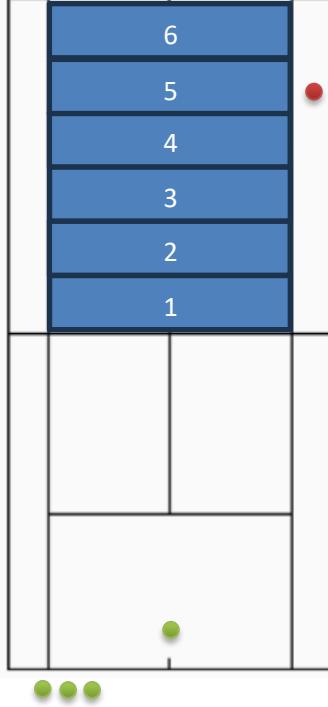


Übungstitel: **Volleyleiter**
Übungsdauer: 15 Minuten
Trainingsumgebung: Tennisplatz
Gruppengrösse: 1-8
Niveau: einfach mittel anspruchsvoll
Ausdauer/Energie: wenig mittel viel
Übungsziele: Variation in Volleys

Sicherheitsaspekte: Bälle aus dem Feld

Dauer	Übung/Spielform	Organisation	Material
15 Minuten	<ul style="list-style-type: none"> - Es werden verschiedene Zonen als Trefferfelder gelegt - Jeder Spieler spielt der Reihe nach zwei Volleys (Vorhand und Rückhand) - Wenn das erste Feld getroffen ist, kann auf das Zweite gezielt werden, dann auf das Dritte, usw. - Wer beispielsweise nach je 20 Bällen am weitesten kommt, gewinnt - (Variation: Trefferfelder grösser oder kleiner machen / mehr oder weniger Trefferfelder) 		<ul style="list-style-type: none"> - Bälle - Hütchen