

**Übungstitel:** California Survival

**Übungsdauer:** mind. 10 Minuten

**Trainingsumgebung:** Tennisplatz

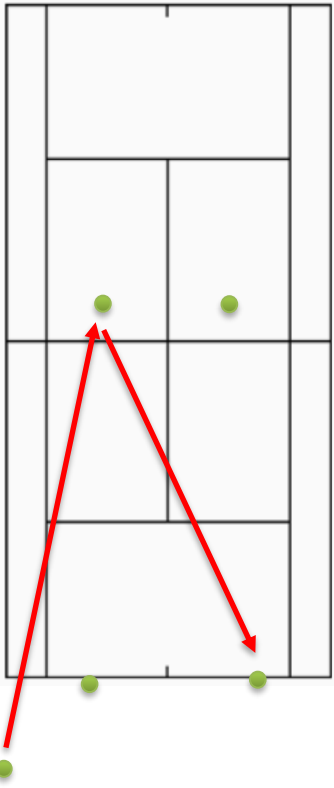
**Gruppengrösse:** 4/5

**Niveau:** ☐ einfach ☒ mittel ☐ anspruchsvoll

**Ausdauer/Energie:** ☐ wenig ☒ mittel ☐ viel

**Übungsziele:** Grundschnitte, Volleys

**Sicherheitsaspekte:** Bälle aus dem Feld

Dauer	Übung/Spielform	Organisation	Material
mind. 10 Minuten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gleiche Regeln wie in California normal (2vs2, 1 wartet)</li><li>• Jeder spielt für sich selbst.</li><li>• Jeder hat 3 Leben.</li><li>• Wenn jemand alle Leben verloren hat, geht er raus und wird durch den wartenden Spieler ersetzt.</li><li>• Die 3 anderen Spieler erhalten einen Punkt.</li><li>• Dann beginnt eine neue Runde und alle haben wieder 3 Leben</li><li>• Der Spieler, der zuerst z.B. 5 Punkte hat, gewinnt.</li><li>• (Variation: Man bekommt erst wieder 3 Leben, wenn man draussen war und wieder reinkommt.)</li><li>• (Der wartende Spieler ist der «Trainer» → spielt jeweils den ersten Ball)</li></ul>	 A diagram of a tennis court. It is divided into a top half and a bottom half by a horizontal line. Each half is further divided into two smaller rectangular sections by a vertical line. There are four green dots representing players: one in the top-left section, one in the top-right section, one in the bottom-left section, and one in the bottom-right section. A red line with arrows shows a ball's path: it starts from the bottom-left player, goes up to the top-left player, then down to the bottom-right player.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bälle</li></ul>