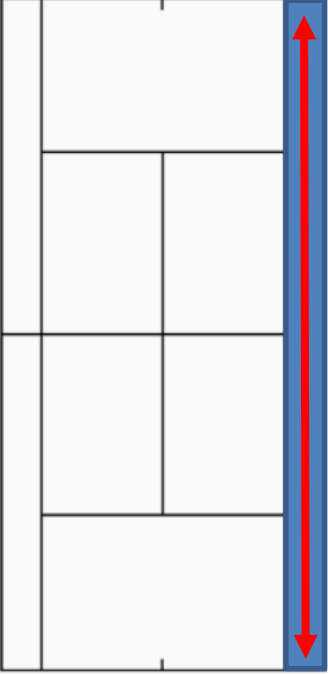


Übungstitel: Nur Korridor
Übungsdauer: 5-10 Minuten
Trainingsumgebung: Tennisplatz
Gruppengröße: 2 oder 4
Niveau: einfach mittel anspruchsvoll
Ausdauer/Energie: wenig mittel viel
Übungsart: Einwärmen
Übungsziele: Genauigkeit, Longline-Schläge
Sicherheitsaspekte: Bälle aus dem Feld

Dauer	Übung/Spielform	Organisation	Material
5-10 Minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Zwei Spieler spielen zusammen • Bälle nur im Korridor • So viel Mal hin und her wie möglich 		<ul style="list-style-type: none"> • Bälle