

TENNIS ONLINE COACH



Aspekt der Woche

Diverse Analysen und Checks	
<b>Power Control Check</b>	<p>Erfassen der "<b>Power-Punkte</b>" / <b>Plus Punkte</b>:  <i>Alle „Winner-Schläge“ (direkte Punkte und Schläge, die den Gegner in Not bringen und ihn zu Fehlern gezwungen haben</i>                      und Erfassen der "<b>unforced errors</b>" / <b>Minus-Punkte</b>:  <i>Alle vermeidbaren/eigenen Fehlers ohne Bedrängnis</i>                      Alle Punkte werden auf diese Weise den jeweiligen Bereichen zugeordnet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Aufschlag- und Returnspiel</li> <li>• Grundlinienspiel</li> <li>• Angriff und Verteidigungsspiel</li> </ul>
<b>3 Phasen-Check</b>	<p>Erfassen der Erfolgs- und Misserfolgs-Quote in den Bereichen <b>SPIELERÖFFNUNG</b> mit folgenden Schlägen:</p> <p>.....</p> <p><b>Aufschlagspiel</b> (erster und zweiter Aufschlag)</p> <p>.....</p> <p><b>und Returnspiel</b> (getrennt nach Return auf ersten, bzw. zweiten Aufschlag</p> <p>.....</p> <p>Ab dem vierten Schlag ist dann die Phase "<b>offener Ballwechsel</b>"</p>
<b>Trainer-Beobachtung</b>	<p>Beobachten "Taktisches Spielverhalten"</p> <p>.....</p> <p>Beobachten "Mentales Spielverhalten"</p> <p>.....</p> <p>Beobachten "Athletisches Spielverhalten"</p>
<b>daraus folgen in den weiteren Trainingseinheiten</b>	<p>Auswertung der Analysen</p> <p>.....</p> <p>Individuelle Spielerbewertungen</p> <p>.....</p> <p>weitere konkrete Lernziele</p>