

## Trainingstipp: Auf Noppen muss man ‚kloppen‘?

„Noppen machen einsam“ – Solche Sprüche schmücken schon länger Kult-T-Shirts aus der Tischtennis-Szene. Sie muten lustig an, offenbaren aber vor allem eines: Die Angst der Angriffsspieler vor dem Material. Besonders die langen Noppen sind gefürchtet, was aber gar nicht sein muss. Denn auch lange Noppen können die physikalischen Gesetze nicht aufheben. Wer weiß, wie das Material des Gegners funktioniert, kann dies in die eigene Erfolgsstrategie einbauen.

Dabei stellt sich vor allem eine wichtige Frage: Welche Auswirkungen haben lange Noppen auf den Ball? Um dies beantworten zu können, müssen wir den ‚feindlichen Belag‘ zuerst einmal genau analysieren. Lange Noppen haben eine Länge von circa 0,9 bis 1,8 Millimeter. Reichen sie von 0,9 bis 1,3 Millimeter, wird auch von mittellangen oder halblangen Noppen gesprochen. Durch die geringe Berührungsfläche mit dem Ball, die kaum griffige Oberflächenstruktur und das typische Abknicken der weichen Noppen, entstehen im Wesentlichen drei charakteristischen Effekte:

1. verstärktes Rotationstempo
2. Schnittumkehr
3. ungewöhnliche Flugbahn

### "Hier wird Ihnen geholfen" - Professionelle Tischtennisschulen im Überblick

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

Lange Noppen benötigen die Rotation des ankommenden Balls und sind dann sogar in der Lage, den Drall noch zu verstärken. Jedoch können sie selber schlecht aktiv Spin in den Ball bringen, wenn der Gegner mit wenig Rotation spielt. Wird also mit viel Spin auf lange Noppen gespielt, kommt der Ball mit derselben oder noch stärkerer Rotation zurück. Wird dagegen ohne oder mit sehr wenig Rotation gespielt, kommt auch entsprechend wenig zurück.

Wenn der Gegner den Ball mit seinen langen Noppen zurückschlägt, bleibt die Rotationsrichtung normalerweise erhalten. Da sich (durch den Rückschlag) ja aber die Flugrichtung des Balles ändert, kehrt sich die Rotation in ihr Gegenteil um. Schupf auf Schupf erzeugt folglich Oberschnitt und nicht Unterschnitt. Ein Block mit langen Noppen auf einen Topspin erzeugt dementsprechend Unterschnitt und nicht Oberschnitt.

Oft hört man von Spielern, die gegen dieses Material spielen müssen, den Satz: „Der Ball flattert.“ Dieser Eindruck drängt sich auf, da die Flugkurve anders ist, als es die Spieler erwarten und sonst von ‚Noppen-Innen-Belägen‘ gewohnt sind. Zum einen entsteht durch das Abknicken und Wiederaufrichten der Noppen eine katapultartige Beschleunigung und zum anderen fehlt den Bällen häufig der stabilisierende Flugfaktor Rotation, wodurch der Ball beim Überwinden des Luftwiderstandes scheinbar flattert.

### **Wie komme ich gegen lange Noppen an?**

Ein großer Nachteil der langen Noppen ist, dass sich ein Gegenspieler auf die ankommende Rotation einstellen kann, wenn er dabei seinen vorherigen Schlag und das oben beschriebene Wissen berücksichtigt. Der größte Vorteil der Noppenspieler ist dagegen, dass die meisten Spieler es nicht gewohnt sind, gegen sie zu spielen. Bei Turnieren oder Meisterschaftsspielen haben sie also das Überraschungsmoment auf ihrer Seite. Um diesen Vorteil auszugleichen, hilft nur regelmäßiges Training.

Um sein eigenes Angriffsspiel durchzusetzen, bietet sich die beste Möglichkeit nach einem eigenen – möglichst langen – Schupfball. Der Topspin auf den nächsten Ball muss wegen des mangelnden Unterschnitts nach vorne gezogen werden. Je nachdem, wie hoch der Ball ankommt, ist es sogar leichter, einen Schuss zu spielen. Doch auch schon mit dem eigenen Aufschlag kann man seinen Angriff einleiten: Schnelle lange Aufschläge mit wenig Rotation sind nicht leicht zu kontrollieren, so dass mit dem nächsten Ball der Angriff ausgeführt werden kann.

Bringt der Noppenspieler den Topspin zurück, kann extrem viel Unterschnitt im Ball sein. Das kann es für viele Spieler erschweren, mit einem weiteren Topspin zu reagieren. Für diejenigen, denen der Topspin in dieser Situation schwer fällt, bietet sich ein Schupf oder Ablegen des Balles an, bis ein weiterer Angriff möglich ist. Dieser Wechsel zwischen Schupf – oder Ablegen des Balles – und Topspin ist eine mögliche, einfache Strategie. Um den Noppenspieler vor Probleme zu stellen, sollte der Angriffsspieler unregelmäßig angreifen und seine Schläge über der gesamten Tischbreite verteilen.

Benutzt der Gegner einen Kombischläger (Noppen-Innen-Belag/lange Noppen), bestehen weitere taktische Möglichkeiten. Zum einen kann man als sicherer Topspinspieler mehrfach auf die Unterschnittbälle von der Noppenseite angreifen und irgendwann auf den Noppen-Innen-Belag wechseln. Dieser ist für den Materialspieler schwieriger zu kontrollieren. Häufig bietet sich beim folgenden Schlag die Möglichkeit auf einen Punktgewinn. Streut man zusätzlich gelegentlich einen Stoppball ein, so muss der Noppenspieler nicht nur seitliche Laufwege vollziehen, sondern auch tischnahe und tischferne Distanzen überbrücken.

Ist man kein sicherer Topspinspieler, gibt es zum anderen die Möglichkeit, den Gegner tief auf die Seite zu drängen, auf der er den normalen Belag hat. Möglicherweise versucht er, über den ganzen Tisch mit dem Noppenbelag zu spielen und gibt so die eigentliche Noppenseite zum Angriff frei.

Abschließend nochmal die möglichen Kombinationen zusammengefasst:

- Schupf gegen Noppen-Schupf: der eigene Unterschnitt kommt als Oberschnitt zurück
- Topspin gegen Noppen-Unterschnittabwehr: der eigene Oberschnitt kommt als Unterschnitt zurück
- Topspin gegen Noppen-Block: der eigene Oberschnitt kommt als Unterschnitt zurück
- Block gegen Noppen-Topspin: da beim Angriffsschlag (Topspin) mit einem Noppenbelag praktisch keine Rotation erzeugt wird, besteht bei einem geschlossenen Schlägerblatt die Gefahr, dass der Ball beim Block ins Netz fällt

## Übungsbeispiele (Die Noppe ist auf der Rückhand)

### Übung 1 (Rückschläger ist der Noppenspieler)

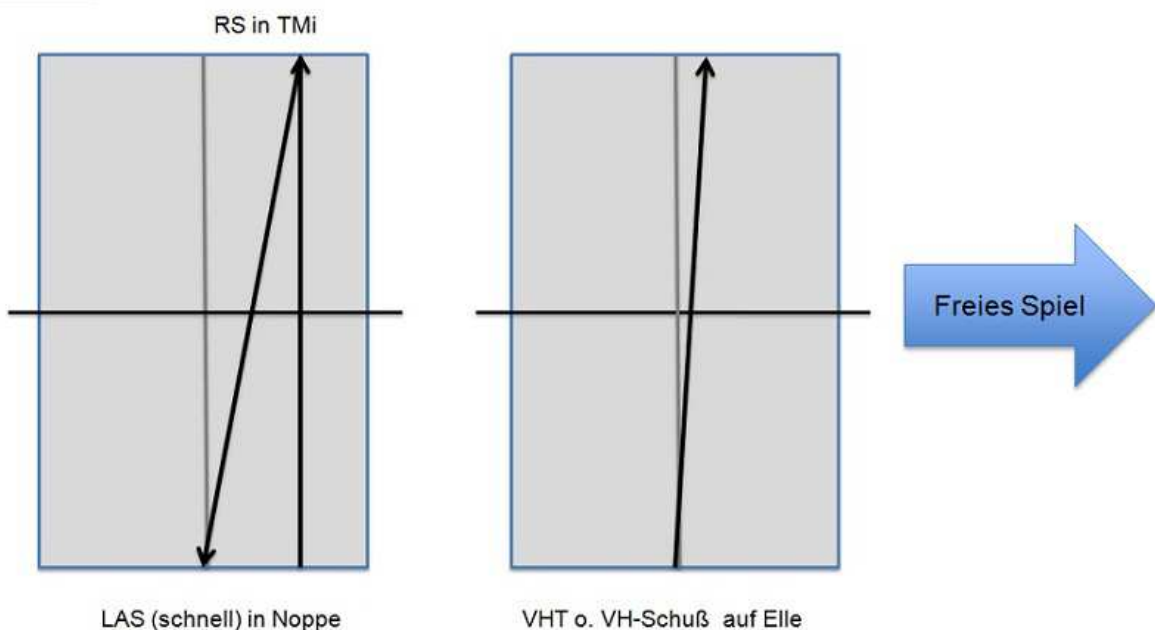
A: LAS (schnell) in die Noppe

B: RS in TMI

A: VHT o. VH-Schuss auf Elle

freies Spiel

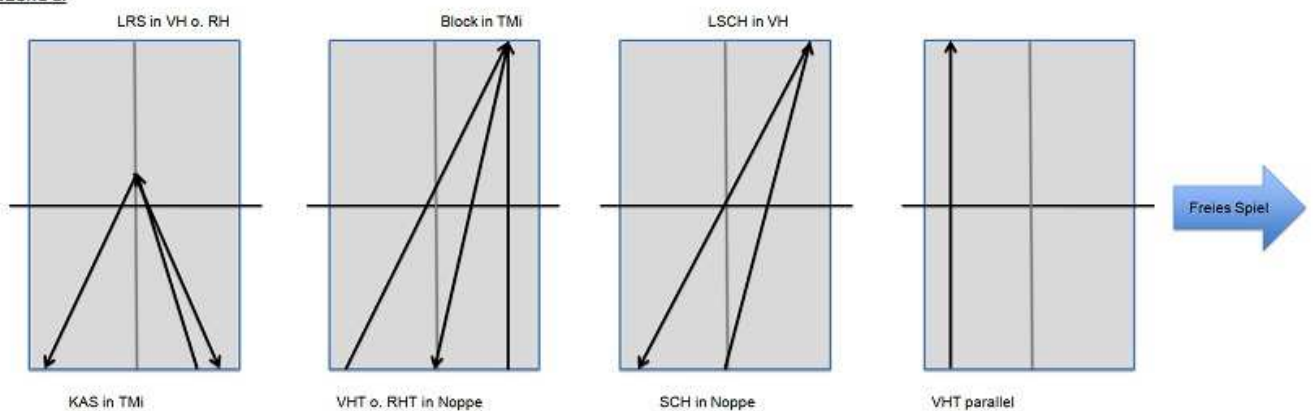
#### ÜBUNG 1:



### Übung 2 (Rückschläger ist der Noppenspieler)

- A: KAS (leer) in TMI
- B: RS in VH o. RH
- A: VHT/RHT in die Noppe
- B: Block in TMI
- A: SCH in Noppe
- B: ISCH in VH
- A: VHT parallel
- freies Spiel

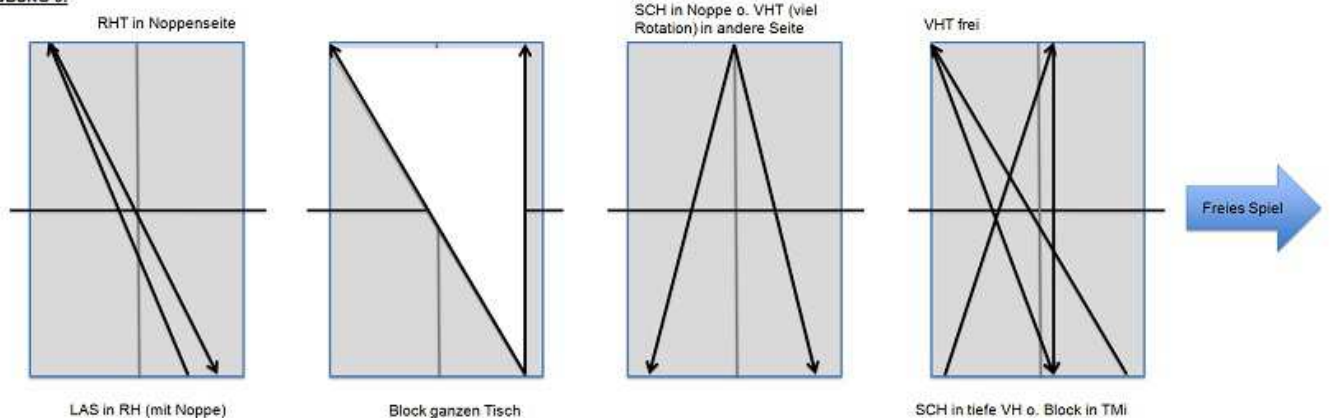
#### ÜBUNG 2:



### Übung 3 (Aufschläger ist der Noppenspieler)

- A: LAS in RH (mit Noppe)
- B: RHT in Noppenseite
- A: Block ganzen Tisch
- B: SCH in Noppenseite o. VHT (viel Rotation) in andere Seite
- A: SCH in tiefe VH o. Block in TMI
- B: auf SCH u. Block VHT
- freies Spiel

#### ÜBUNG 3:



**Abkürzungsverzeichnis:**

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

<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>K</b>	Konter
<b>B</b>	Block
<b>PB</b>	Press-Block
<b>F</b>	Flip
<b>SCH</b>	Schupfball
<b>SSCH</b>	aggressiver Schupfball
<b>S</b>	Schuss
<b>AS</b>	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