

## Enkel spel

### Baselinespel voor beginners.

1 Ver achter de achterlijn, speel hoger over het net.

Ben je erg ver achter de base-line gedrongen, sla de bal dan hoger over het net en niet op de zelfde manier als of je op de base-line staat.

Sla je op de zelfde manier dan komt de bal ongeveer 2 meter eerder neer. De tegenstander kan dan veel met de bal doen!!

Houd dus de tegenstander achterin!!!!

Je kunt ook voorkomen dat je ver achter de achterlijn komt door meer half volleys en volleys te nemen. In plaats van 3 meter achteruit te lopen, loop je 3 meter vooruit en neem je de bal voor de stuit. Dit is beter want je zet direct je tegenstander onder druk!!!!!!

Blijf goed naar de bal kijken voor het raken en niet naar de tegenstander of het veld.

**Ook Roger Federer doet dat!!**



### 2 Speel de bal cross als je twijfelt of in problemen zit.

Natuurlijk varieer je je slagen. Je speelt hard en zacht, cross en langs de lijn.

Gevorderden spelen: ondiepe- (dropshots) en diepe aanvalsballen. Eventueel slice en topspin. Cross ballen bieden een betere kans op succes.

#### Waarom??

**A**

Het net is in het midden 15 centimeter lager, dus minder risico

**B**

De baan is diagonaal 2,5 meter langer dan langs de lijn. Je slaat de bal dus minder snel uit.

Langs de lijn spelen houdt risico in , de bal gaat ook aan de zijkant snel uit.

**C**

Een cross bal speel je makkelijk cross terug.

Om de bal van richting te laten veranderen (langs de lijn) moet je meer voetenwerk verrichten (goed voor de bal komen te staan ) en een betere timing hebben.

Door de bal cross te spelen kan je je beter herstellen, want de bal is langer onderweg.

**Succes hangt af van je vastheid !!!!**

Jan Bos