

Modello della tecnica tennis da tavolo

Elementi di base

Presenza della racchetta

Gioco di gambe

Posizione del corpo rispetto alla pallina

Esecuzione del movimento

Elementi costanti

Modo di toccare la pallina

Fasi del movimento (iniziale, d'esecuzione, terminale)

Punto d'impatto nel triangolo d'oro

Movimento su un solo piano

Elementi variabili

Ampiezza e dinamica del movimento

Angolazione del piano del movimento e della racchetta

Fase di contatto pallina racchetta

Trasferimento del peso del corpo