

Tipp: Höhere Topspins als taktisches Mittel

Nicht immer ist schneller, flacher und kräftiger das Nonplusultra. Auch höhere Topspins in die Rückhand sind zwischendurch ein sehr effektives taktisches Mittel, wie der ehemalige Damen-Bundestrainer Martin Adomeit in seinem aktuellen Taktiktipps verrät. Natürlich liefert der erfahrene Coach gleich ein paar Übungen mit, um dieses Mittel auch im eigenen Training zu üben - und schließlich im Spiel anwenden zu können.

Für viele hört es sich paradox an. Spiele zwischendurch höhere Bälle, um zu punkten. In Wirklichkeit ist dies aber ein gutes taktisches Mittel, um zu Punkten zu kommen. In der Rückhand ist es schwer, plötzlich höhere Bälle gut zu beantworten. Hier ist der Ball aufgrund der Anatomie schwer zu spielen. Natürlich könnte man umspringen und diesen Ball mit Vorhand spielen, aber genau dies können viele Spieler nicht, da sie in der Passivsituation recht fest stehen und ihnen die Zeit fehlt, diese Entscheidung zu fällen und die Aktion durchzuführen.

Wichtig für die erfolgreiche Durchführung ist, dass die höheren Bälle lang zur Grundlinie kommen. Dies ist Bestandteil des technischen Trainings. In den folgenden Übungen beschäftige ich mich aber mit dem taktischen Einsatz dieses Schlages. Hierzu gehört, den Schlag zum richtigen Zeitpunkt einzusetzen. Dafür muss die Situation erkannt, aber bei vielen Spielern auch der Mut aufgebracht werden, einzelne Bälle höher zu spielen. Dieser steigt, je öfter der Spieler positive Erfahrungen damit macht. Gelingt dies, ist der bewusste erfolgreiche Einsatz auch psychisch für den Wettkampf wichtig. Nichts ärgert den Gegner mehr, als scheinbar leicht verschlagene Bälle. Auch wenn der höhere Ball nicht zum Punktgewinn führt, kann er dem Topspinspieler helfen, in einer schwierigen Situation wieder Zeit zu gewinnen.

1. Übung: Höhere Topspins aus der Beinarbeit heraus

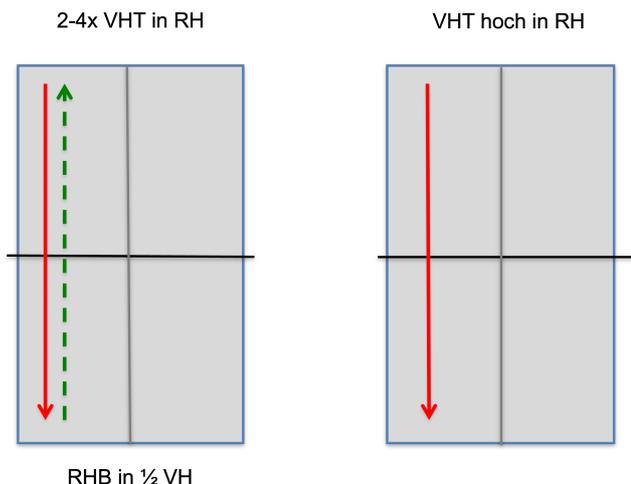
Spieler A: 2 – 4 x VHT in RH
VHT hoch in RH

Spieler B: RHB in ½ VH

Frei

Der Spieler spielt aus der unregelmäßigen Beinarbeit heraus in Rückhand. Nach einigen Bällen spielt er plötzlich hoch in Rückhand. Danach ist freies Spiel. Der Spieler sollte darauf achten, diesen Ball lang und mit viel Rotation zu spielen.

Übung 1:



2. Übung: Befreiung aus der tiefen Vorhand auch mit höherem Ball in Rückhand

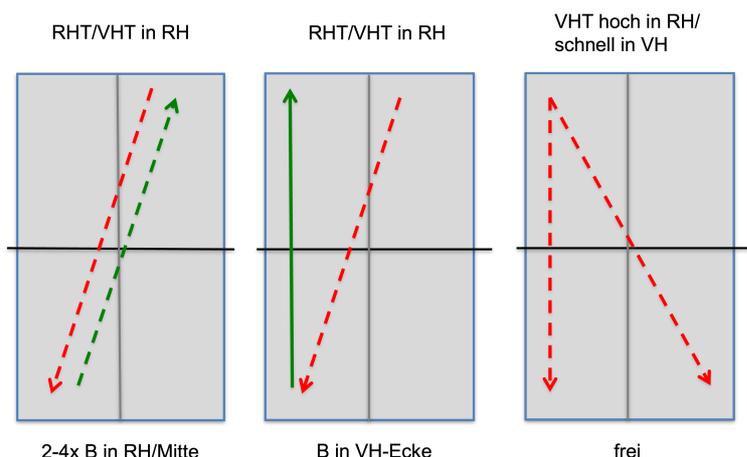
Spieler A: RHT/VHT in RH
 RHT/VHT in RH
 VHT hoch in RH/schnell in VH

Spieler B: 2 – 4 x B in RH/Mitte
 B in VH-Ecke

frei

Der Spieler spielt Rückhand- oder Vorhandtopspin aus der Rückhand-Hälfte. Dann wechselt der Blockspieler in weite Vorhand. Jetzt spielt der Topspinspieler schnell in die Vorhand oder mit hohem Bogen lang in Rückhand. Diese Entscheidung hängt von der eigenen Position ab, sicherlich aber auch von der Stellung und Erwartung des Gegners und den Bällen vorher.

Übung 2:



3. Übung: Vorhandtopspin hoch in Rückhand als Eröffnungsballe oder zum Nachspielen

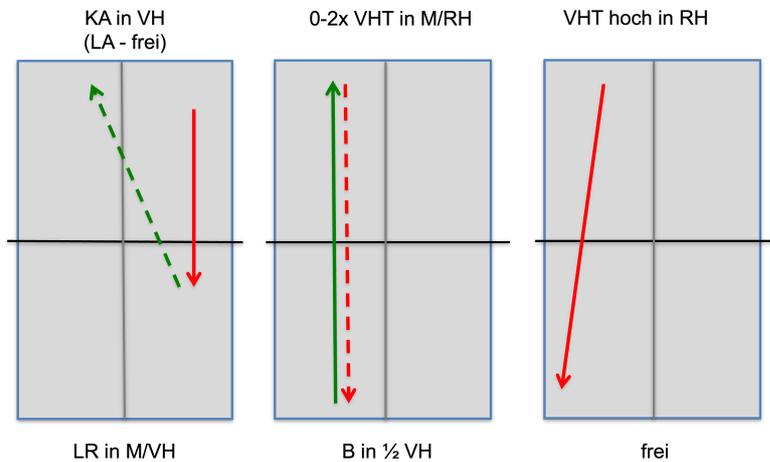
Spieler A: KA in VH (LA – frei)
 0 – 2 x VHT auf Mitte/RH
 VHT hoch in RH

Spieler B: LR in Tischmitte/VH
 B in 1/2 VH

frei

Aus der Vorhand-Seite spielt der Spieler nun entweder direkt den Eröffnungsball höher in Rückhand oder nach ein oder zwei schnellen Bällen.

Übung 3:



4. Übung: Topspin hoch in Rückhand zur Eröffnung oder beim Nachspielen

Spieler B: KA

F/sSch in RH

B in Tischmitte

B in Tischmitte

Spieler A: KR

RHT hoch in RH – frei/RHT in VH/Mitte

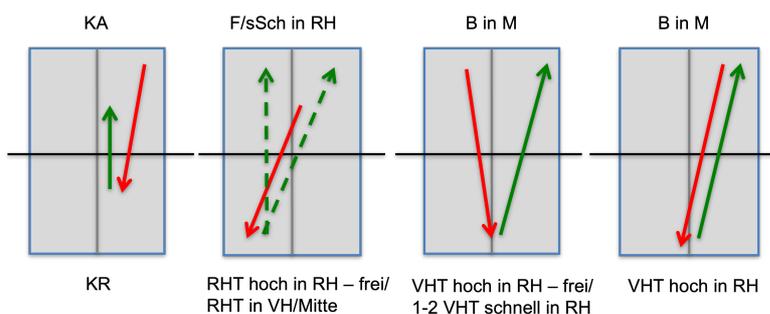
VHT hoch in RH – frei/ 1 – 2 VHT schnell in RH

VHT hoch in RH

frei

Jetzt eröffnet der Spieler aus Rückhand unter Umständen auch schon höher in Rückhand. Wenn nicht, kommt der Block in Mitte und dann irgendwann der Topspin höher in Rückhand. Dabei muss der Rückhandtopspin, sollte er höher sein, schon sehr gut sein, denn der Gegner hat durch die diagonale Platzierung einige Zeit, den Ball zu beantworten.

Übung 4:



frei

5. Übung: Aus weiter Vorhand mit schnellem oder hohem Ball

Spieler A: KA (LA – frei)

RHT in RH

VHT in RH

VHT schnell in RH/hoch in RH/weit in VH

frei

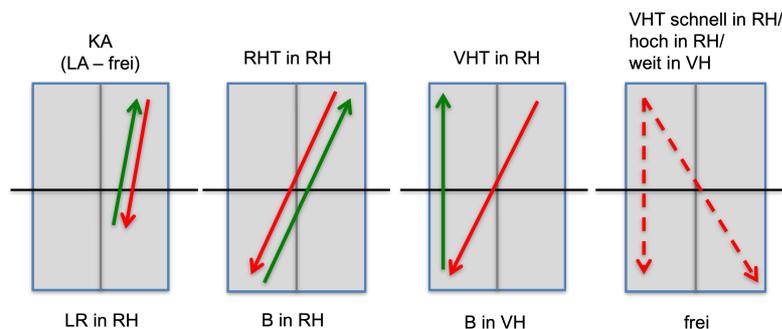
Spieler B: LR in RH

B in RH

B in VH

Der Spieler eröffnet in Rückhand, springt um, spielt Topspin in Rückhand und bekommt dann den Ball in weite Vorhand. Aus dieser Situation soll er sich mit unterschiedlichen Bällen befreien. Allerdings spricht auch nichts dagegen, einen der beiden ersten Topspins mit höherer Flugkurve lang in Rückhand zu ziehen, entweder um direkt zu punkten oder um sich Zeit für die nächsten Bälle zu verschaffen.

Übung 5:



Der Autor

Martin Adomeit war Nationaltrainer in vier verschiedenen Nationen (Deutschland, Luxemburg, Belgien und Nigeria) und gewann mit allen Nationen Medaillen und Titel bei Welt-, Europameisterschaften oder African Games. 1998 wurde er in Deutschland Trainer des Jahres. Jetzt arbeitet der 61-jährige Lippstädter als freiberuflicher Trainer. Er führt unter anderem Lehrgänge für Vereine, Bezirke oder Verbände durch, gibt Einzeltraining und betreibt einen der wenigen unabhängigen TT-Shop. Hier führt er Beratungen und Verkauf nahezu aller gängigen Tischtennismarken durch. Zudem führte er zuletzt zahlreiche Maßnahmen für den DOSB in Afrika und Asien durch und arbeitet als Berater und Werbeträger von Victas. Zu erreichen ist Martin per Telefon unter 02941-273385, per Mail unter ttcenterlippstadt@faszination-tischtennis.de oder unter WhatsApp (01608120572).

Abkürzungsverzeichnis:

VH	Vorhand
RH	Rückhand
Elle/Mi	Ellenbogen, Entscheidungspunkt zwischen Vorhand & Rückhand
TM	Tischmitte
T	Topspin
VHT	Vorhandtopspin
RHT	Rückhandtopspin
K	Konter
B	Block
VHB	Vorhandblock
RHB	Rückhandblock
PB	Press-Block
F	Flip
VHF	Vorhandflip
RHF	Rückhandflip
SCH	Schupfball
SSCH	aggressiver Schupfball
S	Schuss
AS	Aufschlag
KA	kurzer Aufschlag
LA	Langer Aufschlag
KUA	Kurzer Unterschnittaufschlag
KSSA	kurzer Seitschnittaufschlag

KSUA	kurzer Seitunterschnittaufschlag
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
WP	Wechsellpunkt