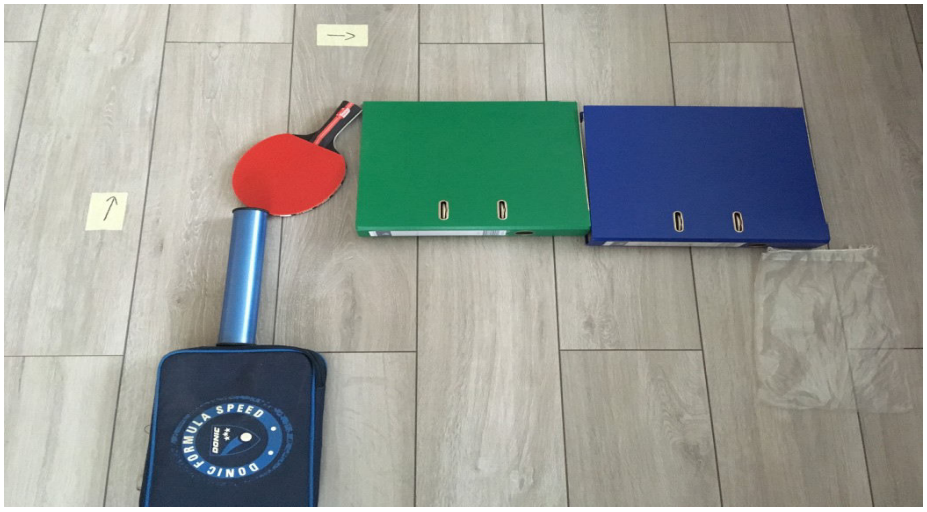
Aufschläge Tipp Nr.2 (Seitschnitt + Unterschnitt)

Was ihr braucht:

1. euren Schläger und Ball
2. diverse Hindernisse (z.B Bücher, Ordner, Flaschen etc.)



Anleitung:
Diese Übung soll euch helfen, mit mehr Rotation aufschlagen zu können und vor allem mit zwei verschiedenen Rotationen gleichzeitig (Seitschnitt + Unterschnitt) gut aufschlagen zu können.

Legt eure Hindernisse wie abgebildet in einem Winkel auf den Boden. Nun versucht einen Ball mit eurem Schläger so zu schlagen, dass er um den Winkel herum tippt. Je enger der Ball dabei um das Hinderniss tippt, desto besser.
Wollt ihr mit mehr Seitschnitt aufschlagen, so legt den Winkel wie abgebildet, eher offen hin. (max 90 Grad).

Wollt ihr mit mehr Unterschnitt aufschlagen, dann stellt euren Winkel immer steiler, wie unten abgebildet auf.

Für Fortgeschrittene:

Für eine höheren Schwierigkeitsgrad, versucht folgendes:

1. Eure Position immer weiter nach hinten ändern.
2. Anstatt eines Winkels, stellt nur einen Gegenstand auf, der umrundet werden soll
3. Versucht es den Ball möglichst wenig auftippen zu lassen, bis er das Hinderniss umrundet

Viel Spaß beim Ausprobieren