

## C-Trainer Sichtung

### Überblick

Der folgende Text informiert über die Inhalte und den Aufbau der Sichtung für die Teilnahme an der Ausbildung für die C-Trainer-Lizenz. Neben den notwendigen Voraussetzungen werden die zu erfüllenden Aufgaben (Spielfähigkeit, Technik, Zuspiel) beschrieben und die Übungsorganisation graphisch dargestellt. Im Anschluss werden die Kriterien für die Bewertung erläutert. Auf der Grundlage dieser Informationen ist eine gezieltere Vorbereitung möglich.

Der Zeitaufwand für die C-Trainer-Sichtung beträgt ca. einen halben Tag.

Das Bestehen der Sichtung ist Voraussetzung für die Teilnahme an der C-Trainer-Ausbildung. Dabei wird die Eignung der Bewerber zur Erlangung der C-Trainer-Lizenz festgestellt. Als geeignet werden dabei diejenigen Personen eingestuft, von denen man erwarten kann, dass sie, eine entsprechende Vorbereitung vorausgesetzt, die Technik- und Zuspielprüfung im C-Trainer-Prüfungslehrgang bestehen können.

Für die Kandidaten wird allgemein empfohlen, dass einige Jahre Praxiserfahrung durch eigene Teilnahme am Tennistraining und am Wettspielbetrieb und/oder LK-Spielen vorhanden sind. Kandidaten mit einer LK von eins bis acht müssen keine Sichtung absolvieren.

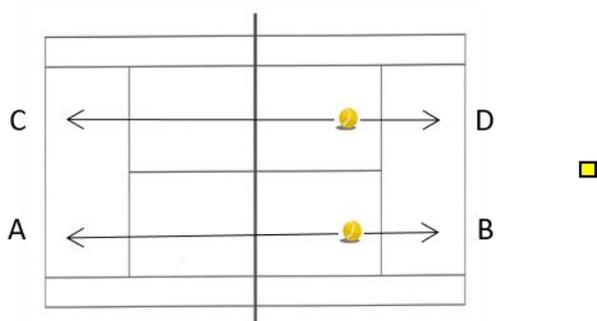
### Sichtungsaufgaben

#### Durchführung

Die Sichtung wird in Vierergruppen auf einem Platz vorgenommen. Die Spielfähigkeit bzw. die Zuspiel- und Technikaufgaben werden gleichzeitig durchgeführt und bewertet. Die Dauer für vier Kandidaten beträgt ca. 45 min.

#### 1. Sichtungsaufgabe: Grundlinienballwechsel

Es wird die Fähigkeit den Ball von Grundlinie zu Grundlinie im Spiel halten zu können überprüft. Dabei kann mit Vorwärts- oder Rückwärtsdrall gespielt werden.

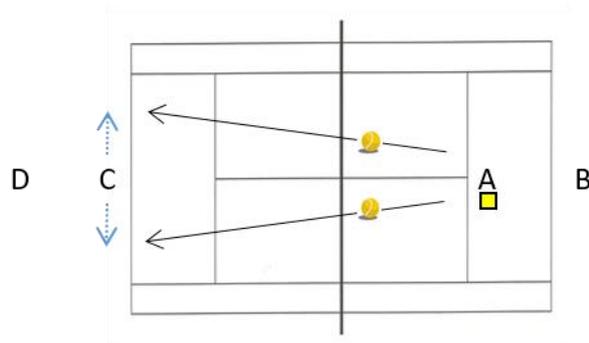


A und B und C und D spielen paarweise longline Vorhand und Rückhand miteinander und halten den Ball im Spiel

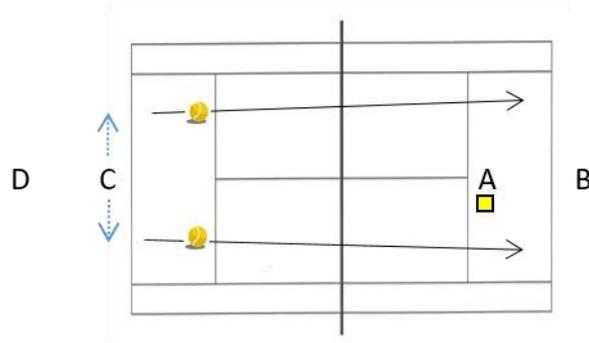
## 2. Sichtungsaufgabe: Vorhand und Rückhand im Wechsel

Es wird die technische Ausführung von Vorhand und Rückhand mit Vorwärtsdrall und die Zuspießfähigkeit zu Grundlinienschlägen von der T-Linie überprüft.

Zuspiel von der T-Linie



Technik von der Grundlinie

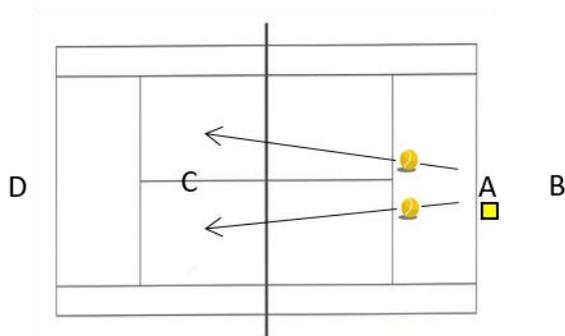


A (B) spielt aus dem Ballkorb zur Vorhand und Rückhand im Wechsel zu  
C (D) spielt Vorhand und Rückhand im Wechsel  
A wechselt mit B und C mit D nach Ansage des Prüfers

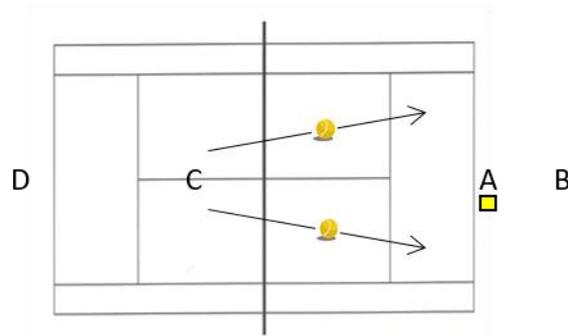
## 3. Sichtungsaufgabe: Volley

Es wird die technische Ausführung von Vorhand-Volley und Rückhand-Volley mit Rückwärtsdrall und die Zuspießfähigkeit zu Volleys von der T-Linie überprüft.

Zuspiel von der Grundlinie



Technik am Netz

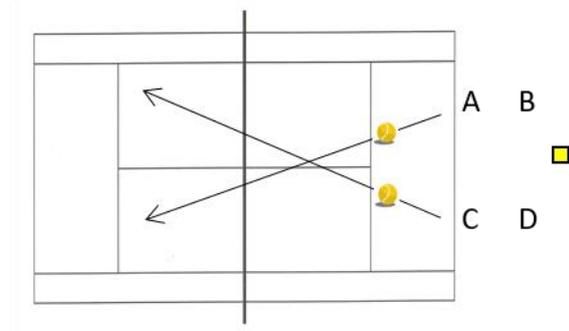


A (B) spielt aus dem Ballkorb zum Vorhand-Volley und Rückhand-Volley im Wechsel zu  
C (D) spielt Vorhand-Volley und Rückhand-Volley im Wechsel  
A wechselt mit B und C mit D nach Ansage des Prüfers

Nachdem C/D die Techniken an der Grundlinie und am Netz demonstriert haben, übernehmen sie das Zuspieß und A/B demonstrieren die Techniken.

#### 4. Sichtungsaufgabe: Aufschlag

Es wird die technische Ausführung des Aufschlages überprüft. Der Aufschlag kann mit oder ohne Drall gespielt werden.



Gerader oder geschnittener Aufschlag von rechts und von links

A wechselt mit B und C mit D jeweils nach 2 Aufschlägen

Seitenwechsel nach Ansage des Prüfers

### Bewertungskriterien

#### Spielfähigkeit

Der Ball soll konstant und mit mittlerer Geschwindigkeit zum Partner gespielt werden, so dass ein sicherer Grundlinienballwechsel zustande kommt.

Die technische Ausführung wird nicht bewertet.

#### Technik

##### Bewegungsergebnis

- Genauigkeit, Konstanz
- Geschwindigkeit, Drall
- Gleiche Ausführung der Schlagbewegung

##### Hauptaktion

- Treffpunkt
- Schlagrichtung
- Schlägerflächenstellung im Treffpunkt

##### Koordination der Gesamtbewegung

- Teilkörperkoordination
- Bewegungsfluss

---

Ist eines der Kriterien nicht gegeben, so ist die Technik nicht bestanden.

Es wird keine Lehrplantechnik verlangt, wobei extreme individuelle Bewegungsabläufe zu vermeiden sind. Eine konstante Ausführung unter Berücksichtigung der Drallarten sollte ersichtlich sein. Vorhandene Mängel müssen innerhalb der Ausbildung so behoben werden können, dass ein Bestehen der Prüfung im Prüfungslehrgang wahrscheinlich ist.

## **Zuspiel**

### **Genauigkeit, Konstanz**

- Länge
- Höhe
- Winkel

### **Geschwindigkeit, Drall**

- Mittleres bis langsames Tempo
- Wenig oder ohne Drall

### **Rhythmus**

- Gleichmäßiger Rhythmus
- Keine Pausen

Ist eines der Kriterien nicht gegeben, so ist das Zuspiel nicht bestanden.

Das Zuspiel zu den Grundlinienschlägen aus dem Ballkorb sollte mit mittlerer Geschwindigkeit, mit wenig oder ohne Drall erfolgen. Die zugespielten Bälle sollen vom Technikspieler in Hüfthöhe geschlagen werden können.

Das Zuspiel zu den Volleys aus dem Ballkorb sollte mit mittlerer Geschwindigkeit und mit wenig oder ohne Drall erfolgen. Die zugespielten Bälle sollen vom Technikspieler in Brusthöhe erfolgen.

Bei beiden Zuspielaufgaben soll dem Technikspieler die Möglichkeit gegeben werden, seine optimale Demonstrationstechnik zu zeigen. Dabei ist die Konstanz und Geschwindigkeit entscheidend und extreme Laufwege und Pausen sind zu vermeiden.