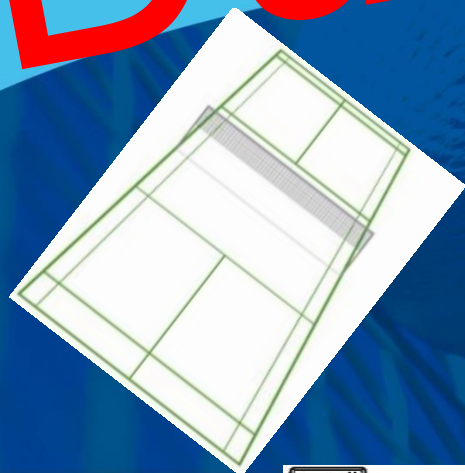


Dubbelspel



Alléén is maar alléén dus
“Samen staan We Sterk”



Zoekplaatje dubbelspel

Vraag:

Wat zien we, wat valt ons op?

Antwoord:

Spelers in zwart;

Achter elkaar)voor&achter
Voorspeler uit de T, in vak
van achterspeler,

Ruimte onderling klein.

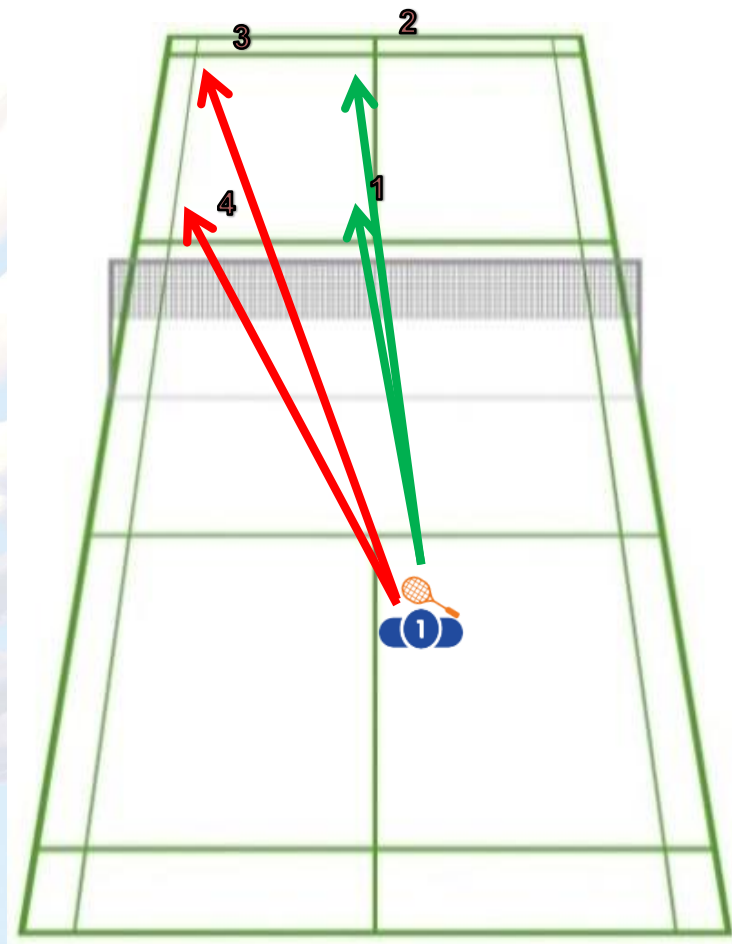
Spelers in rood;

Naast elkaar, (side by
side)voetenstand naast
elkaar, BH-grip, elleboog
voor lichaam, ruimte
onderling klein

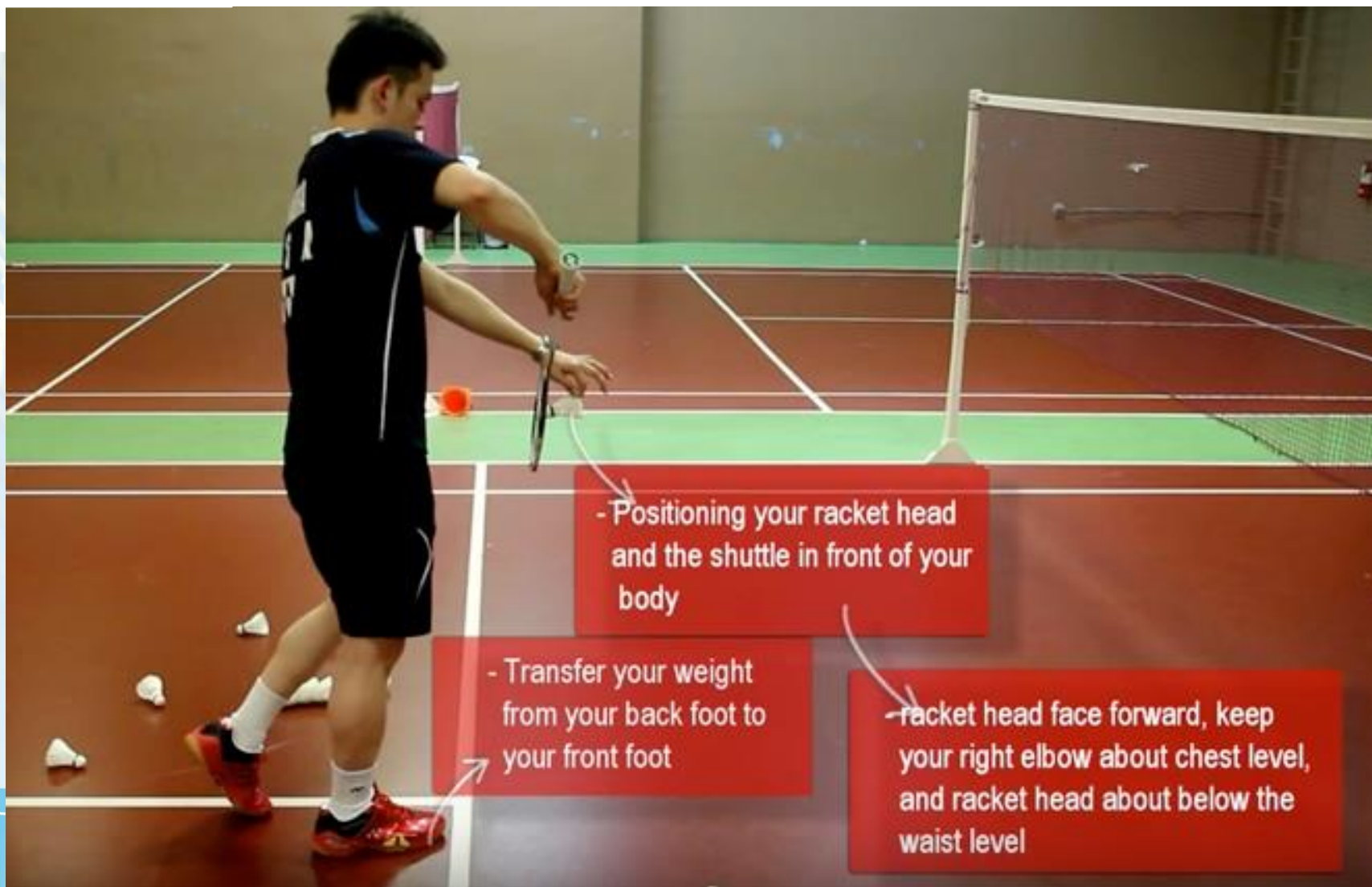


Service situatie

- # Serveerder= zo dicht mogelijk op servicelij, partner centraal
- # Rechtshandig, linker voet/been iets naar achteren (zie volgende sheet)
- # BH-service (reglementair)
- # Bij korte service = Follow-up naar het net.
- # Follow-up naar het net toe is racketvoering (verkort)hoog, dreigen aan het net
- # Bij hoge service = side/side
- # Follow-up side by side = uitgangshouding voetenstand naast elkaar, knieën licht gebogen, hakken van de grond, BH-grip, elleboog van het lichaam af



BH- Short service



Service return situatie

Ontvanger= zo dicht mogelijk op servicelijn

Bij 1= netdrop straight/cross, inrushen straight

Bij 2= push straight, hoog straight

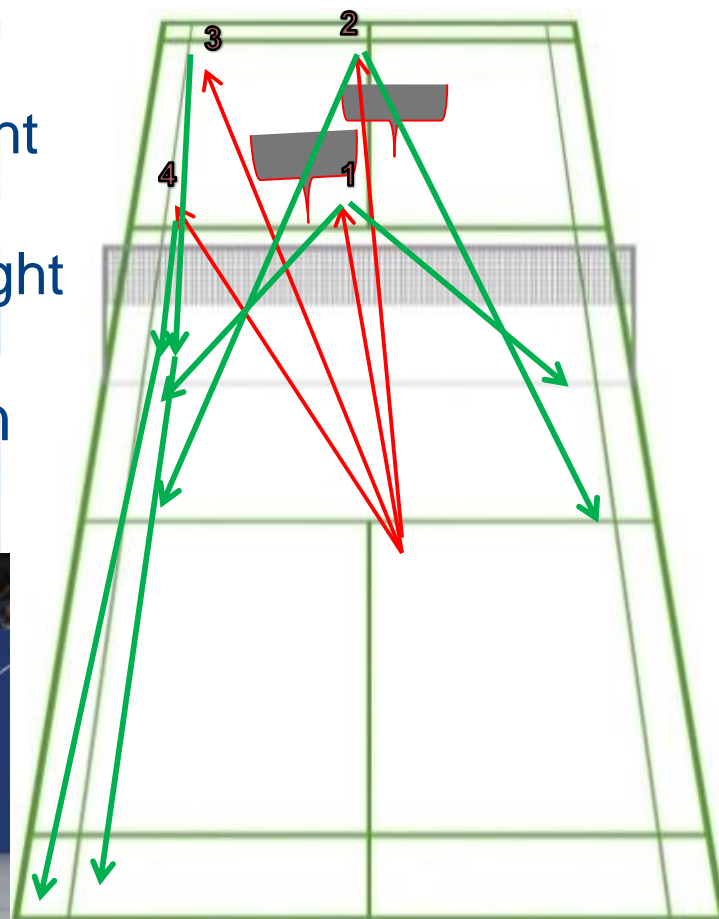
Bij 3= Smash/drop(uiteerste geval clear) straight

Bij 4= netdrop straight, inrushen straight

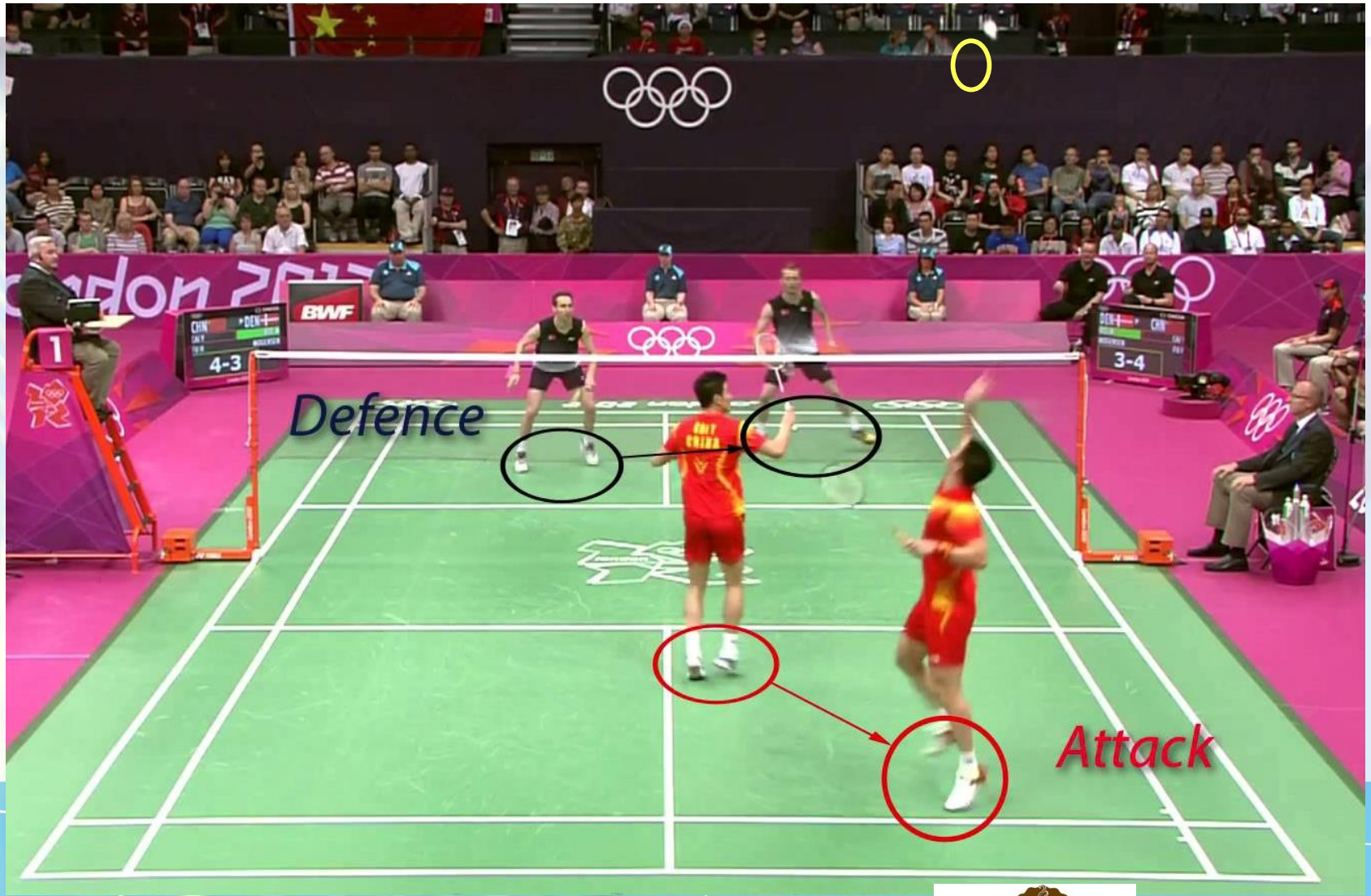
Follow-up bij aanvallende returns dreigen

naar het net, racketvoering hoog,

standvoet iets voor.



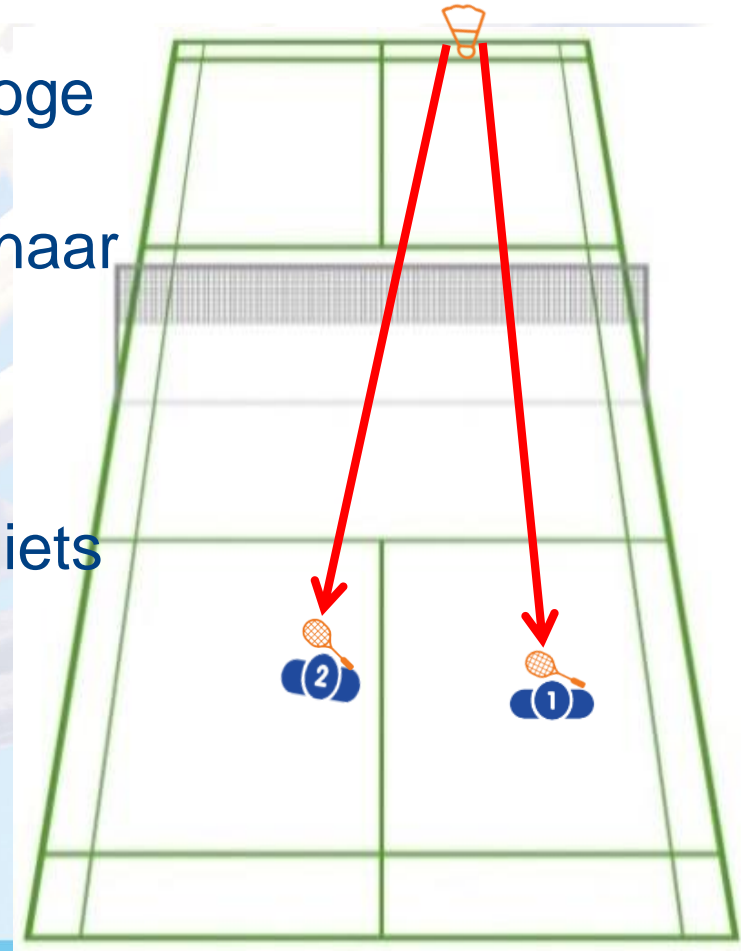
Positiespel



Verdedigend PositieSpel (VPS):

- 1= zoveel als mogelijk tegenover de hoge shuttle
- 2= iets opgeschoven met het lichaam naar de shuttle toe om het veld zo klein mogelijk te houden. (zie note)

Houding: licht door de knieën, hakken iets van de grond, racketvoering BH-grip, elleboog ruim voor het lichaam op knie/navelhoogte



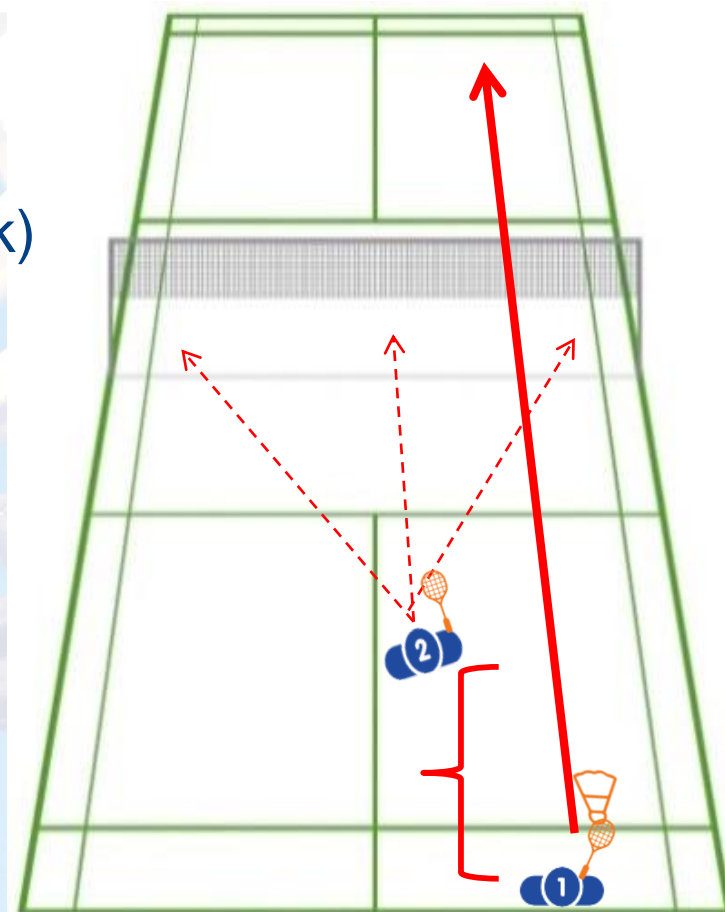
Note: dit wordt ook wel aangepaste basis genoemd



Aanvallend PositieSpel (APS):

Shuttle in achterveld;

- * Voorspeler zoveel als mogelijk in lijn (R-vak)
- * Lichaam iets gedraaid voor de meest denkbare return.
- * Standvoet iets voor, racketvoering borsthoogte, midden of voorgrip
- * Ruimte klein houden met achterspeler.
- * Achterspeler, lange grip schouderhoogte, elleboog iets voor lichaam.



Aanvallend PositieSpel (APS):

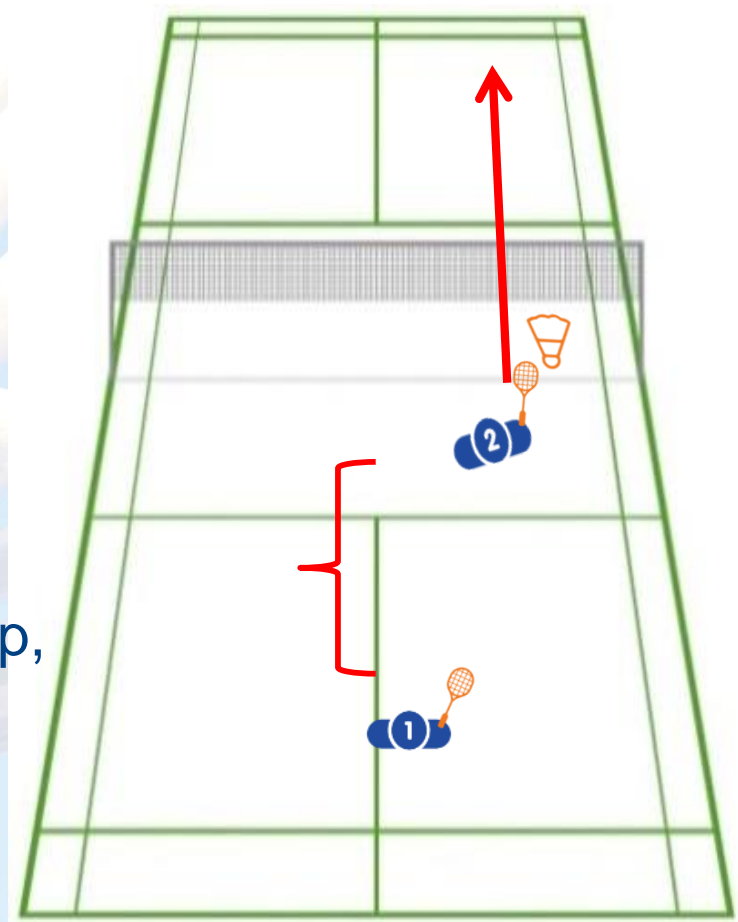
Shuttle in voorveld;

Achterspeler ruimte klein houden met voorspeler.

Lange grip schouderhoogte, elleboog iets voor lichaam

Voorspeler follow-up:

Standvoet iets voor, verkorte/middengrip, Elleboog ruim voor lichaam, dreigen



Van VPS naar APS:

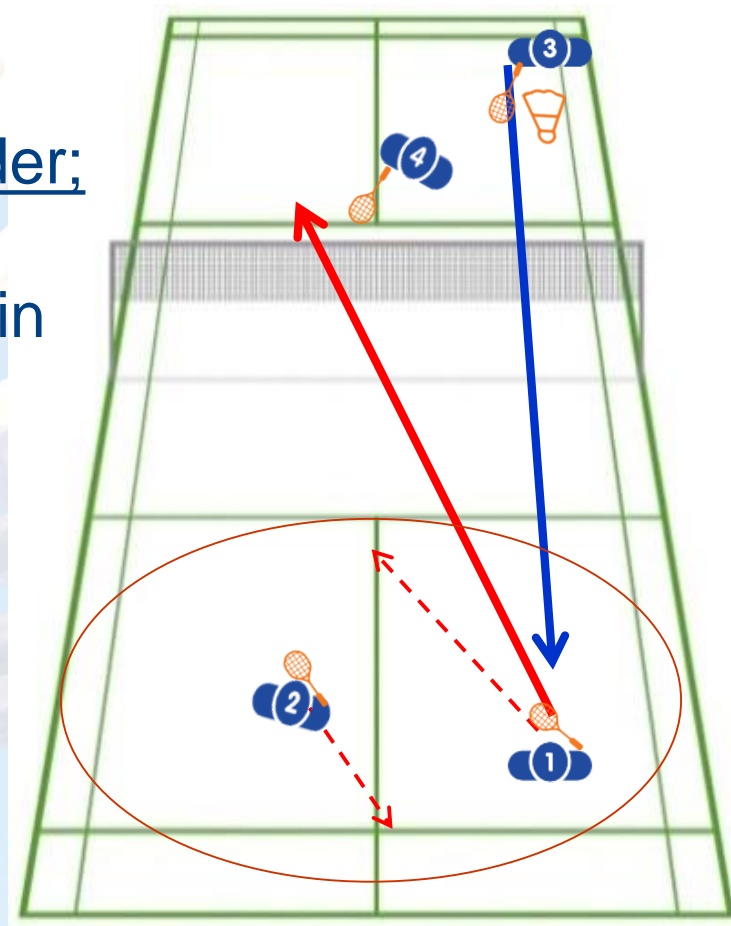
Na een dropshot of smash tegenstander;

Korte return en aansluitend:

1 = rechtdoor oplopen en neemt VPS in

2 = past zich aan t.o.v. 1 in VPS

Note: let op houding VPS



Van APS naar VPS:

Na een clear;

1 = rechtdoor oplopen en neemt VPS in

2 = past zich aan t.o.v. 1 in VPS

Note: let op houding VPS

Na een lob;

2 = rechtdoor achterwaarts en neemt VPS in

1 = past zich aan t.o.v. 2 in VPS

Note: let op houding VPS

