

Die Sieger-Formel

Jeder Spieler möchte gerne taktisch klug spielen. Doch was ist Taktik!

Die Taktik ist nur ein Element von vielen Elementen der Strategie. Dazu gehören auch das technische Können, die Fitness und die Mentalität - und das jeweils vom Spieler selbst und vom Gegner.

Um eine Analyse vom Gegner zu erstellen, habe ich mir das „taktische Formular“ ausgedacht, mit dessen Hilfe Sie Ihren Gegner vor, während und nach dem Match beurteilen können. Eine solche Inventur ist ideal für kritische Forderungsspiele oder enge Meisterschaftsrunden, denn damit lassen sich die Stärken und Schwächen des Gegners mit den eigenen Möglichkeiten objektiv auf einen Nenner bringen und in eine Erfolg versprechende Vorbereitung einbauen.

Das Einspielen

Die Minuten vor dem Match werden häufig falsch genutzt. Das Einspielen sollte vor allem zur Feststellung des gegnerischen Potentials genutzt werden. Ihr eigens Aufwärmen und das Timing-Training sollten Sie schon vor dem Einspielen absolviert haben. Die Einspielzeit ist zur Gegner-Analyse vor allem auf der Clubebene wichtig, denn der Clubspieler wird häufig auf ihm unbekannte Gegner treffen.

1. Gibt es Schläge, die er vermeidet? Entweder blufft er oder er will sein eigenes Selbstvertrauen nicht mit Schlägen belasten, die er nicht beherrscht.

2. Spielt er die Grundschnitte lang oder kurz?

Der clevere Spieler tastet sich über „zu lange“ Grundschnitte an die richtige Länge heran. Unsichere Spieler halten häufig beim Einspielen den Ball kurz im Feld.

3. Versucht er mit Aufschlag-Granaten Ihnen Angst einzuflößen?

Dann hat er solch eine moralische Aufrüstung bitter nötig. Der erste Doppelfehler wird ihn entnerven.

4. Bewegt er sich leichtfüßig oder schwerfällig?

Nur selten wird bei der Beweglichkeit geblufft, sie sagt viel über die spielerischen Qualitäten aus.

5. Kommentiert er einzelne Schläge mit selbstkritischen Äußerungen wie „Hätte mich auch gewundert, wenn der heute mal kommen würde“, oder „Ich treffe heute rein gar nichts“ oder „Jetzt fängt das schon wieder an“?

Unterstützen Sie seine Selbstzerfleischung durch ruhige, sachliche Hinweise wie „Leider zu lang“, oder „Das kenne ich, manchmal klappt nichts“ und trösten Sie mit, „Schade. Beinahe gut“. Vor allem aber registrieren Sie solche Punkte für Ihre Strategie. Meidet Ihr Gegner beim Einspielen einen bestimmten Schlag, so sollten Sie Ihre Beobachtung gleich im ersten Spiel testen. Spielen Sie ihm den Ball immer wieder auf diese vermeintlich schwache Seite. Wenn Ihre Beobachtung stimmt, wird ihn das völlig verunsichern. Sie sollten ihm von Anfang an zeigen, dass Ihnen seine Schwäche bekannt ist.

Es gibt allerdings auch Spieler, die bluffen glänzend. Da kommt während des Einspielens nicht eine einzige Rückhand ohne Unterschnitt über das Netz - im Match knallt er dann auf einmal die überrissene Rückhand an Ihnen vorbei, dass es nur so rauscht. Nur keine Panik, dann müssen Sie Ihre Taktik eben ändern.

Die Platzposition

Da Sie schon aufgewärmt ins Einspielen gegangen sind, können Sie die Zeit nutzen, verschiedene Schläge in verschiedenen Platzpositionen zu testen.

Es gibt drei wichtige Zonen auf dem Court:

ZONE 1: Das „weite Land“. Die Grundlinie.

ZONE 2: Das „Niemandland“. Die T- Linie.

ZONE 3: Das „Abenteuerland“. Das Netz.

Jede dieser Zonen stellt bestimmte Anforderungen, produziert entsprechende Spielsituationen und Spielzüge. Für jede Zone auf dem Platz sollten Sie die entsprechende Antwort auf dem Schläger haben. Testen Sie selbst ihre jeweiligen Empfindungen.

Zone 1: Der große weite Platz gibt ein Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit. Hier fühlen sich die meisten Spieler am wohlsten.

In der Zone 2 fühlen sich dagegen die meisten Spieler unbehaglich, unsicher und wie Freiwild: schutz- und hilflos. Ganz anders dagegen das Gefühl in der Zone 3 am Netz. Hier lockt das große Abenteuer. Der Puls geht hoch, hier wächst die Aggressivität und hier wiegt der Erfolg viel schwerer, macht mehr Freude.

ZONE 1: Das „weite Land“. Wie spielt der Gegner von hier aus? Drei Schläge bestimmen das Spiel von der Grundlinie aus:

A: Hoher Topspin, der hoch abspringt (Mondbälle).

B: Flacher Topspin-Drive, der flach übers Netz geschossen kommt.

C: Unterschnittene Bälle, die fast auf dem Boden kleben bleiben.

Die Gegenmittel:

A: Die Antwort auf den hohen Topspin ist der Volley!

Nicht mit Mondbällen auf Mondbälle reagieren, da freut sich „Mr. Mondball“, weil er solche Höhenflüge liebt. Spielen Sie lang und hoch auf die Rückhand Ihres Gegners, laufen Sie nach vorne, bis der Gegner trifft, dann Spreizschritt (sicherer Stand, jetzt können Sie leicht in alle Richtungen zum Ball, auch zurück!)-Volley, fertig.

B: Die Antwort auf den Topspin-Drive ist der „Speed-Controller“ mit Unterschnitt. Der Drivespieler liebt und braucht Tempo, sein Timing ist davon abhängig. Geben Sie ihm das Gefühl, dass er auf ihre Bälle warten muss. Drivespieler warten nicht gerne. Da sollten Sie ihn packen und sich auch während der Spielpausen Zeit nehmen:

Sich die Schuhe zu richten, den Druck der Bälle prüfen, das Racket wechseln und so weiter, und so weiter

C: Am schwersten ist es gegen die „Schnippler“. Gegen den Unterschnitt braucht man Geduld und Raffinesse. Der Schnippler ist in der Regel ein begeisterter Dauerläufer und dadurch eine mühsame, anstrengende Ballwand. Schnippler haben in der Regel keinen sehr guten Passierball. Der Unterschnitt ist dafür nicht

so gut geeignet, da er länger und höher in der Luft bleibt. Das ist die Herausforderung für den Volley!

ZONE 2: Das Niemandsland ist das am meisten verbreitete Handicap im Tennis, weil der Aufenthalt dort zu wenig geübt wird. Also locken Sie Ihren Gegner dorthin mit einem kurzen Ball (nicht Stoppball!) -etwa einen Meter vor oder hinter die T-Linie. Von dort kann der Gegner weder einen klassischen Grundlinienball noch einen Volley spielen. Was also bleibt?

a) der unterschrittene Vorbereitungsball in die Tiefe;

b) das Mittelfeld-As als offensiver Topspin-Drive.

Die Gegenmittel dazu:

zu a): Tiefer Körperschwerpunkt (Knie), aber aufrechter Oberkörper ist das beste Gegenmittel gegen den unterschrittenen Vorbereitungsball. Auf keinen Fall den Kopf nach unten nehmen!! So behalten Sie die Übersicht und bekommen den Schlägerkopf kontrolliert unter den Ball. zu

b): Das Mittelfeld-As zwingt Sie zu einer kompakten Bewegung. Nutzen Sie das Tempo des Balles. Also nicht weit ausholen, sondern kurz und trocken blocken. Entweder im Steigen nehmen oder abblocken zum Lob. Alles eine Frage der Kontrolle, nicht des Tempos.

ZONE 3: Schon das Einspielen hat Sie darüber informiert, ob Ihr Gegner ein Volley Angsthase oder ein NetZRäuber ist. Blockt er den Flugball ab oder schlägt er wild drauf? Diese Erkenntnis macht Ihnen die Entscheidung leicht.

a): Es ist ein taktisches Hochgefühl, einen Volleyhasen ins „Abenteuerland“ zu locken. Weg aus der sicheren Heimat im „weiten Land“ ins Gebiet des Abenteuers. Sie können, auf der anderen Seite des Netzes, den erhöhten Pulsschlag des so unter Stress geratenen Gegners beinahe hören.

b): Der NetZRäuber dagegen bekommt glänzende Augen, wenn Sie ihm den Ausflug zum Abenteuer Netz gestatten. Er wird Ihnen keine Chance mehr geben, wenn Sie sich nun nichts einfallen lassen.

zu a): Verwenden Sie gegen den bodenständigen Grundlinienspezialisten den „Dink“, jenen geblockten Ball, der die Geschwindigkeit aus dem Ball herausnimmt, ihn noch vor der T-Linie aufspringen lässt und so den Gegner zwingt, nach vorne zu kommen. Er wird gehetzt und voller Panik nach vorne rasen. Dort können Sie ihn passieren. Mit einem Topspinball oder einem Lob.

zu b): Fast jeder Volleyspezialist bevorzugt eine Schokoladenseite. Da der Treffpunkt beim Vorhandvolley weiter hinten liegt, sollten Sie Ihren Gegner erst auf der Vorhandseite testen. Spielt Ihr Gegner den Volley mit dem Einheitsgriff, so ist er ein Spezialist für tiefe Volleys, da bei diesem Griff der Schlägerkopf leicht geöffnet ist. Er wird aber große Probleme beim hohen Volley haben. Vor allen Dingen: Vergessen Sie den Lob nicht, dieser Ball erinnert den Volleyfreund immer wieder daran, dass er nicht zu nahe ans Netz aufrücken darf.

Die Ballhöhe

Die Bälle springen entweder hoch (Schulterhöhe), normal (Hüfthöhe) oder flach (Knienhöhe) vom Boden ab. Das fordert die Antizipations- oder Anpassungsfähigkeit Ihres Gegners heraus. Testen Sie ihn. Überraschenderweise schießen die meisten Spieler von der Grundlinie zur Grundlinie die Bälle am liebsten flach über das Netz. Diese Spielweise Ihres Gegners ist für Sie am vorteilhaftesten, denn da brauchen Sie sich nur wenig zu bewegen, um praktisch jeden Ball in normaler Hüfthöhe schlagen zu können. Nur wenige Tennisspieler sind bereit, mit den Ballhöhen zu experimentieren.

a): Der Rückschlag des hohen Balles erfordert mehr Kraft, besseres Timing und mehr Beweglichkeit. Besonders Beidhandspieler bekommen konditionelle Probleme, wenn Sie immer wieder mit extrem hohen Bällen (Mondbälle) angespielt werden.

b): Der normal hüfthohe Ball ist ideal für den Passierball oder als Ausgangspunkt für ein Grundlinien-As.

c): Der flache Ball wird am besten ins Mittelfeld oder nach außen in die Nähe der Winkel der Einzelfeld-Markierung gespielt. Der Longline-Ball ist dabei zu riskant, weil das Netz an der Seite 15 Zentimeter höher ist.

Strategische Matchplanung

Nehmen Sie sich ein Blatt Papier und zeichnen Sie die Umrisse eines Tennisplatzes auf. Beobachten Sie Ihren Gegner beim Training oder beim Einspielen. Wenn Sie bei Ihrem möglichen zukünftigen Gegner einen Fehler feststellen, dann tragen Sie diesen mit Hilfe von Null-Symbolen an jener Stelle in das Spielfeld ein (siehe Abbildung), wo er den Fehler gemacht hat. Dazu sollten Sie sich auch die Höhe des zurückgespielten Balles merken. War der Ball vor dem Return hoch, dann malen Sie eine große Null, war er flach, dann malen Sie

einen schwarzen Punkt, ging dem Fehler ein normal hoher (Hüfthöhe) Ball voraus, dann tragen Sie ein Null mit einem Schrägstrich in das Spielfeld ein. Am Ende können Sie auf Ihrer Zeichnung ablesen, wo

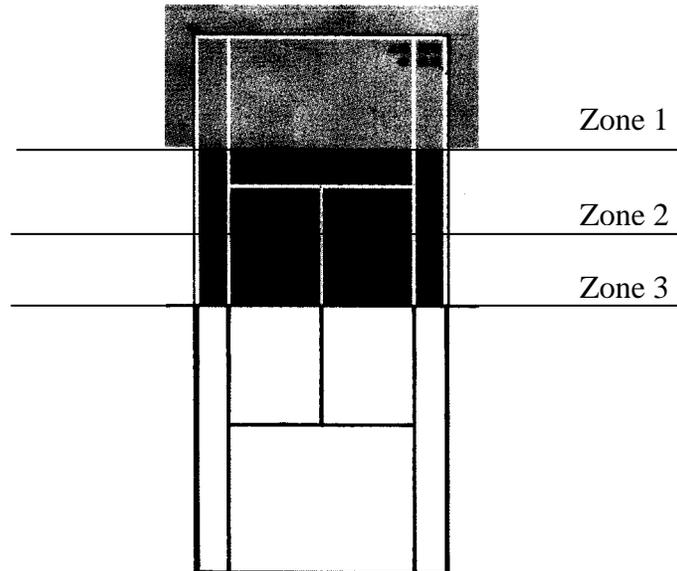
die Schwachpunkte Ihres Gegners zu finden sind. Im Match können Sie aus solchen Schwächen eigene Stärken produzieren.

So protokollieren Sie die Schwächen Ihres Gegners:

zeichnen Sie auf die Umriss eines Tennisplatzes die entsprechenden Symbole ein, von wo Ihr Gegner einen Ball verschlägt

(z= Fehler auf hohes Zuspiel; A= Fehler auf normales Zuspiel; * Fehler auf flaches Zuspiel).

Gelb = Weites Land; blau Niemandsland; rot -Abenteuerland



Viel Spaß bei der Umsetzung dieser Ausführungen!
Probiere einfach mal aus!

Gruß

Horst