

INHALT

DANKSAGUNG/VORWORT	9
KAPITEL 1	
SCHLÄGERHALTUNG IM SPIEL UND BEIM AUFSCHLAG	12
Intro	14
1.1 Im Spiel – Grundhaltung und Veränderungen (BR01).....	16
1.2 Beim Aufschlag – Grundhaltung und Veränderungen (BR02).....	23
KAPITEL 2	
SCHLAGPOSITIONEN.....	32
Intro	34
2.1 Aufschlagposition oder -stellung	34
2.2 Aufschlagannahmeposition oder Grundstellung.....	36
2.3 Zentrale und variable Spielposition (BR03).....	41
KAPITEL 3	
AUFSCHLAG	46
Intro (BR04).....	48
3.1 Einfacher Vorhand-Seitenschnitt-Aufschlag von links nach rechts (BR05)	58
3.2 Komplexer Vorhand-Seitenschnitt-Aufschlag als Gegenläufer von rechts nach links (BR06).....	62
KAPITEL 4	
RÜCKSCHLAG ODER AUFSCHLAGANNAHME.....	70
Intro	72
4.1 Rückschlag kurzer Aufschläge (BR07)	75
4.1.1 Schupfrückgabe.....	79
4.1.1.1 Vorhand-Schupf (BR08, 09).....	80
4.1.1.2 Rückhand-Schupf (BR10).....	84
4.1.1.3 Verbindung Aufschlag-Vorhand-Schupf (BR11, 12).....	86

6 TISCHTENNIS MIT TIMO BOLL

4.1.2 Flipp.....	93
4.1.2.1 Vorhand-Flipp (BR13, 14, 15)	94
4.1.2.2 Rückhand-Flipp (BR16, 17).....	98
4.2 Rückschlag mittellanger und langer Aufschläge (BR18).....	103

KAPITEL 5

TOPSPIN..... 104

Intro	106
5.1 Vorhand-Topspin (BR19 – Picture Check)	114
5.1.1 Vorhand-Topspin auf „leichten“ Oberschnitt (Block/Konter) – Grundform (BR20).....	122
5.1.2 Vorhand-Topspin auf Unterschnitt – Effettopspin (BR21, 22a+b)	127
5.1.3 Vorhand-Topspin gegen Topspin – Gegentopspin (BR23-Picture Check) ...	136
5.1.3.1 „Früher“ Vorhand-Gegentopspin gegen langsamere Effettopspins (BR24)	139
5.1.3.2 „Früher“ Vorhand-Gegentopspin gegen schnelle Powertopspins (BR25)	142
5.1.3.3 „Später“ Vorhand-Gegentopspin aus der Halbdistanz	144
5.1.4 Vorhand-Powertopspin (BR26, 27).....	146
5.1.5 Besondere Vorhand-Topspinvarianten	150
5.1.5.1 Vorhand-Topspin mit Seitwärtsverlagerung zur Vorhand (BR28, 29).....	151
5.1.5.2 Vorhand-Topspin aus Grätschstand (BR30).....	154
5.1.5.3 Vorhand-Topspin aus dem Laufen und Kreuzen (BR30a+b)	156
5.2 Rückhand-Topspin (BR31 – Picture Check)	160
5.2.1 Rückhand-Topspin auf „leichten“ Oberschnitt (Block/Konter) – Grundform (BR32)	164
5.2.2 Rückhand-Topspin auf Unterschnitt – Effettopspin (BR33)	168
5.2.3 Rückhand-Topspin gegen Topspin – Gegentopspin	171
5.2.3.1 „Früher“ Rückhand-Topspin gegen langsamere Effettopspins (BR34).....	172
5.2.3.2 „Früher“ Rückhand-Gegentopspin auf schnelle Powertopspins (BR35).....	174
5.2.3.3 „Später“ Rückhand-Gegentopspin aus der Halbdistanz	175

5.2.4 Rückhand-Powertopspin..... 176

5.2.5 Besondere Rückhand-Topspin-Varianten..... 176

 5.2.5.1 Rückhand-Topspin aus Tischmitte und Vorhand..... 176

 5.2.5.2 Rückhand-Topspin mit Seitwärtsverlagerung zur Rückhand (BR36)... 177

5.3 Rückhand-Vorhand-Topspin-Verbindung in der Grundform (BR37)..... 178

5.4 Sidespins mit Vorhand und Rückhand..... 180

KAPITEL 6

**KONTER, BLOCK, SCHMETTER,
BALLON- UND UNTERSCHNITTABWEHR 182**

6.1 Konter (BR38) 184

6.2 Block (BR39)..... 186

6.3 Schmetter, Ballon- und Unterschnittabwehr..... 188

KAPITEL 7

TAKTIK, PSYCHOTAKTIK UND SPIEL 192

7.1 Timos Sicht 195

7.2 Spielsituationen..... 204

 7.2.1 Aufschlag Timo..... 205

 Spielsituation 1 (BR40): Verbindung kurzer Aufschlag –
 aktiver Rückhand-Block – Vorhand-Gegentopspin aus Rückhand..... 205

 Spielsituation 2 (BR41): Verbindung kurzer Aufschlag –
 Vorhand-Powertopspin aus Rückhand mit hohem Risiko..... 208

 Spielsituation 3 (BR42): Verbindung kurzer Aufschlag – Vorhand-Effettopspin
 aus Vorhand –Vorhand-Gegentopspin aus Vorhand..... 212

 Spielsituation 4 (BR43): Verbindung halblanger Aufschlag –
 Vorhand-Gegentopspin aus Vorhand..... 216

 Spielsituation 5 (BR44): Verbindung halblanger Aufschlag – Rückhand-Gegentop-
 spin aus Rückhand..... 219

 Spielsituation 6 (BR45): Verbindung kurzer Aufschlag –
 Vorhand-Effettopspin aus Vorhand – Rückhand-Topspin aus Tischmitte –
 Vorhand-Powertopspin aus umlaufener Rückhand 222

 Spielsituation 7 (BR46): Verbindung kurzer Aufschlag – Vorhand-Effettopspin
 aus Tischmitte – Rückhand-Powertopspin aus Rückhand 226

8 TISCHTENNIS MIT TIMO BOLL

7.2.2 Rückschlag Timo.....	230
Spielsituation 8 (BR47): Verbindung Rückhand-Topspin-Flipp – aktiver Rückhand-Block diagonal – aktiver Rückhand-Block parallel.....	230
Spielsituation 9 (BR48): Verbindung kurze Vorhand-Schupfrückgabe – Rückhand-Effettopspin aus Rückhand – Vorhand-Gegentopspin aus Rückhand.....	233
Spielsituation 10 (BR49): Verbindung kurze Vorhand-Schupfrückgabe – Vorhand-Effettopspin aus der Vorhand – Vorhand-Gegentopspin aus der Rückhand.....	236
Spielsituation 11 (BR50): Verbindung Rückhand-Topspin-Flipp aus der Vorhand – Rückhand-Powertopspin aus der Rückhand	240
Spielsituation 12 (BR51): Verbindung kurze Vorhand-Schupfrückgabe – Vorhand-Powertopspin gegen	242

KAPITEL 8

MATERIAL UND TRAINING 244

KAPITEL 9

O-TÖNE 254

Was enge Begleiter über Timo denken..... 256

Zum Abschluss: 10 Fragen an Timo..... 261

ANHANG 264

Steckbrief: Timo Boll..... 266

Literaturverzeichnis..... 269

Grundbegriffe der technisch-taktischen Analyse im Tischtennis..... 272

Bildnachweis..... 278