

TISCHTENNIS **TAKTIK**

Geske/Mueller

Dein Weg zum Erfolg!

JETZT MIT
„DOPPEL“ &
„RÜCKSCHLAG-
TAKTIK“!



MEYER
& MEYER
VERLAG

INHALT

DANKSAGUNG ODER (FREI NACH JOE COCKER)	
„WITH A LITTLE HELP FROM OUR FRIENDS“	2
GRUSSWORT	9
VORWORT ZUR SECHSTEN AUFLAGE	10
BEVOR ES LOSGEHT, AN DIESER STELLE NOCH EINIGE HINWEISE:	14
1 DIE PLATZIERUNG	18
1.1 Ellbogen	20
1.2 Streuwinkel	23
1.2.1 Folgen für Training und Wettkampf	24
1.2.2 Fazit zum Thema Streuwinkel	25
1.2.3 Kurzer Blick über die eigene Sportart hinaus	26
1.3 Die Schlägerhaltung	27
1.3.1 Das Griffschema nach Östh/Fellke	30
1.3.2 Folgen für Training und Wettkampf	31
1.4 Spielsysteme	32
1.4.1 Kennzeichen eines vorhanddominanten Spielers	32
1.4.1.1 Tipps für das Spiel gegen vorhanddominante Spieler	33
1.4.2 Kennzeichen eines rückhanddominanten Spielers	35
1.4.2.1 Tipps für das Spiel gegen rückhanddominante Spieler	36
1.4.3 Resümee zum Thema „Spielsysteme“	37
1.5 Übungen	38
2 DAS TEMPO	42
2.1 Schnell oder langsam?	42
2.2 Tempowechsel	44
2.3 Übungen	45
3 DIE FLUGHÖHE	48
3.1 Allgemeines	48
3.2 Die Ballonabwehr	51
3.3 Das Zeitproblem	52

3.4	Spiel gegen Abwehr	53
3.5	Übungen	54
4	DIE ROTATION	58
4.1	Erzeugen von Rotation	59
4.2	Erkennen von Rotation	62
4.2.1	Unterschnitt	62
4.2.2	Überschnitt	66
4.2.3	Seitenschnitt	68
4.3	Übungen	72
4.3.1	Übungen zum Schupf	72
4.3.2	Übungen zu Topspin und Block	73
4.3.3	Übungen zum Flipp	74
4.4	Material	75
4.4.1	Noppen-innen-Beläge	77
4.4.1.1	Antis	78
4.4.2	Noppen-außen-Beläge	79
4.4.2.1	Kurze Noppen	79
4.4.2.2	Lange Noppen	81
4.4.2.3	Mittellange Noppen	84
5	AUFSCHLAGTAKTIK	88
5.1	Aufschlagfinten	91
5.1.1	Finte „mit/ohne Rotation“	91
5.1.2	Das Scheibenwischerprinzip	92
5.1.3	Das Umkehrprinzip	93
5.2	Tipps zum Aufschlagtraining	94
6	RÜCKSCHLAGTAKTIK	98
7	DOPPEL	106
7.1	Alles ist anders	115
7.1.1	Kommunikation ist wichtig	116
7.2	Partnerwahl - Gegensätze ziehen sich an	116
7.3	Spielanlage	118
7.4	Technische Voraussetzungen	119

7.5 Laufwege	120
7.6 Taktiktipps	125
7.6.1 Langsamer spielen ist die Kunst des Doppelspiels	125
7.6.2 Die Platzierung ist das A und O	126
7.7 Aufschläge - Auf die Länge kommt es an	128
7.7.1 Mit Schnitt oder ohne?	128
7.7.2 Zeichensprache unter dem Tisch	129
8 RISIKOABSCHÄTZUNG	114
8.1 Risikophasen	100
9 NACHWORT	132
10 DIE OFFIZIELLEN REGELN	136
10.1 Die Auf- und Rückschlag- bzw. Seitenwahl	136
10.2 Die Wechselmethode	139
11 ABSCHLUSSFRAGEBOGEN	164
11.1 Antworten	169
12 PORTRÄTS DER BESTEN EUROPÄISCHEN SPIELER	172
12.1 Timo Boll	172
12.2 Dimitrij Ovtcharov	173
12.3 Vladimir Samsonov	174
12.4 Jan-Ove Waldner	175
12.5 Patrick Baum	176
12.6 Christian Süß	177
12.7 Werner Schlager	178
Anhang	179
Lese- und Surftipps	179
Literaturverzeichnis	181
Bildnachweis	182



GRUSSWORT


Hi!

Macht euch Tischtennis genauso viel Spaß wie mir? Hoffentlich – denn es ist sicher eine der schnellsten, spannendsten und auch abwechslungsreichsten Sportarten. Sie kann einen aber auch manchmal ganz schön zur Verzweiflung bringen, wenn man z. B. Aufschläge nur hoch oder gar nicht retournieren kann oder das Spiel gegen verschiedene Belagtypen einfach noch nicht verstanden hat.

Falls ihr euch vielleicht manchmal auch darüber wundert, warum euer Trainer gegen den einen Gegner mehr über die Vorhandseite zu spielen rät, gegen den Nächsten aber genau das Gegenteil, kann euch das vorliegende Buch mit vielen Beschreibungen und Tipps zum eigenen Spiel einige Ratschläge geben.

Ich wünsche euch gute Unterhaltung und noch mehr Antworten auf offene Fragen! Und falls ihr Lust habt, etwas bei den Großen abzuschauen, so empfehle ich euch einen Besuch bei Spielen der Tischtennisbundesliga – gibt's auch immer öfter im Fernsehen ...

Ciao!



Timo

3 DIE FLUGHÖHE

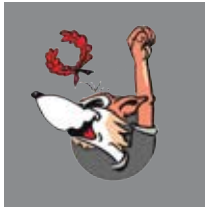
Nachdem du im vorangegangenen Kapitel erfahren hast, dass es wichtig ist, einen Ball möglichst schnell zu spielen, um dem Gegner keine Zeit für einen guten Rückschlag zu lassen, folgen nun einige Anmerkungen zur Flughöhe.

3.1 ALLGEMEINES



Prinzipiell gilt: Spiele den Ball bei allen Schlägen möglichst flach!

Grundsätzlich sollten alle Schlagtechniken so gespielt werden, dass die Flughöhe, die ja auch mit verantwortlich für die Absprunghöhe des Balls auf dem Tisch ist, möglichst flach gehalten wird. Dadurch verhinderst du, dass dein Gegner den Ball ohne großes eigenes Risiko hart schießen oder mit Topspin ziehen kann.



Darum auch die alte, wenn auch nicht ganz ernst gemeinte taktische Anweisung: flach spielen – hoch gewinnen!

Um selbst möglichst flach spielen zu können, ist es wichtig, dass du die verschiedenen Balltreffpunkte nach dem Absprung des gegnerischen Balls auf deiner Tischhälfte beachtest. Diese sind in der folgenden Abbildung dargestellt:

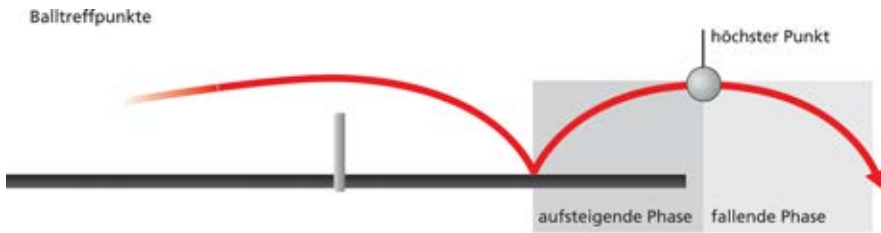


Abb. 10: Balltreffpunkte

In der ersten Phase nach dem Absprung vom Tisch befindet sich der Ball in der **(auf-)steigenden Phase**. Bälle, die sich in dieser Flugphase befinden, eignen sich besonders für folgende Schlagtechniken:

- Zum Blocken – auf gegnerische Topspins, Schüsse oder Konterschläge.
- Zum Kontern – auf gegnerische Konterschläge.
- Zum frühen Topspin am Tisch – auf gegnerische Topspins.
- Zum kurzen Schupfen – auf kurze gegnerische Schupfbälle.

Nachdem ein Ball die aufsteigende Flugphase beendet hat und bevor er in die fallende Phase kommt, befindet er sich für einen kurzen Moment am **höchsten Punkt**. Bälle, die sich an diesem Punkt befinden, eignen sich:

- Zum Schießen – besonders auf höhere gegnerische Schupf-, Block- und Konterbälle sowie auf zu hohe, halblange Topspins.
- Zum harten Topspin – auf gegnerische Block- und Konterbälle sowie auf etwas höher abspringende, halblange und lange Schupfbälle.
- Zum Flipp – auf kurze Schupfbälle und auf kurze gegnerische Aufschläge aller Art.
- Zum langen, aggressiven Schupfen – auf kurze gegnerische Schupfbälle.

Die letzte Flugphase wird als **fallende Phase** bezeichnet und beginnt sofort, nachdem der Ball über den höchsten Punkt hinausfliegt.

Bälle in dieser Flugphase eignen sich für die nachfolgenden Schlagtechniken – sollten aber in der Regel nicht tiefer als in Tischhöhe getroffen werden:

- Für Ballonabwehrschläge – auf gegnerische Schüsse.
- Für lange, halbhohe Topspins – auf lange, flache Schupfbälle.
- Für Unterschnittabwehrschläge – auf gegnerische Topspins und Schüsse.

ANMERKUNG:

Fälschlicherweise wurde früher – teilweise auch heute noch – angenommen, dass langsame Topspins mehr Rotation (in diesem Falle Überschnitt) als schnelle enthalten und deshalb häufiger über den Tisch hinaus ins Aus geblockt werden. Der Grund liegt aber im höheren Absprungwinkel dieser Bälle im Vergleich zu den schnellen Topspins!



Um einen höheren Absprungwinkel für deine langsamen Topspins zu erreichen, solltest du die Bälle – wie oben aufgeführt – erst etwa in Tischhöhe treffen!

Wie du vielleicht gerade festgestellt hast, gibt es also zwei Ausnahmen, bei denen du den Ball nicht möglichst flach spielen solltest. Die Erste ist uns allen bekannt und macht den Tischtennisport so richtig spektakulär!

3.2 DIE BALLONABWEHR

Wer schon einmal gegen gute Ballonabwehrspieler antreten musste, weiß, dass es sehr schwierig sein kann, richtig hohe und sehr lange Ballonabwehrbälle zu schießen oder abzustoppen. Wenn sie zusätzlich noch Topspin, also Überschnitt haben, werden sie noch gefährlicher.

Somit ist das, was wir leider viel zu selten im Fernsehen bestaunen dürfen, nicht immer nur Show!



Falls du also in die Situation kommen solltest, Ballonabwehr spielen zu müssen, achte auf die eben erwähnten Punkte: Spiele den Ball

- *möglichst hoch,*
- *möglichst lang und*
- *möglichst mit viel Spin!*



Zum Nachdenken: Warum geht man eigentlich in die Ballonabwehr?

Dies geschieht meistens, nachdem man einen Ball zu hoch und schlecht platziert zurückgespielt hat – aus welchem Grund auch immer!

Wenn man nun am Tisch stehen bleiben würde, hätte man kaum eine Chance, einen harten Schuss noch zu erreichen. Dadurch, dass man sich aber mehrere Meter vom Tisch entfernt, gewinnt man Zeit und ist nun nicht mehr in einer ganz so aussichtslosen Position.

Womit wir bei der zweiten Ausnahme wären!

3.3 DAS ZEITPROBLEM

Es geht also (wieder mal) um die Zeit.

Auf der einen Seite wissen wir, dass wir unserem Gegner durch flache Bälle (die nicht so lange fliegen wie hohe) keine Zeit für einen guten Schlag lassen wollen. Auf der anderen Seite können wir dies natürlich auch für uns selbst nutzen.



Wenn z. B. dein Topspin weit in deine Vorhandseite zurückgeblockt wird, du ihn nur mit Mühe erlaufen kannst und du somit nicht gut zum Ball stehst, spiele einfach einen langen, weichen und halbhohen Topspin zurück!

Damit gewinnst du Zeit, um wieder in eine günstige Ausgangsstellung für den nächsten Schlag zu gelangen. Spielst du zu fest bzw. hart, gehst du das Risiko ein, dass der Ball in die andere Ecke zurückkommt und du ihn nicht mehr erlaufen kannst!

3.4 SPIEL GEGEN ABWEHR

Ein letzter Bereich, in dem die Flughöhe eine besondere Rolle spielt, ist das Spiel gegen die Abwehr.



Oft haben Abwehrspieler Probleme, langsame, halbhohe Topspins flach mit Unterschnitt zurückzuspielen!



*Diese können auch **halblang** sein, wenn sich der Abwehrspieler (zu) weit vom Tisch entfernt hat! Jetzt kennst du eine gute taktische Möglichkeit, einen harten Schuss bzw. Topspin vorzubereiten!*

Werner Schlager hat exakt mit dieser Taktik 2003 das WM-Finale in Paris gegen den bis dahin nicht zu schlagenden südkoreanischen Abwehrspieler Joo Se Hyuk für sich entscheiden können (s. Lese- und Surftipps).

3.5 ÜBUNGEN

A Spiele mit deinem Partner ca. 6-8 Minuten lang VH-Topspin auf Block! Variiere die Flughöhe – mal weich, langsam und hoch, aber lang – mal hart, schnell und flach. Beobachte die Blockbälle deines Partners! Eignet sich vielleicht der weiche Ball als Vorbereitung für deinen Endschlag?

B Spiele Ballonabwehr! Dein Partner schießt. Versuche, den Ball möglichst hoch, möglichst lang und mit Spin zu spielen. Beobachte deinen Partner. Hat er Probleme mit Bällen, die dir wirklich gut gelingen?

Nach ca. 6-8 Minuten könnt ihr die Rollen tauschen.

C Aufschlagtraining: Spiele 15-30 Minuten lang Aufschläge deiner Wahl. Du brauchst dazu keinen Partner. Achte darauf, den Ball möglichst spät, also möglichst tief zu treffen. Beobachte, ob er eher flach oder eher (zu) hoch das Netz überquert.

