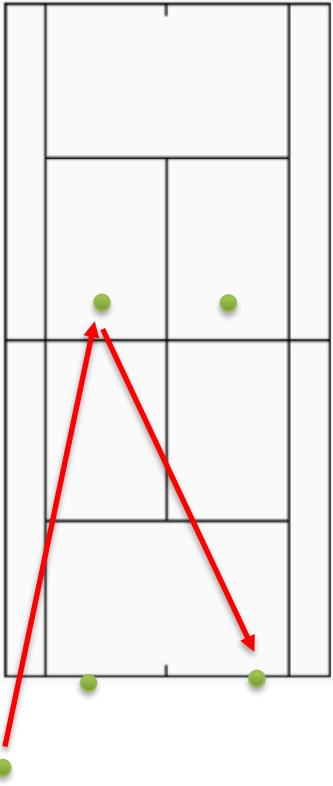


Übungstitel: California Survival
Übungsdauer: mind. 10 Minuten
Trainingsumgebung: Tennisplatz
Gruppengrösse: 4/5
Niveau: einfach mittel anspruchsvoll
Ausdauer/Energie: wenig mittel viel
Übungsziele: Grundschläge, Volleys

Sicherheitsaspekte: Bälle aus dem Feld

Dauer	Übung/Spielform	Organisation	Material
mind. 10 Minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Gleiche Regeln wie in California normal (2vs2, 1 wartet) • Jeder spielt für sich selbst. • Jeder hat 3 Leben. • Wenn jemand alle Leben verloren hat, geht er raus und wird durch den wartenden Spieler ersetzt. • Die 3 anderen Spieler erhalten einen Punkt. • Dann beginnt eine neue Runde und alle haben wieder 3 Leben • Der Spieler, der zuerst z.B. 5 Punkte hat, gewinnt. • (Variation: Man bekommt erst wieder 3 Leben, wenn man draussen war und wieder reinkommt.) • (Der wartende Spieler ist der «Trainer» → spielt jeweils den ersten Ball) 		<ul style="list-style-type: none"> • Bälle