHT aus  $\frac{1}{2}$  VH in RH/Mitte

Spieler A: 2 – 5 x B in  $\frac{1}{2}$  VH

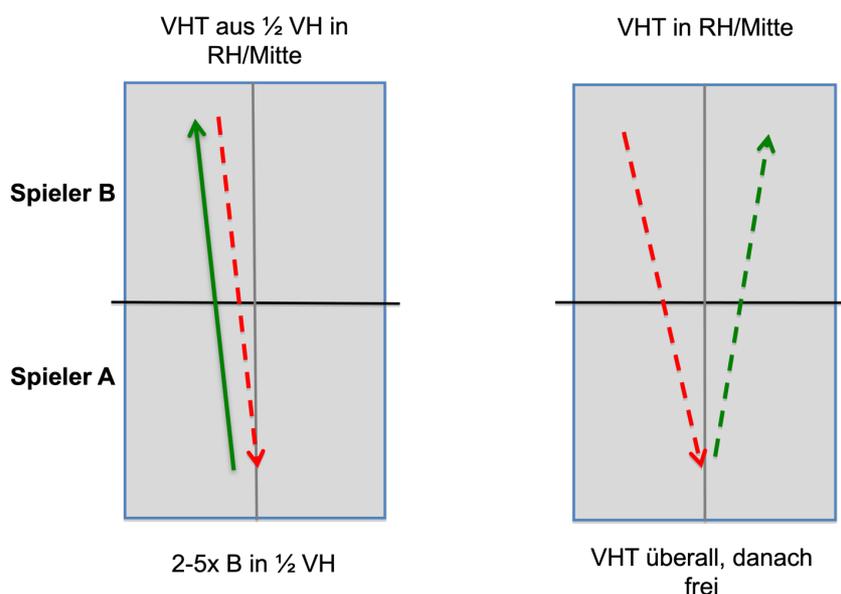
VHT in RH/Mitte

VHT überall

frei

Der Spieler B zieht VHT in RH oder Mitte. Über die Platzierung und das Tempo der Blockbälle versucht Spieler A die Chance für den Gegentopspin zu bekommen. Zu den Mitteln gehören dabei natürlich harte Blocks genau in VH-Ecke oder RH-Spin-Block.

#### Übung 1:



## 2. Übung: Gegentopspin nach halblangem Rückschlag

Spieler B: KA in RH/Mitte (LA in VH – frei)    Spieler A: HLR über VH (LR in RH – frei)

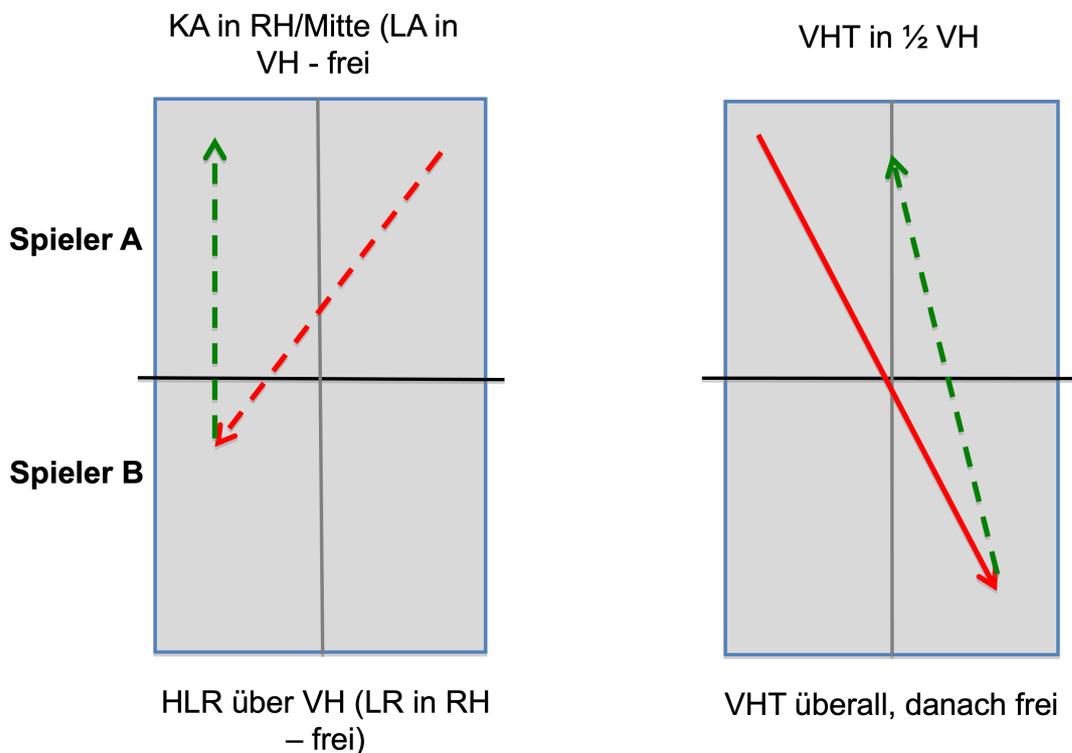
VHT in  $\frac{1}{2}$  VH

VHT überall

frei

Hier ist die Standardsituation des Gegenziehers. Über den halblangen Rückschlag wird der Aufschläger zu einem leichten Topspin verleitet, der dann übernommen wird. Wichtig ist, dass halblanger Rückschlag und Gegentopspin direkt miteinander verknüpft werden. Der Spieler spielt HLR, um dann den Topspin des anderen zu übernehmen.

### Übung 2:



## 3. Übung: VH- Gegentopspin nach F

Spieler A: KA überall (LA in VH -frei)

Spieler B: KR überall (LR in RH – frei)

RHF über VH-Ecke

VHT in  $\frac{1}{2}$  VH

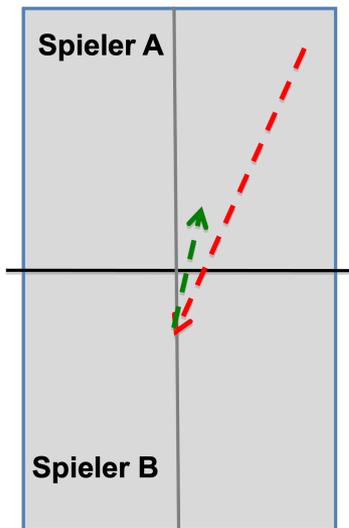
VHT überall

frei

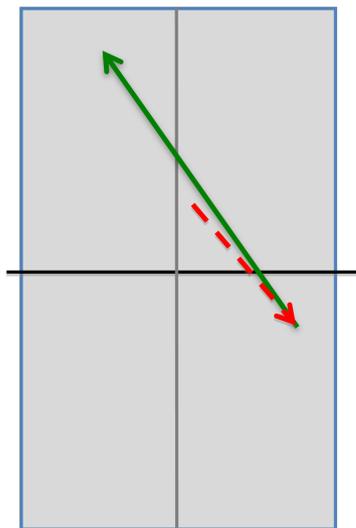
Jetzt geht es darum, F in VH mit dem eigenen VH-Gegenzieher direkt zu verknüpfen. Der Spieler flippt, damit er einen direkten Punkt gewinnt oder um den Angriff des Gegners direkt zu übernehmen. Wichtig ist dabei natürlich eine gute Qualität des Flips, damit der Gegner nicht zu hart und platziert eröffnen kann.

### Übung 3:

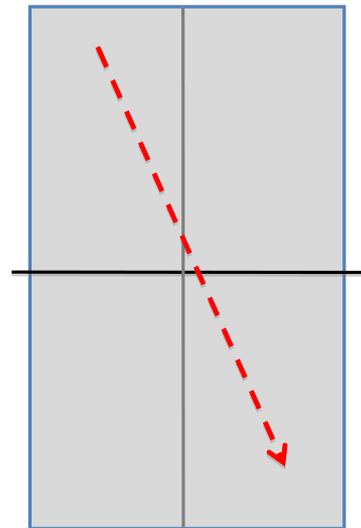
KA überall (LA in VH – frei)



RHF über VH-Ecke



VHT überall



KR überall (LR in RH – frei)

VHT in ½ VH

### 4. Übung: VH-Gegenzieher von unterschiedlichen Punkten nach unterschiedlichen Rückschlägen

Spieler B: KA in Mitte

Spieler A: RHF eine Ecke/HLR in VH

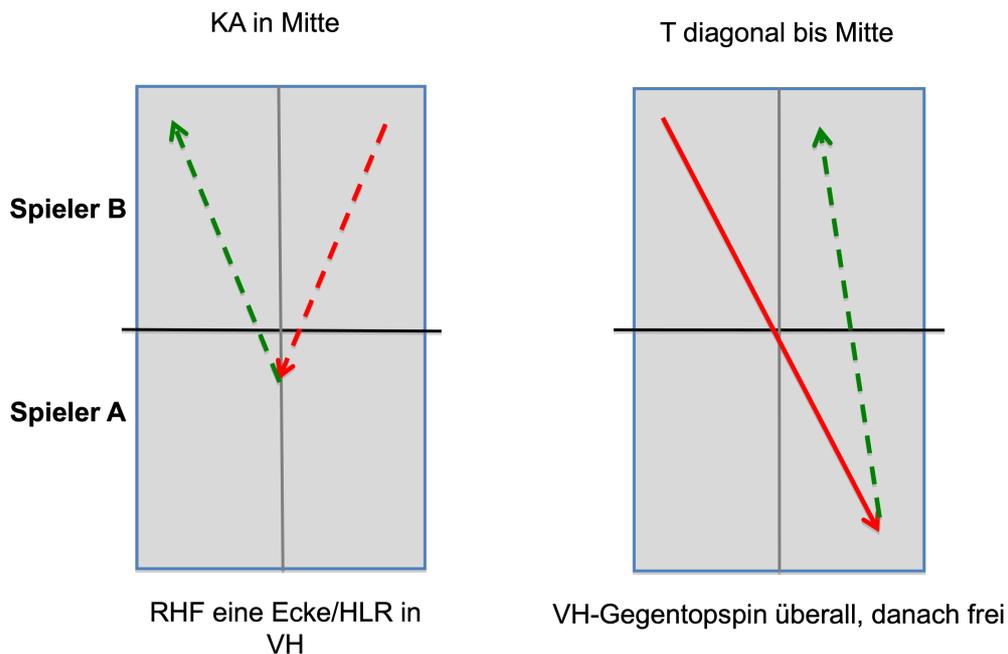
T diagonal bis Mitte

VH-Gegentopspin überall

frei

Bei dieser Übung ist ein sehr guter Rückschlag nötig, um die diagonalen Platzierungen in nicht guter Qualität zu erzwingen. Wenn man ahnen kann, wohin der Gegner eröffnet, ist der Gegenzieher gerade mit kurzer Schlagbewegung recht leicht.

**Übung 4:**



**5. Übung:** VH-Gegenzieher nach eigenem Aufschlag

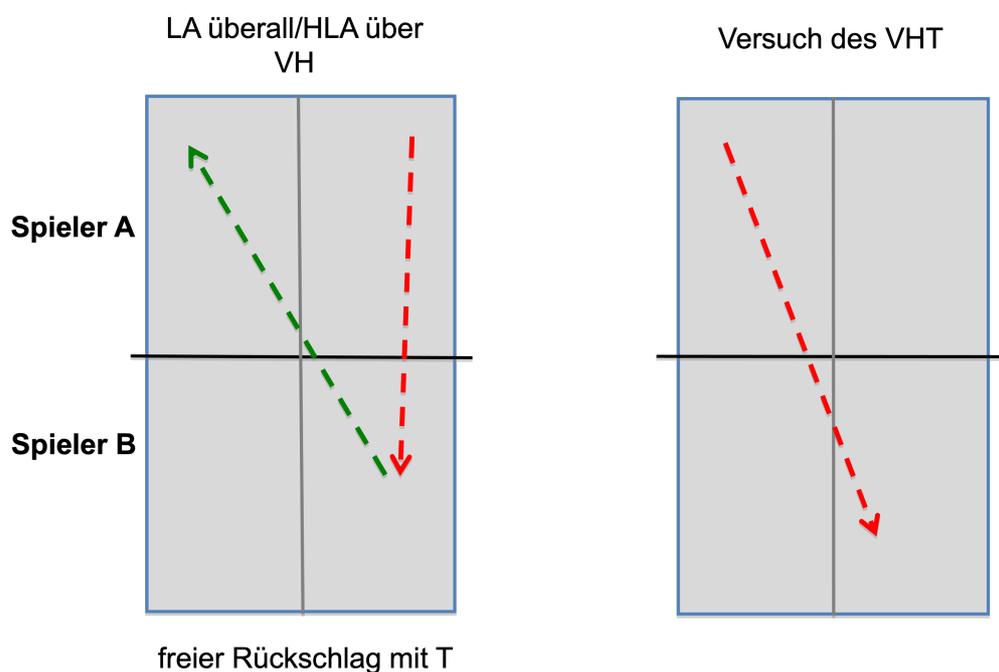
Spieler A: LA überall/HLA über VH

Spieler B: freier Rückschlag mit T

Versuch des VHT

Über die überraschende Aufschlagplatzierung versucht der Aufschläger den Rückschläger zu einem leichten Topspin zu zwingen, dessen Platzierung er erraten kann. Somit gibt es mit entsprechender Beinarbeit die Chance zum VHT.

**Übung 5:**



### Der Autor

*Martin Adomeit war Nationaltrainer in vier verschiedenen Nationen (Deutschland, Luxemburg, Belgien und Nigeria) und gewann mit allen Nationen Medaillen bei Welt-, Europameisterschaften oder African Games. 1998 wurde er in Deutschland Trainer des Jahres. Jetzt arbeitet der Lippstädter als freiberuflicher Trainer. Er führt unter anderem Lehrgänge für Vereine, Bezirke oder Verbände durch, gibt Einzeltraining und betreibt einen TT-Shop. Zudem führte er zuletzt zahlreiche Maßnahmen für den DOSB in Afrika und Asien durch und arbeitet als Berater und Werbeträger von VICTAS. International betreute er beispielsweise Quadri Aruna beim World Cup in Düsseldorf. 2015 führte er Nigerias Männerteam zum Mannschaftstitel bei den All African Games und ist damit der erste Trainer, der auf verschiedenen Kontinenten Titel in kontinentalen Mannschaftswettbewerben gewonnen hat. Der jüngste Erfolg des Coaches war die Deutsche Meisterschaft mit den Schülern des TuS Sundern 2017.*

**ados TT-Schule, [ttcenterlippstadt@faszination-tischtennis.de](mailto:ttcenterlippstadt@faszination-tischtennis.de), Tel. 02941-273385, Mobil: 0160-8120572** (für Nachfragen, Vereinbarung von Trainingsterminen oder Materialberatung).

### 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
<b>WP</b>	Wechsellpunkt