



Jens Kunze

Low-T-Ball – Das kleine Tennis mit dem großen Ball

Tennis wird als eine sehr komplexe Sportart betrachtet. Wir möchten anhand von praktischen Übungen und Spielen zeigen, dass bereits kleine Kinder mit Hilfe des sehr einfach zu spielenden Low-T-Ball's vielfältige Körper- und Bewegungserfahrungen sammeln können. Low-T-Ball bietet einen idealen und einfachen Einstieg in ein Rückschlagspiel wie Tennis und führt zur Entwicklung und Verbesserung der motorischen Fähigkeiten.

Beim Low-T-Ball ist das deutlich kleinere Spielfeld durch Einfassungen aus Holz begrenzt. Der Ball – zumeist ein größerer weicher und luftgefüllter Kunststoffball oder ein Wasserball – wird nicht über ein Netz, sondern unter einem Brett hindurch geschlagen (mit altersgerechten Tennisschlägern oder auch der Hand). Auf diese Weise bleibt er sehr viel länger im Spiel. Dadurch stellen sich nicht nur bei den Kleinsten ganz schnell Erfolgserlebnisse und die Freude am Spiel mit dem „Tennisschläger“ ein.

Die verschiedenen Spiele und Übungen sind so einfach und klar, dass selbst Kinder und Erwachsene unterschiedlicher Fitness, Nationalitäten und Sprachen problemlos nach vorgegebenen Regeln oder nach selbst definierten Spielformen Low-T-Ball spielen und erleben können. Auch Turniere können innerhalb kürzester Zeit organisiert und gespielt werden.

JENS KUNZE, *Nds. Tennisverband, Mendelssohnstr. 45, 30173 Hannover, Tel.: (05 11) 811 79 83*