



**Sport-Akademie Dr. Kerbein**

*Training Consulting Events*

*Auszug aus „Tilden lehrt Tennis“ von William Tilden (S. 20-23), 1950*

*Laut Verlagsinformation ein tolles Buch „vom besten Tennisspieler aller Zeiten“. Fettdruck sind Hervorhebungen meinerseits.*

### **Behalte den Ball im Auge!**

In jeder Stunde, die ich mit einem Anfänger arbeite, wiederhole ich sicherlich wenigstens Dreißigmal in irgendeiner Form diesen Satz. Wenn ich sage: Behalte den Ball im Auge, so meine ich damit, dass du ihn vom Beginn des Aufschlags bis zum Ende des Ballwechsels nicht aus den Augen verlieren sollst. Du wirst natürlich sagen, dass ich übertreibe. Glaub mir, das ist nicht so.

Der Schüler will immer wissen, wohin er den Ball schlägt. Dazu brauchst du den Platz nicht zu beobachten. Du hast ihn gesehen, als du ihn betratst. Er bleibt so. Er bewegt sich nicht, noch ändert er seine Dimensionen. Auch die Linien sind fest. Du weißt, dass das Netz in der Mitte 0,91 m und bei den Pfosten 1,06 m hoch ist, und dass sich auch diese Höhen während des Spiels nicht ändern. Im Allgemeinen lässt sich der Schüler leicht davon überzeugen, dass er den Platz und das Netz nicht zu beobachten braucht, aber das nächste Hindernis ist schon weit schwieriger zu nehmen:

"Was ist mit dem Kerl, gegen den ich spielen soll?", platzt er heraus. "Wie kann ich wissen, wo er ist, wenn ich ihn nicht beobachte?"

Zweifellos eine berechtigte Frage, aber die Antwort darauf ist sehr leicht und dürfte jeden zufrieden stellen: Zuerst musst du dich daran erinnern, da du ja nicht versuchen sollst, deinen Gegner zu treffen, sondern ihn zu meiden. Du versuchst, den Ball dahin zu schlagen, wo er nicht ist, und nicht dahin, wo er ist.

„Ja, aber ich muss ihn sehen, damit ich weiß, wo er ist!“ ruft der Schüler:

Keineswegs! Wenn du gegen einen guten Tennisspieler spielst, kannst du dir denken, wo er ist, denn ein guter Spieler steht immer in einwandfreier Position. Die einwandfreie Stellung eines Grundlinienspielers ist ungefähr auf dieser Linie und ziemlich in ihrer Mitte. Wenn du einem Netzspieler gegenüberstehst, so wird seine beste Stellung ungefähr 2,5 m hinter dem Netz und etwa 60 cm rechts oder links von der Mittellinie entfernt sein. Wo sich ein guter Tennisspieler befindet, weißt du also. Wenn dein Gegner kein guter Spieler ist, so ist seine Stellung sowieso ohne Belang. **Du musst ja vor allem versuchen, den sich bewegenden Ball zu treffen und deshalb musst du ihn immer im Auge behalten.**

Hast du den Ball einmal aus den Augen verloren, so ist es schwer, ihn wieder zu finden. Die Funktionen des Auges sind der einer Kamera sehr ähnlich. Wer einmal versucht hat, Momentaufnahmen zu machen, kennt die seltsamen Resultate, die dabei herauskommen. Gewöhnlich erhalten wir ein gestochen scharfes Bild des Hintergrundes mit einem unscharfen Strich, da, wo das bewegte Objekt — ein Zug, ein Ball oder was du eben gerade aufnimmst — die Linse der Kamera passiert hat. Gelegentlich erreichen wir auch das Gegenteil: einen unscharfen, verschwommenen Hintergrund mit einem anscheinend erstarrten, klaren Objekt, das mitten in der Bewegung festgehalten wurde.

Wenn du einen Ball beobachtest, der auf dich zukommt, arbeitet dein Auge genau so. Du siehst entweder einen klaren Hintergrund und einen verschwommenen Ball oder einen unscharfen Hintergrund mit einem klaren Ball. Beim ersten Beispiel war dein Auge nicht während des ganzen Fluges auf den Ball gerichtet, du wirst ihn deshalb wahrscheinlich nur unsicher treffen. Beim letzteren hattest du den Ball wirklich im Auge und du hast alle Aussicht, ihn zu treffen. Wenn ich sage: behalte den Ball im Auge, so möchte ich damit ausdrücken: **beobachte ihn, bis er die Saiten deines Schlägers berührt.**

**Die meisten Spieler beobachten einen Ball nur bis zum Aufsprung und sehen weg, wenn sie auszuholen beginnen. In der falschen Meinung, sie könnten den Ball besser platzieren, schauen sie auf das gegnerische Feld.** Wenn du aufpasst, kannst du hin und wieder einen Spieler beim Ausholen über das Netz blicken sehen. Fast immer ist der darauf folgende Schlag dann schlecht getroffen. **Der durchschnittliche Spieler glaubt, den Aufsprung eines Balles, der auf ihn zukommt, beurteilen zu können. Er vergisst dabei jedoch, wie viele Dinge den Aufsprung beeinflussen, die alle seine Berechnungen über den Haufen werfen und ihn den Ball verfehlen lassen können:**

1. Der Ball kann schneller oder langsamer geschlagen worden sein als er annimmt; das hat zur Folge, dass er ihn zu früh oder zu spät erreicht.
2. Der Ball kann mit stärkerem Drall oder feinerer Schnitt geschlagen worden sein, als er annimmt, so dass der Ball etwas anders abspringt als er erwartet.
3. Der Ball kann vom Wind getrieben werden.
4. Der Ball kann schlecht abspringen, weil die Oberfläche des Platzes unregelmäßig und rau ist.

Sieht der Spieler dagegen auf den Ball, so kann er ihn unter Umständen noch mit den Saiten und nicht mit dem Holz seines Schlägers treffen, was noch der günstigste Fall ist. In den heutigen Tagen des modernen, schnellen, zum Netz stürmenden Spielens hat das Beobachten des Balles sogar noch an Bedeutung gewonnen. Einer der Hauptvorteile des Netzspielers gegenüber dem Grundlinienspieler ist der psychologische Druck, den er auf seinen Gegner ausübt und diesen dazu zwingt, aufzuschauen. Dies wird dem Grundlinienspieler zum Verhängnis und hat meist eine Fülle von missglückten Passierschlägen zur Folge. **Wenn ein Spieler zum Passierschlag gegen einen Netzspieler ansetzt, sollte er nie nach dem Gegner sehen.** Er sollte sich kurz überlegen, auf welcher Seite er den Passierschlag am besten anbringt und dann den Ball schlagen, ohne ihn aus dem Auge zu lassen. Es kann natürlich sein, dass der Netzspieler seine Absicht durchschaut und schon in Stellung ist, **aber dann muss er wenigstens einen schwierigen Flug-Ball schlagen, das ist immerhin besser, als den Punkt durch einen misslungenen Passier-**

**schlag von vornherein zu verschenken.** Es gibt gewisse Augenblicke, in denen die meisten Spieler dazu neigen, den Ball aus den Augen zu lassen und zwar

- 1.beim Aufschlag. Wenige Spieler sehen tatsächlich, wie der Schläger den Ball trifft;
- 2.beim Versuch, einen Passierschlag anzubringen. Sie schauen auf, um zu sehen, wohin sie schlagen können;
- 3.beim Flugballspiel. Auch hier schauen sie auf, bevor sie den Ball schlagen, weil sie sehen wollen, in welcher Richtung sich ihr Gegner bewegt;
- 4.beim Schmettern. Sie schauen nach unten, bevor sie den Ball schlagen, um das Feld des Gegners zu sehen.

Im kritischen Moment wird meist einer dieser Fehler gemacht. Jeder Spieler sollte darum den Ball so genau wie möglich beobachten, besonders wenn der Ballwechsel den Höhepunkt erreicht. Auch beim erstklassigen Turniertennis ergeben sich siebzig Prozent der Fehler durch Fehlschläge und da fünfundsechzig bis siebzig Prozent darauf zurückzuführen sind, dass der Spieler den ball nicht beobachtet, lässt sich leicht erklären, warum der Trainer allen Spielern, vom Anfänger bis zum Meister, einhämmert:

**Behalte den Ball im Auge!**