



# Testblatt Goldschläger

Name der Spielerin \_\_\_\_\_

Leitfaden Stufe um Stufe

	1. Versuch	2. Versuch	3. Versuch	Erreichte Punktzahl	Maximale Punktzahl												
<p><b>Übung Nr. 1</b> Die Spielerinnen spielen aus der Halbdistanz Vorhand-Topspin auf Vorhand-Topspin. Das Ziel ist, das Maximum an Hin- und Rückschlägen ohne Ballverlust zu erreichen. Die Übung wird dreimal ausgeführt. Bei jedem Versuch werden nur die erzielten Hin- und Rückschläge gezählt, welche nach dem Urteil des Trainers genügend Vorwärtsrotation aufweisen. Ist die Zahl höher als 10, wird mit dem Zählen aufgehört.</p>				Ergebnis des besten Versuchs	<b>10</b>												
<p><b>Technische Note der Topspinkombination</b> Die Trainerperson bewertet die technische Qualität der Kombination von Vorhand-Topspin und Rückhand-Topspin in Übung 2 mit Punkten von 0 bis 5. Bewertungstabelle:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>0 – 1</th> <th>2 – 3</th> <th>4 – 5</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>Flugbahn, Geschwindigkeit</b></td> <td>Kreisförmige Flugbahn, niedrige Geschwindigkeit</td> <td>Flachere Flugbahn, aber niedrige Geschwindigkeit</td> <td>Flache Flugbahn, hohe Geschwindigkeit</td> </tr> <tr> <td><b>Treffpunkt auf der Flugbahn</b></td> <td>In der fallenden Phase bei Vorhand- und Rückhandtopspin</td> <td>Im höchsten Punkt beim Vorhand-Topspin, in der fallenden Phase beim Rückhand-Topspin</td> <td>Im höchsten Punkt bei Vorhand- und Rückhand-Topspin</td> </tr> </tbody> </table>		0 – 1	2 – 3	4 – 5	<b>Flugbahn, Geschwindigkeit</b>	Kreisförmige Flugbahn, niedrige Geschwindigkeit	Flachere Flugbahn, aber niedrige Geschwindigkeit	Flache Flugbahn, hohe Geschwindigkeit	<b>Treffpunkt auf der Flugbahn</b>	In der fallenden Phase bei Vorhand- und Rückhandtopspin	Im höchsten Punkt beim Vorhand-Topspin, in der fallenden Phase beim Rückhand-Topspin	Im höchsten Punkt bei Vorhand- und Rückhand-Topspin					<b>5</b>
	0 – 1	2 – 3	4 – 5														
<b>Flugbahn, Geschwindigkeit</b>	Kreisförmige Flugbahn, niedrige Geschwindigkeit	Flachere Flugbahn, aber niedrige Geschwindigkeit	Flache Flugbahn, hohe Geschwindigkeit														
<b>Treffpunkt auf der Flugbahn</b>	In der fallenden Phase bei Vorhand- und Rückhandtopspin	Im höchsten Punkt beim Vorhand-Topspin, in der fallenden Phase beim Rückhand-Topspin	Im höchsten Punkt bei Vorhand- und Rückhand-Topspin														
<p><b>Übung Nr. 2</b> Ein Spieler blockt mit der Rückhand regelmässig einmal auf die gegnerische Vorhand-, einmal auf die Rückhand-Tischseite. Der andere Spieler spielt abwechselnd einen Vorhand-Topspin und einen Rückhand-Topspin, beide auf die gegnerische Rückhandseite. Das Ziel ist, das Maximum an Hin- und Rückschlägen ohne Ballverlust zu erreichen. Jeder Topspinspieler hat mindestens drei Versuche. Falls er selber den Fehler macht, gilt dies in jedem Fall als Versuch. Macht aber der Blockspieler vor 10 Hin- und Rückschlägen den Fehler, kann der Topspinspieler entscheiden, ob er seine bis dahin erzielte Anzahl Topspins als Versuch gelten lassen will oder nicht. Sind 10 Topspins gespielt, wird mit dem Zählen aufgehört.</p>				Ergebnis des besten Versuchs	<b>10</b>												
<p><b>Übung Nr. 3</b> Die Spielerinnen spielen den Ball entlang der Seitenlinie: die eine mit Vorhand-Topspin, die andere mit Rückhand-Block. Wenn es ihr günstig scheint, macht die Blockspielerin mit ihrer Rückhand Gegendruck in der Rückhand-Diagonalen. Dies führt sie 10 Mal aus. Gezählt werden die erfolgreichen Gegenbeschleunigungen, wobei der erste Aufsprung des Balls auf dem Boden hinter einer Linie im Abstand von 3 Metern vom Tisch erfolgen muss. Damit kann die Qualität des Gegendrucks beurteilt werden.</p>					<b>10</b>												
<p><b>Übung Nr. 4</b> Die Spieler spielen Vorhand-Topspin auf Vorhand-Block in der Vorhand-Diagonalen. Wenn es ihm günstig scheint, führt der Blockspieler einen Vorhand-Gegentopspin aus. Er macht 10 Gegentopspins. Gezählt werden diejenigen erfolgreichen Gegentopspins, welche nach dem Urteil der Trainerin genügend Vorwärtsrotation aufweisen.</p>					<b>10</b>												
<p><b>Übung Nr. 5</b> Die Trainerperson schlägt 10 Mal kurz und mit Unterschnitt auf. Der Spieler führt 10 halblange Rückschläge aus. Gezählt werden diejenigen Rückschläge, deren zweiter Aufsprung innerhalb der letzten 20 cm des Tisches erfolgt (diese Zone kennzeichnen).</p>					<b>10</b>												

**Total** **55**

**Bestanden** 40 **ja / nein**