

Werner Heissig

Tischtennis sport

Die Kunst des weißen Balles

Mit 209 Fotos und Zeichnungen
und 12 Farbtafeln

Bibliothek des Sportbeirates
der Fürstlichen Regierung

B

Bussesche Verlagshandlung • Herford

Inhalt

Vorwort	7
Reportage: Spintaktik	9
Bei Nahaufnahme	9
Schule der Meister	9
Gesetze des Handelns	20
Die Doppelstrategie	20
Spielkonzeption	20
Das Handlungsgefüge	20
Spielgeschehen	20
Spielphasen	22
Handlungseinheiten	22
Punktentscheide	22
Die Spielrealität	23
Handlungsstrukturen	23
Taktik-Info	24
Strategiegesetz	24
Streuwinkelgesetz	25
Drallgesetz	25
Plazierungsgesetz	26
Hindernissetz	27
Tempogesetz	28
Engpaßgesetz	28
Reportage: Spinangriff	29
Am	29
Zug	29

Spiel der Bewegung	40
Die Bewegungswirklichkeit	40
Die Tischtennisbewegungen	40
Stellungsformationen	40
Bewegungsformationen	40
Die Aufschlagstellungen	41
Vh-Rotationsstellungen	41
Rh-Rotationsstellung	41
Rh/Vh-Laufstellung	42
Rh/Vh Tiefenstellung	42
Die Körperarbeit	42
Hubbewegung	43
Rotationshub	43
Beugebewegung	44
Rotationsbeuge	44
Eindrehbewegung	45
Ausdrehbewegung	45
Technik-Info	46
Vorspannungstechnik	47
Impulsaufgipflungstechnik	48
Verdrilltechnik	49
Koordinationstechnik	50
Reportage: Tempoangriff	51
MitDruck	51
Wege des Erfolgs	56
Rotationsmotorik	56

Die Großmotorik	56
Ausweichbewegung	57
Vorlaufbewegung	58
Seitwendbewegung	59
Eindrehbewegung	60
Ausdrehbewegung	61
Das Stellungsspiel	62
Grundstellung	62
Ausgangsstellung	62
Motorik-Info	63
Konterstellung	64
Spinstellung	64
Schnittstellung	64
Drehstellung	65
Frontstellung	65
Tiefenstellung	65
Reportage: Notverteidigung	66
[nNot	66
Karussell der Nerven	76
Erlebnisesetze	76
Systemspielweisen	77
Tempowechsel	77
Wettkampfflair	77
Krisensituationen	79
Kanten- und Netzbälle	79
Spektakuläre Ballwechsel	79

Verschlagene Punktbälle	80
Bilderbuchschräge	81
Streißphasen	81
Eröffnungsrollen	81
Erfolgsbilanzen	83
Finalzeiten	84
Auszeiten	85
Punktkurve	85
Psycho-Info	87
Tendenzanalyse	87
Strategieanalyse	87
Leistungsanalyse	89
Rhythmusanalyse	89
Aufschlaganalyse	90
Krisenanalyse	91
Spieleysteme	93
Individuelles Spiel	93
Spielertypen	94
Spieleigenschaften	96
Materialeinflüsse	98
Spiel Aufbau	100
Trainingsarbeit	104
Systembilanzen	111
Taktikkonzepte	112
Kampfstrategien	114
Trainingsplanung	116
Systembank	117