



TENNIS + AKADEMIE Rhein-Neckar

Tennis, Spaß und mehr !!!

LOW-T-Ball

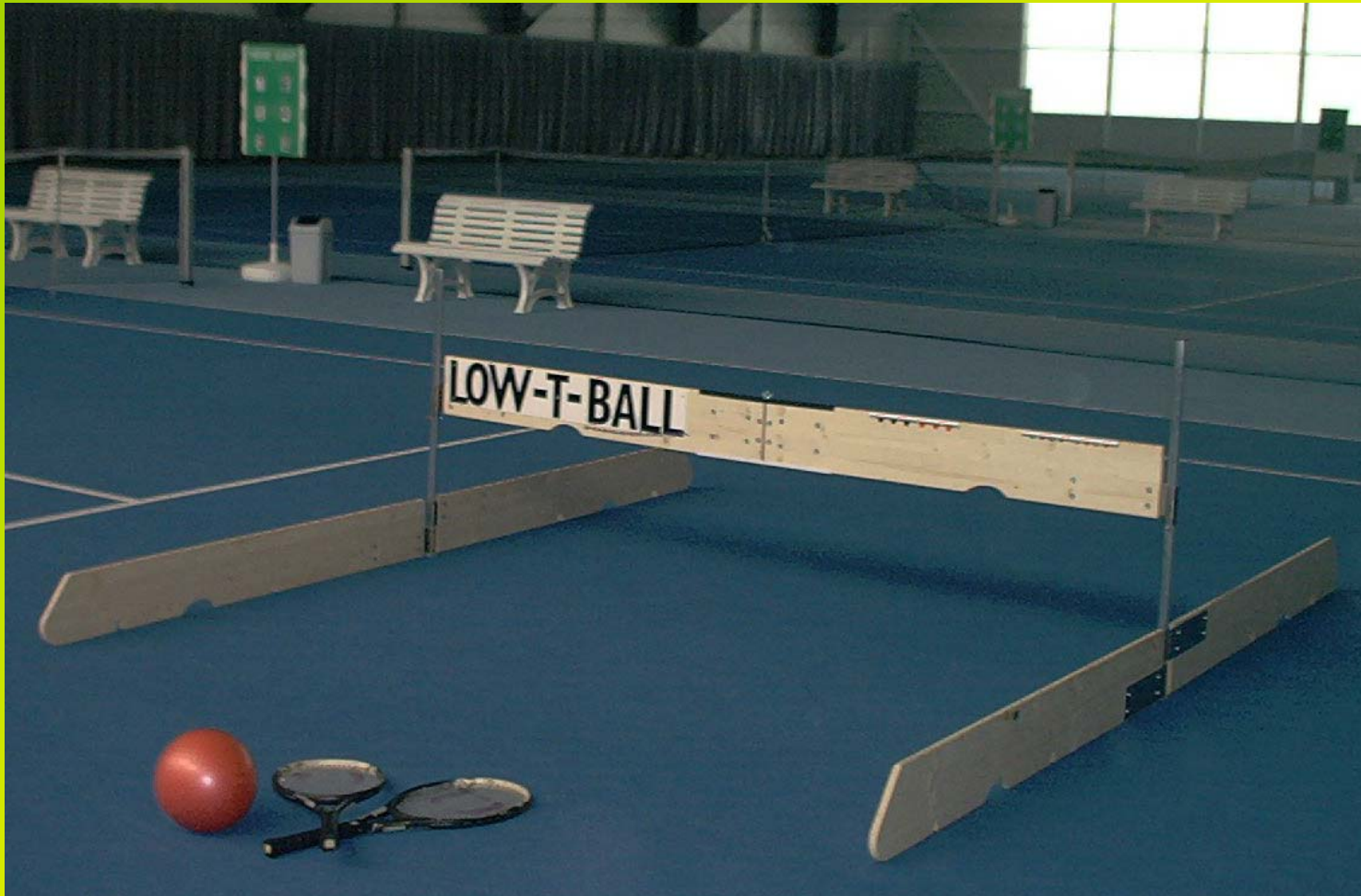


**Das kleine Tennis mit
dem großen Ball**

„Die Windeln habe ich gerade hinter mir, Laufen klappt auch schon ganz gut, aber vor dem Lesen und Schreiben, spiel´ ich erst mal Low-T-Ball.“



LOW-T-Ball

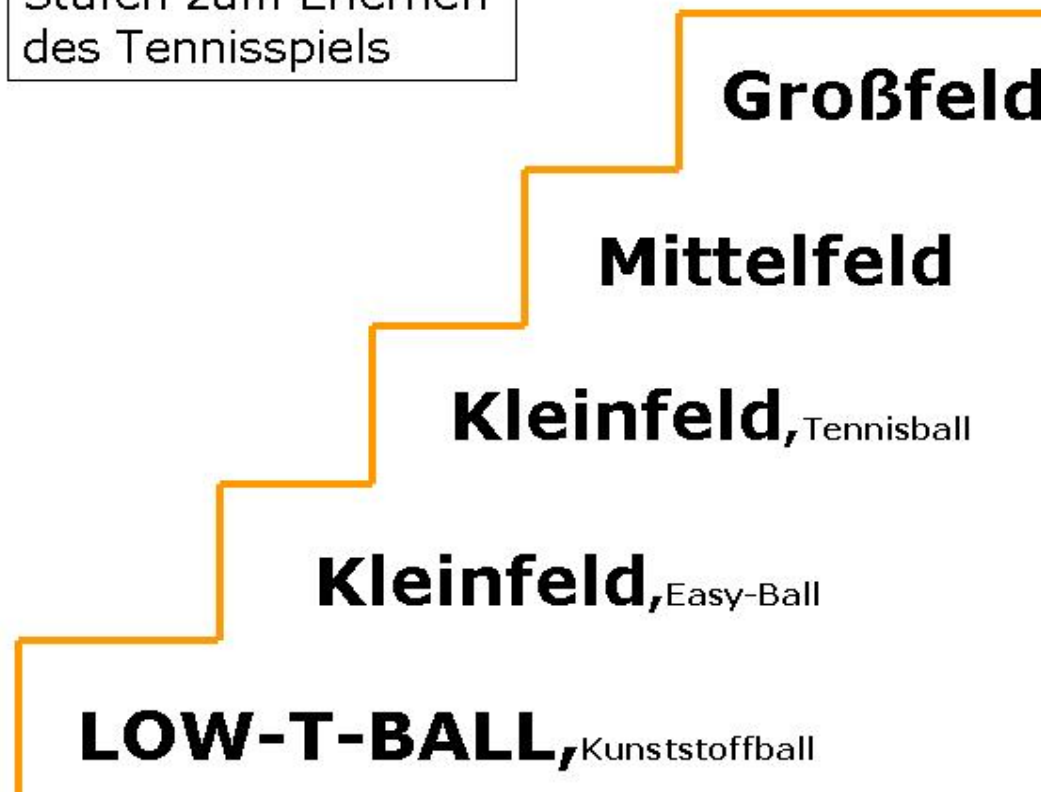


Ursprungsversion

LOW-T-Ball

Die bisher fehlende, neue Stufe zum Erlernen des Tennisspiels

Stufen zum Erlernen des Tennisspiels



LOW-T-Ball

Was bewirkt?



LOW-T-Ball

- **Motivation**

- **Spaß**

- **Wettkampffreude**

- **Fair Play**

LOW-T-Ball

- **Top-Spin Schlagtechnik**
- **Körperhaltung**
- **Griffhaltung**
- **Beinarbeit**

LOW-T-Ball

- **Auge-Arm Koordination**
- **Reaktionsschnelligkeit**
- **Ballgefühl**
- **Spielfähigkeit**

LOW-T-Ball

- **Taktik-Schulung**
 - **Platzieren**
 - **Bälle früh nehmen**
 - **Kontern**

LOW-T-Ball

Pädagogische Aspekte

- **Non-direktives Lernen**
 - **Miteinander statt
Gegeneinander**
 - **Integrieren statt
Isolieren**

LOW-T-Ball



Verein

Schule

Zu Hause

Einsatzbereiche

Sichtung

Training

Turnier

LOW-T-Ball

Oberkörper-
verwringung

Auge-Arm-
Koordination

Tiefer Körper-
schwerpunkt



LOW-T-Ball

Tiefer Körper-
schwerpunkt

Griffhaltung

Gewichtsver-
lagerung



LOW-T-Ball



Bringst du heute wieder das Holznetz mit ???

Rotation der
schulter zum
Ziel hin

Griffhaltung

Fußstellung