



Livelli **SCUOLA** *TENNIS*



RACCHETTA 1.5

- › Controllo dei colpi fondamentali nelle condizioni semplici (dritto/rovescio)
- › Primo scambio di palla tra giocatori
- › Introduzione servizio



RACCHETTA 2.5

- › Buon controllo colpi fondamentali (dritto/rovescio/servizio)
- › Acquisizione palleggio
- › Introduzione colpi speciali
- › Introduzione della tattica



RACCHETTA 2.0

- › Acquisizione colpi fondamentali (dritto/rovescio/servizio)
- › Primo palleggio
- › Introduzione voleè



RACCHETTA 3.0

- › Inserimento delle rotazioni nei colpi fondamentali (dritto/rovescio/servizio)
- › Controllo dei colpi speciali
- › Introduzione alle prime partite



RACCHETTA 3.5

- › Padronanza e sicurezza nei colpi fondamentali
- › Abilità nella variazione del servizio (1° e 2° palla)
- › Buona interpretazione delle partite in singolo
- › Introduzione alle partite in doppio

SEGUICI SU

