



WdR-673.

Soort oefening: Aanvallen.

Accent: Topspin slaan en verdedigen.

A staat met bal nabij de 3-meterlijn.

B staat aan de andere kant van het veld ook nabij de 3-meterlijn.

A slaat met topspin de bal over het net, diep in het achterveld.

Op het moment dat A de bal slaat mag B zich pas verplaatsen.

De bal wordt verdedigd dat mag onderarms zijn, naast het lichaam, of hoog.

Belangrijk is dat B stilstaat wanneer zij de bal verdedigt.

