

## Tischtennis Systemtraining in Schnaittenbach



Am 14.03.2017 fand in der Halle des TUS Schnaittenbach Abt. Tischtennis erstmals ein Systemtraining statt. Hier nahmen (im Bild von links) Rudi, Laszlo, Felix, Andi, Markus, Alfonso, Opa, Elias, Klaus, Roggy und Nils (nicht im Bild) teil. Leider sagten drei Top-Spieler kurzfristig ab.

Start war um 19:00 mit Aufwärmen und Einspielen. Anschließend ging Trainer Laszlo von Tisch zu Tisch und coachte alle Teilnehmer durch die verschiedensten Übungen – angefangen von Abwehrspielzügen bis hin zum finalen Angriffsschlag. Natürlich fand nach bestimmten Zeiten immer ein Wechsel der Spielpaarungen statt, um jeden Spieler optimale Abwechslung und verschiedene Schlägermaterialien zu bieten. Anschließend, nach einer kurzen, Kräfte stärkenden Pause, starteten alle Tischtennisbegeisterte in ein Auf- und Abstiegsturnier. Dieses sorgte bei allen Teilnehmern für viel Spaß und erforderte ein großes Maß an Kondition, starkem eigenen Aufschlagsspiel und individuellen Spieltaktiken. Nachdem das Turnier beendet war, konnten alle Anwesenden noch frei trainieren oder ein Match gegeneinander spielen.

Alles in Allem war es ein gelungener Abend und jeder Spieler hatte Spaß und konnte viele Erfahrungen für sein Spiel sammeln. Ab der nächsten Saison findet jeden Dienstag um 19:00 ein Systemtraining statt, Spieler jeder Leistungsklasse sind herzlich eingeladen.