

Taktik im Tennis

Als Basis der Taktik im Tennis gilt beim Spiel oder im Techniktraining die Einhaltung dieser Reihenfolge:

1. Sicherheit
2. Länge / Platzieren
3. Drall
4. Tempo



Taktik ist aber im Spiel auch von weiteren wichtigen Punkten abhängig:

1. Meine eigenes Spiel, meine Stärken, meine Schwächen
2. Das Spiel des Gegners, seine Stärken, seine Schwächen
3. Platzbeschaffenheit und äußere Bedingungen (Wind, Sonne etc.)
4. Meine konditionelle Verfassung
5. Die konditionelle Verfassung des Gegners
6. Meine psychische Belastbarkeit
7. Die psychische Belastbarkeit des Gegners

Im Spiel hat sich diese Grundtaktik als vorteilhaft erwiesen:

1. Ich versuche dem Gegner mein Spiel aufzuzwingen
2. Sollte das nicht zum Erfolg führen, suche ich die Schwächen des Gegners und spiele diese konsequent an
3. Wenn auch das nicht funktioniert, spiele ich etwas, was der Gegner nicht erwartet, z.B. ‚serve & volley‘ obwohl ich sonst immer hinten bleibe.
4. Reichen diese Maßnahmen noch immer nicht aus, muss ich wohl anerkennen, dass der Gegner besser ist.

Zum Schluss noch zwei Punkte, die mehr mit der Psyche zu tun haben

1. Der nächste Punkt ist immer der wichtigste. Also konzentriere Dich darauf und trauere nicht den verlorenen Punkten nach.
2. Vergiss den Spaß nicht!