

A páros játék 10 parancsolata (rövid változat)

Vic Braden **Laugh and Win at Doubles** című könyve alapján közreadja

Simon Zoltán
<z.simon@chello.hu>

* * *

A sikeres páros alapelvei évtizedek óta változatlanok:

1. Legyél mindig **lelkes** a pályán!
2. **Támadj meg** minden labdát és törekedj arra, hogy közel kerülj a háléhoz!
3. A **hálót uraló** csapat nyeri a pontot!
4. **Tarts távol a labdát** az ellenfél háléhoz közelebb álló játékosától!
5. Kényszerítsd az ellenfelet arra, hogy a labdát **felfelé üsse** (a háló magassága alól), így a ti előremehettek és a labdát lecsapással vagy röptével **leüthetitek!**
6. **Mélységben** mindig **mozogj együtt** a pároddal!
7. Ne engedd lábadat elaludni, **állandóan maradj mozgásban!**
8. **A háléhoz közelebb álló** csapattagnak elsőbbsége van a labda visszaütésében.
9. **Állandóan kommunikálj** partnerreddel!
10. Évezd a játékot, **ne vess sokat** és közben szerezz tapasztalatokat!

* * *

Irodalom

Vic Braden: The Essentials of Good Doubles in **Laugh and Win at Doubles**
Little, Brown and Company, Boston, New York, 1996, 13 – 27 old.