

Matchup-Profil

Nicht jeder Gegner muss ausführlich analysiert werden. Für viele Begegnungen reicht die normale Matchreflexion vollkommen aus. Es gibt jedoch Gegner, gegen die du regelmäßig spielst – sei es in der Mannschaft, bei LK-Turnieren, im eigenen Verein oder im Training. Gerade bei diesen wiederkehrenden Duellen lohnt es sich, die wichtigsten Erkenntnisse dauerhaft festzuhalten.

Je besser du einen Gegner verstehst, desto gezielter kannst du dich auf das nächste Duell vorbereiten.

Grunddaten:

Name:

Aktuelle Gegner-LK:

Verein:

Schlaghand (rechts vs. links):

Spielertyp:

☐ Aggressiver Grundlinienspieler

☐ Konterspieler

☐ Serve & Volley

☐ Defensivspieler

☐ Allrounder

☐ Netzspieler

☐ Sonstiges: _____

Stärken:

Welche Eigenschaften bereiten mir regelmäßig Probleme?

☐ Aufschlag

☐ Return

☐ Slice

☐ Vorhand

☐ Netzspiel

☐ Rückhand

☐ Konstanz

☐ Beinarbeit

☐ Tempo

☐ Winkel

☐ Mentalität

☐ Sonstiges: _____

Schwächen:

Wo entstehen regelmäßig Chancen?

☐ Rückhand

☐ Vorhand

☐ Bewegung

☐ Lange Bälle

☐ Netzspiel

☐ Drucksituationen

☐ Sonstiges: _____

☐ 2. Aufschlag

☐ Hohe Bälle

☐ Kurze Bälle

☐ Geduld

☐ Kondition

Erfolgreiche Muster gegen diesen Gegner

Zum Beispiel:

- Aufschlag nach außen → freie Vorhand
- Rückhand cross → Vorhand longline
- Hohe Topspinbälle auf die Rückhand
- Tempowechsel
- Slice

Matchplan – mein Fokus
