

Special Olympics Challenge



Skill Tischtennis 1 – Juggling

Beschreibung der Skill

Der Spieler hat 30 Sekunden Zeit, um den Ball möglichst oft mit dem Schläger aufprallen zu lassen. Der Coach zählt die Anzahl Aufpralle. Die Übung wird zweimal gemacht.

Skill-Effekt

Mit dieser Skill wird die Koordinationsfähigkeit des Spielers im Umgang mit Schläger und Ball beurteilt. Diese koordinativen Bewegungen sind im Tischtennis sehr wichtig.

Allgemeine Regeln für das Messergebnis

Der Coach startet die Stoppuhr (30 Sek.) und zählt die Anzahl Aufpralle. Nach 30 Sekunden ist die Übung fertig. Der Spieler wiederholt die Übung ein zweites Mal. Die Summe der beiden Resultate ergibt das Endresultat.

Skill-Regeln

- Diese Skill kann überall mit einem Ball und einem Tischtennisschläger gemacht werden.
- Trifft der Ball den Schläger genau dann, wenn die 30 Sekunden abgelaufen sind, zählt der Aufprall.
- Fällt der Ball zu Boden, gibt der Coach einen neuen Ball ins Spiel. Es wird straflos weitergezählt.
- Diese Übung wird im Stand durchgeführt. Wichtig ist, dass der Spieler genügend Platz um sich herum hat.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen zu dieser Skill: challenge@specialolympics.ch