



### Tischtennistraining mit professioneller Anleitung.



Bild mit den ersten Teilnehmern unter der Anleitung von Thomas Dick

Die Tarmstedter Tischtennisabteilung trainiert mit professioneller Anleitung. Das Tischtennis Institut Thomas Dick zu Gast in Tarmstedt. An vier Trainingstagen mit je zwei Einheiten werden Taktik, Regeln, Koordination, Aufschlag und vor allem auch Spaß am Spiel von Thomas Dick vermittelt. In den Einheiten von je knapp zwei Stunden kam so mancher Spieler an seine Grenzen und musste sich eingestehen, dass man mit gezieltem Training viel mehr an der Platte erreichen kann. Mit einfachen und effektiven Übungen wurde der Kopf und die Muskeln beansprucht. Der Spaß der Teilnehmer am Spiel wurde nach anfänglicher Skepsis immer größer und es stellten sich auch für den Einzelnen die ersten Erfolge ein. Die Fragen, warum gebe ich das Aufschlagrecht ab oder nicht, wurde durch einfaches Tischtennis 1x1's schnell beantwortet. Warum Aufschläge schnell oder langsam, mit und ohne Schnitt effektiv sind, konnte man in den Übungen sehr gut erkennen. In den vier Trainingstagen wird erst einmal die Basis für das weitere Vorgehen beim Training gelegt. Viele Trainingsübungen, die man im normalen Trainingsbetrieb vorantreiben sollte, sodass sich die Sicherheit und der Erfolg nach und nach einstellen kann. Begleitet und vorangetrieben durch den Abteilungsleiter Dirk Buck sind die Tarmstedter Tischtennisspieler, voll des Lobes über die Übungseinheiten der Tischtennisschule Thomas Dick. Videomaterial von den Einheiten konnten man sich ebenfalls auf dem Laptop oder Handy anschauen, um seine eigenen Leitungen selber zu beurteilen. Ein Training was Jung und Alt gleichermaßen vorantreibt.