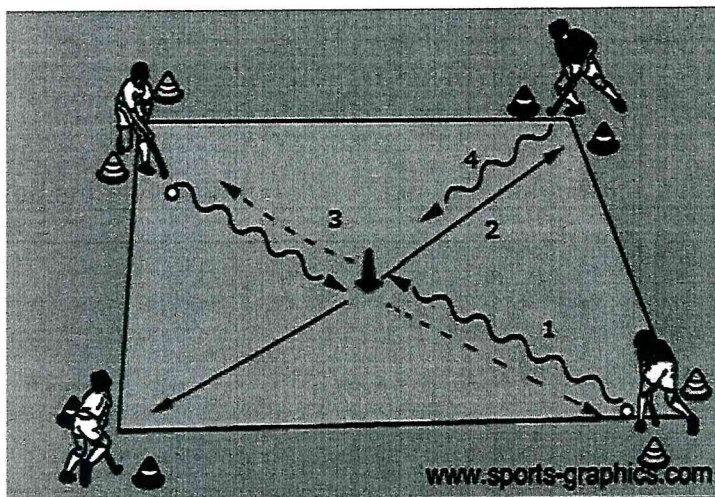
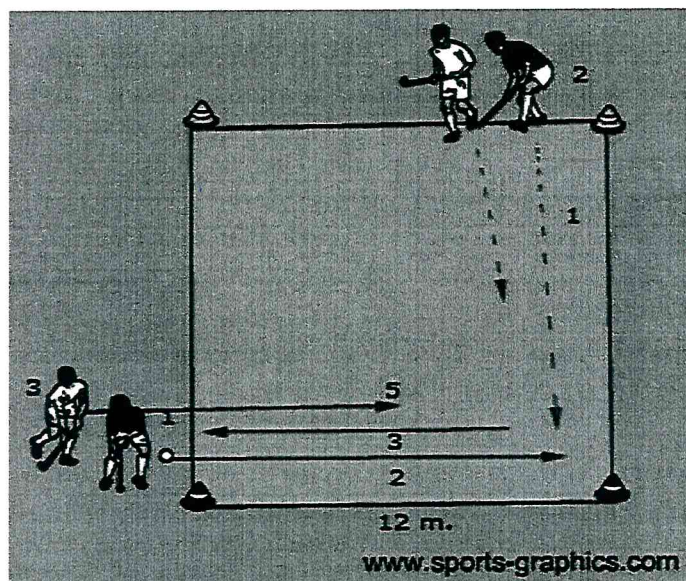


Musí být kladen důraz, aby přihrávka bekhendem byla prováděna bez indikace její dráhy prostřednictvím zvedání zobáku hole.



### 3. Příjem míčku v běhu

Použijte stejnou hrací plochu zjednodušené hry "2 : 1 na dvě široké branky". Čtyři hráči zaujmají postavení u dvou kuželů diagonálně naproti sobě. Hráč 1, v držení míčku, obdrží vizuální podnět od příjemce, hráče 2 v horním rohu hrací plochy a pak přihrává podél brankové čáry směrem k neobsazenému kuželu před sebou. Tam musí být jeho načasovaná přihrávka přijata a ovládnuta v běhu hráčem 2, který pak vrátí míček pomocí přihrávky podél stejné brankové čáry zpět k místu, odkud hráč 1 přihrával. Třetí hráč čeká na tuto přihrávku ve stejném rohu a opakuje stejný postup jako hráč 1 s hráčem 4, který začíná ze stejného rohu jako hráč 2. Mezitím, po jejich přihrávkách, hráč 1 běží za čtvrtého hráče ve druhém rohu a hráč 2 běží za hráče 3, aby pokračovali v tréninku z jiného rohu.



V závislosti na tom, kde nabíhající hráč přijme míček (daleko vpředu před ním, v blízkosti jeho nohy nebo za ním), musí být míček ovládán různými technikami (s bekhendovou stranou hole při držení jednou rukou nebo obouřuč nebo forhendem).