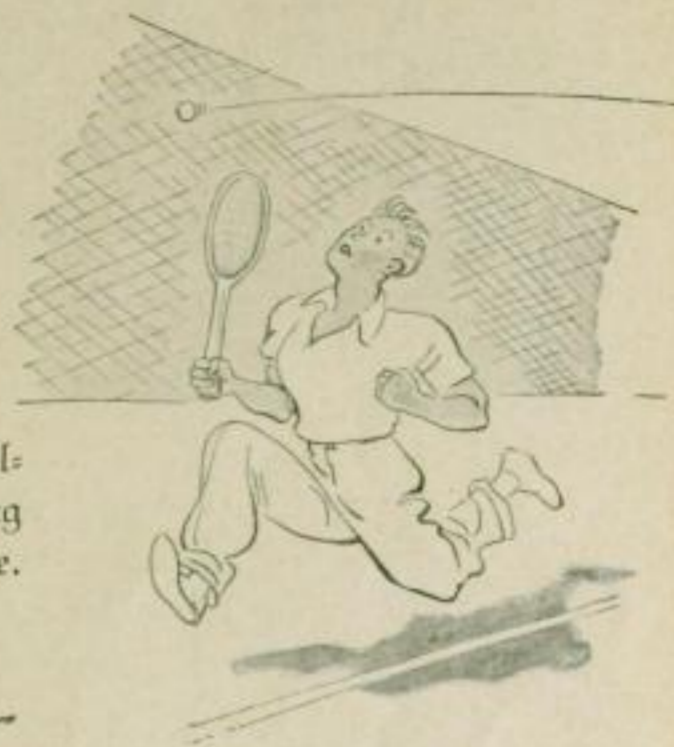


Fehler im Tennis,

wie sie der Anfänger macht

Tennis verlangt weder schwerathletische Muskelkraft, noch akrobatische Gelenkigkeit. Vorbildung durch einen anderen Sport erspart manche Mühe.

Zeichnungen von Otto Linnefogel



Blindlings in die Flugbahn des Balles hineinlaufen bringt nur dem Gegner einen Vorteil. Die durch den Schläger vergrößerte Reichweite des Armes verlangt einen bestimmten Abstand vom Ball.



Der Schläger wackelt beim Schlag gern in der Hand. Darum hält man ihn fest, aber nicht so krampfhaft, daß der Arm nach wenigen Minuten ermüdet. Nach einiger Zeit bekommt man die „Tennismuskeln“ am Unterarm.



Mit kurzen Schrittschen trippeln ist kein Laufen. Nur der federnde, elastische Sprungschritt ist auf dem Tennisplatz zu brauchen. Durchgedrückte Knie existieren für den guten Spieler nicht.



Wenn man aus Vorhandstellung Rückhand schlägt, sind Kraft und Sicherheit im Schlag unmöglich.



Es gibt zahlreiche Arten, den Schläger falsch zu halten. Die Ebene der Schlägerfläche soll ungefähr zwischen Daumen und Zeigefinger durchgehen. Waagrecht gehalten, verfehlt der Schläger gewöhnlich den Ball, oder treibt ihn bestenfalls steil in die Höhe.



Mit geschlossenen Hacken strammstehen ist ebenso unzuweckmäßig, wie in tiefer Hocke fauern. Aus beiden Stellungen ist man nicht nach allen Richtungen startbereit.