

TISCHTENNIS **TAKTIK**

Geske/Mueller

Dein Weg zum Erfolg!



BUTTERFLY

MEYER
& MEYER
VERLAG

Tischtennistaktik

DANKSAGUNG ODER (FREI NACH JOE COCKER)

„WITH A LITTLE HELP FROM OUR FRIENDS“

*Die Autoren danken der **Firma Butterfly** für ihre Unterstützung.*

*Bei **Timo Boll** bedanken wir uns für die freundliche und sehr professionelle Arbeit beim Fototermin.*

***Guido Schuchert** verdanken wir die attraktiven Fotos. Ohne seine Mitarbeit wären wir nicht in der Lage gewesen, das Geschriebene so anschaulich durch Bilder zu ergänzen.*

*Für die Erstellung der Abbildungen konnten wir **Oliver Sprigade** gewinnen. Seine schwierige Aufgabe bestand darin, das darzustellen, was weder durch Text noch durch Fotos aufgezeigt werden konnte. Er ist zudem der Vater der Taktikfüchse.*

Allen hier Erwähnten nochmals ein herzliches DANKESCHÖN!

Allgemeine Hinweise:

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen die männliche Sprachform verwendet. Gemeint ist sowohl die männliche als auch die weibliche und die diverse Form.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder die Autoren noch der Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus dem vorliegenden Buch resultieren, Haftung übernehmen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Klaus-M. Geske & Jens Mueller

TISCHTENNIS**TAKTIK**

Dein Weg zum Erfolg!

Meyer & Meyer Verlag

Tischtennistaktik

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Details sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie das Recht der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form – durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren – ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 1999 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen

8., überarbeitete Auflage 2022

Auckland, Beirut, Dubai, Hügendorf, Hongkong, Indianapolis, Kairo, Kapstadt, Manila, Maidenhead, Neu-Delhi, Singapur, Sydney, Teheran, Wien



Member of the World Sport Publishers' Association (WSPA)

9783840314599

E-Mail: verlag@m-m-sports.com

www.dersportverlag.de

INHALT

DANKSAGUNG ODER (FREI NACH JOE COCKER)	
„WITH A LITTLE HELP FROM OUR FRIENDS“	2
GRUSSWORT	9
VORWORT ZUR ACHTEN AUFLAGE	10
BEVOR ES LOSGEHT, AN DIESER STELLE NOCH EINIGE HINWEISE:	14
1 DIE PLATZIERUNG	18
1.1 Ellbogen	20
1.2 Streuwinkel	23
1.2.1 Folgen für Training und Wettkampf	24
1.2.2 Fazit zum Thema Streuwinkel	25
1.2.3 Kurzer Blick über die eigene Sportart hinaus	26
1.3 Die Schlägerhaltung	27
1.3.1 Das Griffschema nach Östh/Fellke	30
1.3.2 Folgen für Training und Wettkampf	31
1.4 Spielsysteme	32
1.4.1 Kennzeichen eines vorhandedominanten Spielers	32
1.4.1.1 Tipps für das Spiel gegen vorhandedominante Spieler	33
1.4.2 Kennzeichen eines rückhandedominanten Spielers	35
1.4.2.1 Tipps für das Spiel gegen rückhandedominante Spieler	36
1.4.3 Resümee zum Thema „Spielsysteme“	37
1.5 Übungen	38
2 DAS TEMPO	42
2.1 Schnell oder langsam?	42
2.2 Tempowechsel	44
2.3 Übungen	45
3 DIE FLUGHÖHE	48
3.1 Allgemeines	48
3.2 Die Ballonabwehr	51
3.3 Das Zeitproblem	52

3.4 Spiel gegen Abwehr	53
3.5 Übungen	54
4 DIE ROTATION	58
4.1 Erzeugen von Rotation	59
4.2 Erkennen von Rotation	62
4.2.1 Unterschnitt	62
4.2.2 Überschnitt	66
4.2.3 Seitenschnitt	68
4.3 Übungen	72
4.3.1 Übungen zum Schupf	72
4.3.2 Übungen zu Topspin und Block	73
4.3.3 Übungen zum Flipp	74
4.4 Material	75
4.4.1 Noppen-innen-Beläge	77
4.4.1.1 Antis	78
4.4.2 Noppen-außen-Beläge	79
4.4.2.1 Kurze Noppen	79
4.4.2.2 Lange Noppen	81
4.4.2.3 Mittellange Noppen	84
5 AUFSCHLAGTAKTIK	88
5.1 Aufschlagfinten	91
5.1.1 Finte „mit/ohne Rotation“	91
5.1.2 Das Scheibenwischerprinzip	92
5.1.3 Das Umkehrprinzip	93
5.2 Tipps zum Aufschlagtraining	94
6 RÜCKSCHLAGTAKTIK	98
7 DOPPEL	106
7.1 Alles ist anders	107
7.1.1 Kommunikation ist wichtig	108
7.2 Partnerwahl - Gegensätze ziehen sich an	108
7.3 Spielanlage	110
7.4. Technische Voraussetzungen	110

7.5 Laufwege	112
7.6 Taktiktipps	117
7.6.1 Langsamer spielen ist die Kunst des Doppelspiels	117
7.6.2 Die Platzierung ist das A und O	118
7.7 Aufschläge - Auf die Länge kommt es an	120
7.7.1 Mit Schnitt oder ohne?	120
7.7.2 Zeichensprache unter dem Tisch	121
8 RISIKOABSCHÄTZUNG	124
8.1 Risikophasen	126
9 NACHWORT	132
10 DIE OFFIZIELLEN REGELN	136
10.1 Die Auf- und Rückschlag- bzw. Seitenwahl	136
10.2 Die Wechselmethode	139
11 ABSCHLUSSFRAGEBOGEN	178
11.1 Antworten	183
12 PORTRÄTS DER BESTEN EUROPÄISCHEN SPIELER	186
12.1 Timo Boll	186
12.2 Dimitrij Ovtcharov	187
12.3 Patrick Franziska	188
12.4 Mattias Falck	189
12.5 Truls Møregårdh	190
Anhang	191
Lese- und Surftipps	191
Literaturverzeichnis	193
Bildnachweis	194



GRUSSWORT

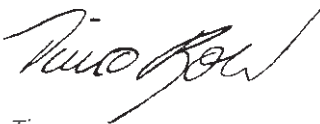
Hi!

Macht euch Tischtennis genauso viel Spaß wie mir? Hoffentlich – denn es ist sicher eine der schnellsten, spannendsten und auch abwechslungsreichsten Sportarten. Sie kann einen aber auch manchmal ganz schön zur Verzweiflung bringen, wenn man z. B. Aufschläge nur hoch oder gar nicht retournieren kann oder das Spiel gegen verschiedene Belagtypen einfach noch nicht verstanden hat.

Falls ihr euch vielleicht manchmal auch darüber wundert, warum euer Trainer gegen den einen Gegner mehr über die Vorhandseite zu spielen rät, gegen den Nächsten aber genau das Gegenteil, kann euch das vorliegende Buch mit vielen Beschreibungen und Tipps zum eigenen Spiel einige Ratschläge geben.

Ich wünsche euch gute Unterhaltung und noch mehr Antworten auf offene Fragen! Und falls ihr Lust habt, etwas bei den Großen abzuschauen, so empfehle ich euch einen Besuch bei Spielen der Tischtennisbundesliga – gibt's auch immer öfter im Fernsehen ...

Ciao!

A stylized, handwritten signature in black ink, appearing to read 'Timo Boll'.

Timo

VORWORT ZUR ACHTEN AUFLAGE

Kennst du das auch? Du hast gerade gegen einen Spieler verloren, von dem du auch jetzt noch nach dem Spiel der Meinung bist, dass du eigentlich der Stärkere von euch beiden seist.

Wie kommst du zu dieser Meinung?

Vielleicht hat er ja nicht so eine elegante Technik wie du - gerade beim wichtigen Schlag, dem Vorhandtopspin? Oder du hast *nur* verloren, weil du den einen Aufschlag immer wieder nicht kontrolliert returnieren konntest. „Aber sonst“, wirst du nun möglicherweise einwerfen, „war ich ihm doch wirklich in allen Belangen haushoch überlegen!“

Stimmt das wirklich?

Überlegen wir uns doch erst einmal, aus welchen Komponenten (Zutaten) sich die Spielstärke eines Tischtennispielers zusammensetzt.

Als Erstes fällt uns dazu die Technik ein, denn die trainiert man ja schließlich am meisten (wir nennen da nur ein Stichwort: Balleimertraining).

Eine weitere Komponente ist sicherlich auch die Fitness (auch Kondition genannt). Sie setzt sich aus den fünf Bereichen, Schnelligkeit, Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft zusammen, die jeder Spieler benötigt.

Muss man beim Tischtennis eigentlich auch *cool* sein? Wir denken schon. Denn was nützt einem all sein Können, wenn man vor Nervosität im Wettkampf nie seine Normalform erreicht - die Rede ist vom typischen *Trainingsweltmeister*.

Dies kann sich dadurch bemerkbar machen, dass du während der Ballwechsel viel zu hektisch handelst und so unnötige leichte Fehler machst bzw. deine Chancen nicht konsequent nutzt.

Es kann sich aber auch darin äußern, dass du sprichwörtlich wie das Kaninchen vor der Schlange stehst und so verkrampft bist, dass deine Aktionen nur im Zeitlupen-tempo ablaufen und so für den Gegner leicht auszurechnen sind.

Boris Becker hätte früher dazu gesagt: „Ich war heute mental nicht so gut drauf!“

Und schon sind wir bei der vierten Komponente, die unserem Buch den Namen gibt – die Taktik.

Hierbei soll es nicht nur darum gehen, dir zu erklären, wie man gegen bestimmte Spielertypen spielt. Das vorliegende Buch soll dazu beitragen, dass du lernst, durch Training dein taktisches Wissen auch im Spiel – quasi automatisch – anzuwenden. Dazu haben wir zu vielen Kapiteln jeweils einen Übungsteil hinzugefügt, der dir mit vielen Trainingstipps dabei behilflich sein soll.

Um zu der Eingangsfrage zurückzukehren.

Wir spielen Tischtennis nicht, um eine bilderbuchmäßige Technik zu demonstrieren, sondern um zu gewinnen.

Dabei ist das Erlernen einer guten Technik unumgänglich. Aber wir denken, dass viele Trainer und Übungsleiter zu viel Wert darauf legen, die Schlagtechniken zu perfektionieren, anstatt zu zeigen, wie und wann man sie auch punktgewinnend einsetzt.

Dazu braucht man einen gewissen theoretischen Hintergrund. Man muss lernen, das Tischtennisspiel zu verstehen. Aber wer hat schon einmal an so einer Art Tischtennisunterricht teilgenommen?

Um ambitionierten Nachwuchsspielern in diesem Bereich eine Hilfe an die Hand zu geben, haben wir uns entschieden, dieses Buch zu schreiben.

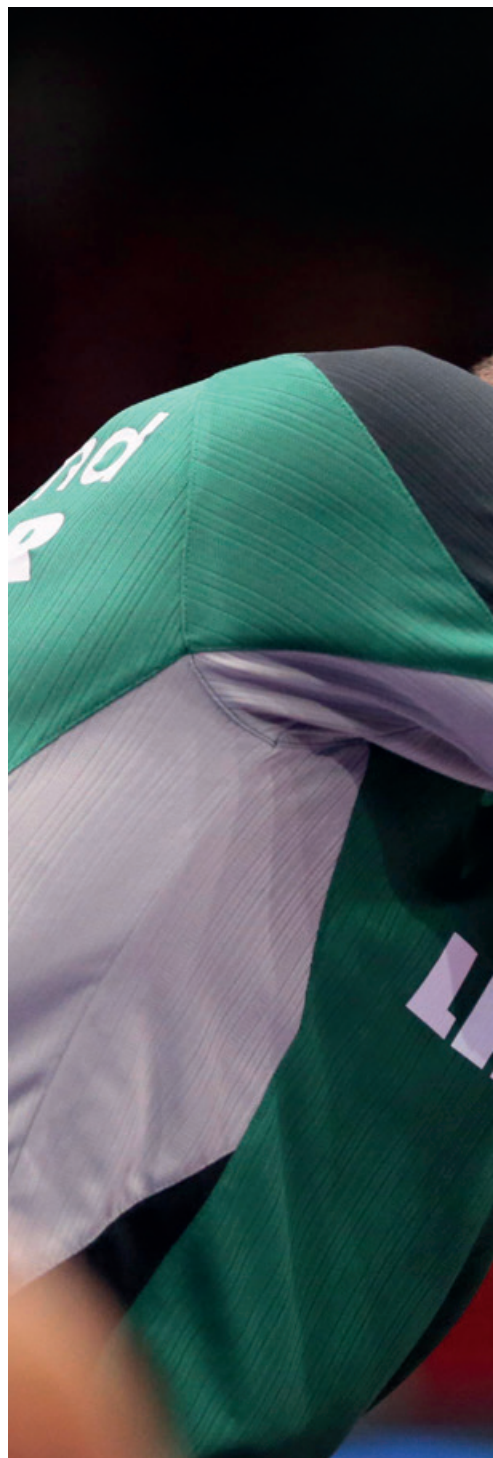
Dabei versuchen wir, teilweise recht komplizierte Sachverhalte möglichst verständlich zu erläutern. Um das Beschriebene leichter nachvollziehbar zu machen, haben wir viele Fotos und Abbildungen integriert. Die fünf *Taktikfüchse* geben als ständiger Begleiter des Lesers wertvolle Tipps und Hinweise.

Die Grafiken und Bilder können auch engagierten Trainern und Übungsleitern als Vorlage für einen Theorieunterricht dienen, der unserer Meinung nach zu einem festen Bestandteil des Tischtennistrainings werden sollte.

Bleibt uns noch dir – lieber Leser – viel Spaß bei der Lektüre der aktualisierten 8. Auflage und alles Gute auf *deinem persönlichen Weg zum Erfolg* zu wünschen !!!

Hannover und Münchrath, im Januar 2022

Klaus-M. Geske und Jens Mueller





BEVOR ES LOSGEHT, AN DIESER STELLE NOCH EINIGE HINWEISE:

Wir beschränken uns bei unseren Ausführungen auf die **Beschreibungen für Rechtshänder**, um das Ganze zu vereinfachen.

Falls du Linkshänder bist, musst du an einigen Stellen etwas umdenken, was aber bestimmt kein Problem darstellen wird! Ist z. B. die Rede davon, weiter nach rechts in die Vorhandseite zu spielen, bedeutet das für Linkshänder genau das Umgekehrte, nämlich weiter nach **links** in die Vorhandseite zu spielen!

Wenn wir davon sprechen, einen Ball **diagonal** zu spielen, bedeutet das, **schräg** zu spielen, also z. B. bei zwei Rechtshändern von Vorhandseite zu Vorhandseite.

Schlagen wir dir vor, **parallel** zu spielen, musst du den Ball von deiner momentanen Position aus quasi **geradeaus** spielen, also bei den eben erwähnten beiden Rechtshändern wäre das beispielsweise von Vorhandseite zur Rückhandseite des Gegners!

In den Übungsteilen, die an einzelnen Kapiteln angeschlossen sind, wirst du oft die Formulierung: „Schlage kurz über den **ganzen Tisch** auf“, finden. Damit ist gemeint, dass du den Ball spielen kannst, wohin du willst, nur kurz soll es sein.

Manche Übungen enden im **freien Spiel**. D. h., nach einigen vorgegebenen Ballwegen sollst du und dein Partner, mit dem du diese Übung spielst, versuchen, den Punkt zu machen!

Dies macht die Übung wettkampfnah. Während ihr die Übungen, die nicht im freien Spiel enden, **zusammen** spielt, spielt ihr bei Übungen mit anschließendem freien Spiel gegeneinander. Im freien Spiel wird dein Partner quasi zum Gegner.

Auch wenn es bei einer Übung heißt: „Spiele einen kurzen Aufschlag“, so sollst du doch ab und zu einen langen Überraschungsaufschlag machen, damit dein Partner

nicht zu sehr auf kurze Aufschläge fixiert ist und beispielsweise den Aufschlag ganz nah am Tisch stehend erwartet, um sich nicht viel bewegen zu *müssen*. Sobald du dies beobachtest, solltest du ihn mit einer langen Platzierung *erwischen*. Denke auch im Wettkampf daran!

Das Gleiche gilt natürlich auch für den Rückschläger, der, obwohl z. B. eine lange Rückgabe in die Vorhandseite gefordert ist, ruhig auch einmal kurz ablegen darf, um das Ganze nicht eintönig werden zu lassen.

Gleichzeitig fördert dieses Einstreuen von Überraschungsmomenten eure Kreativität und eure Beobachtungsgabe!

Für die Begriffe Vorhand und Rückhand benutzen wir in den Übungsteilen die gängigen Abkürzungen VH und RH!



Außerdem haben wir uns ebenfalls aus Gründen der Vereinfachung erlaubt, jeweils nur die männliche Form zu benutzen, wenn es um die Bezeichnung von Personen geht. Dass beispielsweise mit dem Begriff Abwehrspieler sowohl Männer als auch Frauen gemeint sind, versteht sich für uns von selbst.

DIE PLATZIERUNG

01



1.1 ELLBOGEN

1.2 STREUWINKEL

1.3 DIE SCHLÄGERHALTUNG

1.4 SPIELSYSTEME

1.5 ÜBUNGEN

1 DIE PLATZIERUNG

In unserem ersten Kapitel wollen wir dir zeigen, wie wichtig es ist, deine Schläge richtig auf der gegnerischen Tischhälfte zu platzieren. Zur Orientierung benutzen wir dabei zwei verschiedene Zoneneinteilungen für den Tisch. Bei der ersten Zoneneinteilung wird eine Tischhälfte in drei Zonen unterteilt und zwar in

- die **Netzzone**,
- die **Mittelzone** und
- die **Grundliniengzone**.

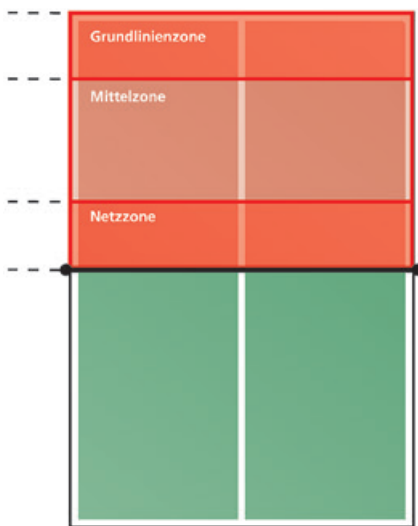


Abb. 1: Erste Zoneneinteilung Tisch

Da diese Einteilung noch recht grob ist, möchten wir dir noch eine zweite Möglichkeit vorstellen. Bei dieser wird die Tischhälfte in vier Bereiche aufgeteilt und zwar (von links nach rechts) in

- **weite Vorhand**,
- **Vorhandbereich**,
- **Rückhandbereich** und
- **weite Rückhand**.

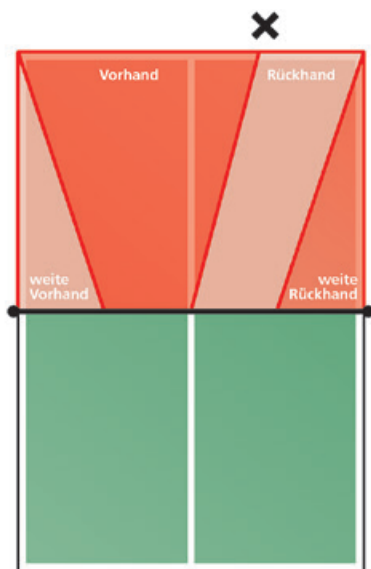


Abb. 2: Zweite Zoneneinteilung Tisch

Die vier Bereiche werden durch den Platzierungspunkt „Ellbogen“ komplettiert (siehe schwarzes Kreuz), der dir in Abschnitt 1.1 näher erläutert wird. Die beiden dargestellten Tischaufteilungen ergänzen sich gegenseitig sehr gut, da du dadurch Platzierungen genauer beschreiben kannst, z. B. „lang (Grundlinienzone) in die tiefe Vorhand“.

UND WAS SOLL DAS GANZE?



Es soll dir helfen, deinen Gegner bewusster zu beobachten und so seine starken und schwachen Seiten zu erkennen. Spielst du beispielsweise einen VH-Topspin aus deiner VH-Seite, so solltest du dir vorher überlegen, ob dein Gegner stärker mit der VH-Seite oder besser mit der RH-Seite blockt und ihn dann natürlich häufiger auf seiner schwachen Seite anspielen. Zudem bist du besser in der Lage, dich mit deinem Trainer vor einem Wettkampf abzusprechen, wenn ihr die gleichen Fachbegriffe benutzt. So lassen sich unnötige Missverständnisse vermeiden.

MIT WELCHEN TECHNIKEN KANNST DU DIE VERSCHIEDENEN ZONEN AM ERFOLGREICHSTEN ANSPIELEN?

Die **Netzzone** kannst du mit kurzen Aufschlägen, Schupfbällen und Stoppbällen anspielen. Ein Ball gilt als kurz, wenn er mindestens 2 x auf der gegnerischen Tischhälfte aufspringt – natürlich vorausgesetzt, man lässt ihn aufspringen, nimmt ihn also nicht an.

Die **Mittelzone** solltest du möglichst nur in der weiten Vorhand- oder Rückhandseite anspielen sowie mit Schlägen, bei denen dein Gegner nicht zweifelsfrei erkennen kann, ob sie noch ein zweites Mal auf dem Tisch aufspringen oder lang sind, also hinter dem Tisch herunterfallen würden. Andere Platzierungen in die Mittelzone sind nicht anzustreben, weil sie deinem Gegner in der Regel keine Probleme bereiten werden, da sie für ihn einfach zu erreichen sind.