① Již jsme dělali:

ve dvojicích a na kratší, střední i delší vzdálenost různé nahrávky.

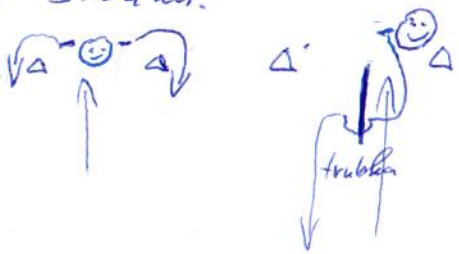
- smýkané – na tyto důraz a kdidně 2x.
- skákavé puše do výšky kolen!
- bekhendy – po zemi!
- vysoké puše
- příklepy
- po celém hřišti

hlavně důraz na přesnost a rychlost

② Již jsme dělali:

ve dvojicích soutěž na krátké vzdálenosti cca 7m

- 10 nahrávek každý, po ukončení se dvojice hlásí a poslední dvojice dělá 5 kliků.
- v různý modifikacích např.

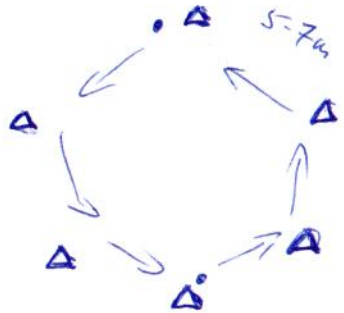


  - smýkané
  - puše vysoké
  - skákavé
  - zpracování bekendem, nahrávka forhend.
  - možno i v trojicích

hlavně důraz na přesnost a rychlost

(Je vhodné, aby jeden z dvojice stál u plotu a cca 2m za tím druhým byl připraven náhr. míček)

③



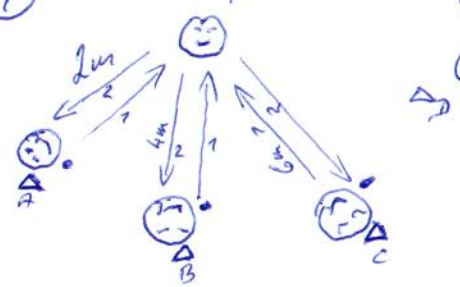
Dva míčky a snaží se dohnat. Je ve stoje.

přesnost, rychlost

rád bych do toho dal soutěž, ale nevím jak :)

④

můžou být i čtveřice



① takto 3x – pak vyměnit posty

② poté nahrává z kužele A a dostává nahrávku do běhu u kužele B. Hned nahrává kužel B a dostává zpět u kužele C. Pak C a dostává zpět u kužele D. Pak vyměnit posty.