

# Noget om doublespil i tennis

Bent Kristensen, Gladsaxe TennisKlub

At spille double i tennis er sjovt, socialt og selskabeligt. Double er ikke så fysisk krævende som single, men pålidelige grundslag, teknik, taktik, kommunikation og ikke mindst finesse og kreativitet går i double op i en højere enhed. Da det er meget populært og udbredt at spille double på motionistniveau - også i Gladsaxe Tennisklub - vil der i det følgende blive givet nogle forslag, råd og øvelser baseret på observationer, teori, modtaget undervisning, internet- og litteraturkilder og egen beskedne erfaring.

## Det personlige

- Doublespil er altid teamwork (forsøg så vidt muligt at sige "vi" snarere end "du" eller "jeg")
- God verbal kommunikation (f.eks. "din bold", "min bold", "den går ud") og kommunikation uden ord er vigtig
- Vær mod din makker, som du gerne vil have han/hun (andre) er mod dig
- Undgå vredesudbrud - især vedrørende din makker
- Vær opmærksom på, at kropssproget kan signalere mere end ord
- Udvis begejstring, kammeratskab, målbevidsthed og sammenhold.

## Hvem står hvor ved startopstillingen før en serv?

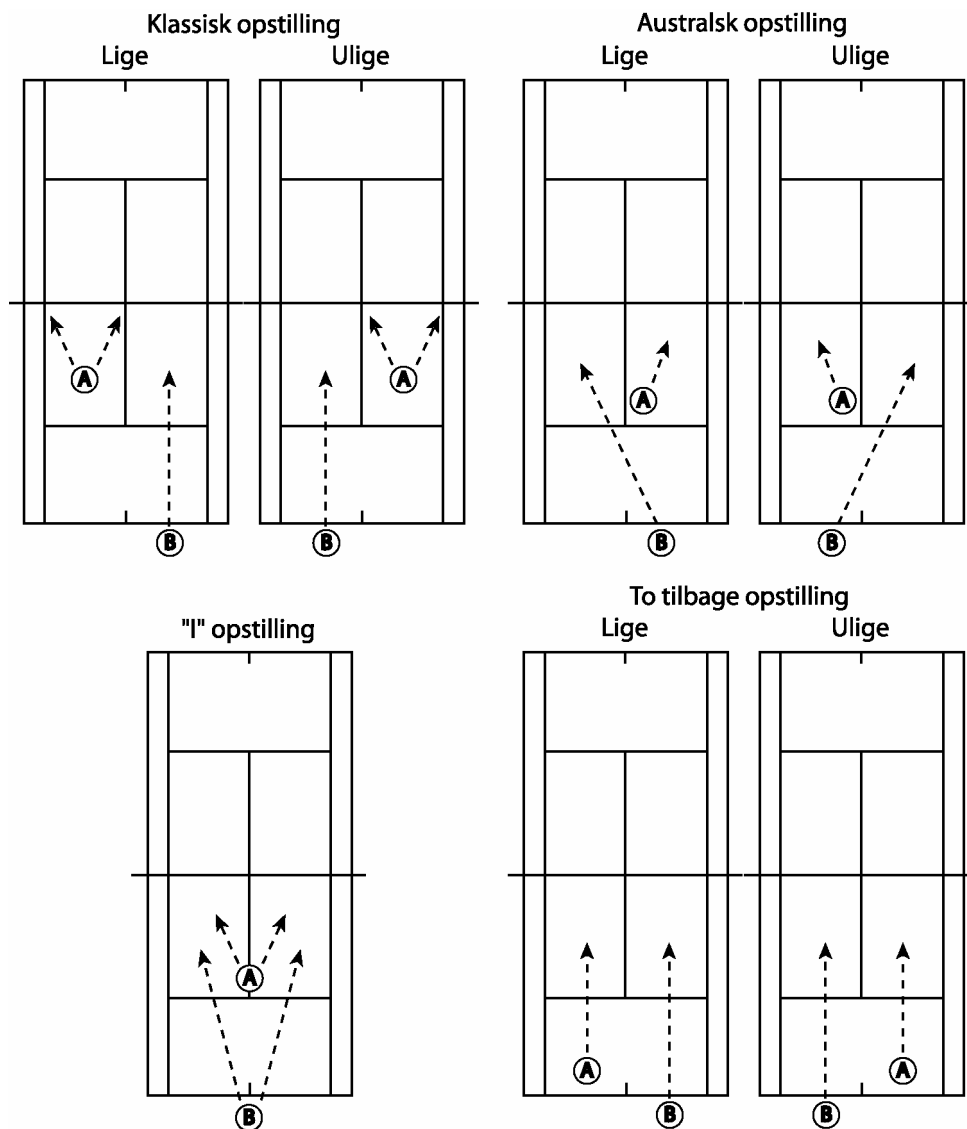
Australsk opstilling

Server

Servers makker

Modtager

Modtagers makker



## Placering på banen under spil

- En spiller ved baglinjen og en spiller fremme ved nettet (klassisk, diagonal startopstilling) bør hurtigst muligt ændres til
- Begge spillere på linie ved nettet, dvs. i servefelterne indenfor det område, der er ca. 4 m fra nettet (bedste placering i double)
- Begge spillere et skridt bag baglinjen (næstbedst)

- Begge spillere på linie et vilkårligt sted på banen (tredjebedst)
- Undgå placering i banens ingenmandsland (området omtrent fra midten af banehalvdelen til baglinjen)
- I double gælder det om at vinde slaget ved nettet
- Bliver man adskilt diagonalt, skal bagerste spiller forsøge at komme frem på banen
- Er det ikke muligt, bør forreste spiller søge tilbage
- Normalt vindes en double ikke fra baglinjen, men fra nettet
- Nettet skal derfor (gen)vindes.



## Om at spille på linie og dække banen bedst muligt

- Kan man ikke komme samlet frem til nettet
- Skal man holde sammen på en linie ('som om man er bundet sammen af en 3-4 m lang, usynlig snor')
- Bevæger makkeren sig f.eks. tilbage eller til venstre på banen, følger man med tilbage eller til venstre etc., etc., etc.
- Det er især vigtigt at dække midten af banen og at
- Undgå at blive fanget i banens ingenmandsland
- Bliver man fanget i en ugunstig situation, kan man forsøge at lobbe for at vinde tid for begge spillere.

## Når nettet er vundet

Kan man forsøge at flugte bolden (vinklet) mod en 'åbning' hos modstanderne, eller

Forsøge at flugte ned i fødderne på modstanderne, eller

Ved tvivl flugte eller slå bolden dybt i banen midt mellem modstanderne, uanset om de står ved nettet eller ved baglinjen

Spilleren der er nærmest bolden og i den bedste angrebstilling bør returnere bolden

## Serveren

- Lad den spiller starte, som har størst chance for at holde serv.

Som i single gælder det først og fremmest om:

- At få 1. serven i spil (giver den bedste mulighed for at komme til nettet)
- At kontrollere boldens placering i servefeltet (dybde; ind på kroppen af modtageren; langs midterlinjen; ud ved sidelinien)
- At forsøge at placere serven i modtagerens svageste side (oftest baghånden)
- At variere graden af boldspin (topspin, sidespin og kombineret top- og sidespin)
- At variere serven ved ovenstående og ved f.eks. at variere udgangspositionen ved baglinjen (så vinklen på serven ændres)
- Sidst af alt kommer kraft ('kanonserven')
- Efter at serven er slået, løber serveren 4-5 skridt fremad mod eget servefelt, og
- Laver et forhøj ('splitstep'), lige før modtageren af serven slår til bolden (man kan så hurtigt skifte retning, og man løber ikke lige ind i en flugtning)

## Modtageren af serven

- Bør returnere bolden på tværs af banen til serveren uden for rækkevidde af serverens makker og
- Slå lavt, dybt og blødt eller hårdt i fødderne på den fremadløbende server, så denne må returnere bolden forholdsvis højt
- Skal undgå at slå højt og hårdt
- Bør søge mod nettet efter returneringen for at afgøre partiet med en flugtning
- Bør forsøge at afveksle returneringerne ved at lobbe (med topspin) på 2. serven eller en svag 1. serv
- Kun forsøge at slå ned langs sidelinien, hvis modstandernes netspiller har flyttet sig mod midten
- Hvis serven er vinklet ud over sidelinien eller centerlinien kan forsøges med et lob over modstandernes netspiller
- Ved en vinklet serv ud over sidelinien kan også forsøges med et slag ned langs sidelinien
- Bør undgå at løbe mod nettet, hvis man har været tvunget langt ud til en af siderne af banen. Vent på en bedre mulighed.

## Modtagerens makker

Bør stå ved servelinien halvvejs mellem center- og sidelinie og se, om serven er OK eller ej

Eventuelt kan man stå lidt tættere på centerlinien, så man kan fange en bold fra serverens makker, hvis returneringen kommer for tæt på midten

Er serven inde, så lad være med at se på modtagerens returnering (kan være risikabelt), hold i stedet øje med modsidige netspillere ketsjer

Skal fungere som en aggressiv uromager og

Forsøge at bryde ind eller foregive at bryde ind, hvilken vil give bonus på længere sigt  
Skal hele tiden være i bevægelse ('være oppe på tæerne'), så modstanderne ikke kan forudsige spillestilen

## Serverens makker

Skal i klassisk startopstilling stå nogenlunde midt i servefeltet eller lidt længere fremme

Bør dække sin banehalvdel bedst muligt dvs.

Søge mod midten ved en serv ned langs midterlinien eller

Søge mod sidelinien ved en serv mod sidelinien

Skal bryde ind ved nettet på modtagerens returnering, hvor det er muligt (dette vil lægge pres på modstanderne), også selv om det ikke altid lykkes

Skal altid fuldføre sit forehavende (stop aldrig op halvvejs)

## Boldøvelser til doublespil

### 1) Serv & flugtning

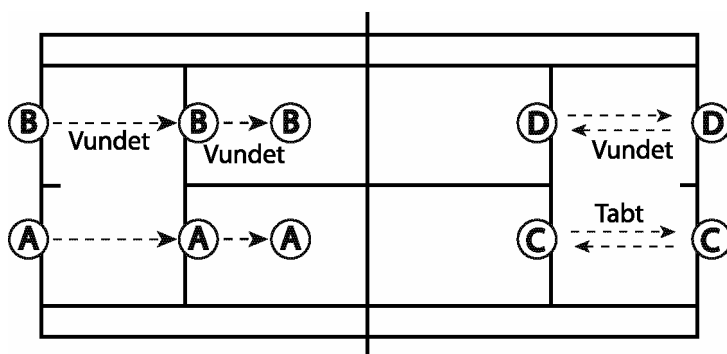
Almindelig double med 4 eller flere spillere. Spilles som vinder og udfordrer. Serveren kan selv serve, eller en instruktør kan sende bolde til serveren. Efter at serveren er slået, skal serveren løbe frem, hvis serveren er inde. Løber spilleren ikke frem eller serves fejl, skal der serves på ny. Ved dobbeltfejl kommer en ny server ind. Har bolden været i spil og tabes den, kommer to nye spillere ind.

### 2) Serv & flugtning versus returnering & flugtning

Spilles som ovenfor, blot skal også modtageren løbe frem efter at have returneret serveren.

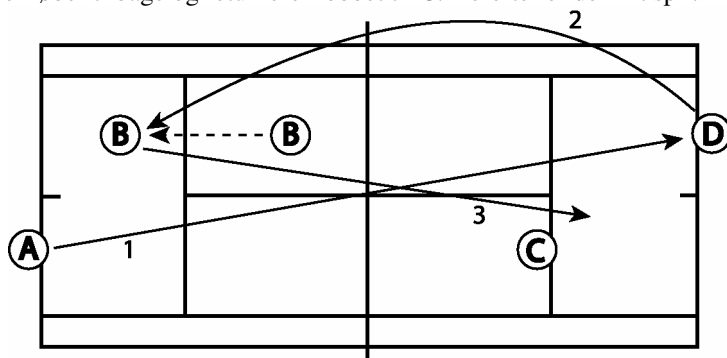
### 3) Spil på linie

Deltagelse af 4 spillere, som hele tiden skal forsøge at spille på linie. Opstilling, se tegning. Begge hold starter ved baglinjen. Bolden sættes i spil med et grundslag. Vindes pointet, rykker det vindende hold frem til servelinien. Det pointtabende hold sætter altid bolden i spil. Vinder holdet ved servelinien igen, rykker holdet frem til nettet i servefeltet. Vinder holdet igen, har det vundet et point. Taber holdet derimod, rykkes en position tilbage. Øvelsen kan udføres med eller uden forbud mod lob. Kan også spilles med det ene hold (vinderne) ved nettet hele tiden. Udfordrerne starter ved baglinjen. Eventuelt kan en træner fodre bolde fra sidelinien eller bag de to netspillere.



### 4) Serv, løb og smash

Deltagelse af 4 eller flere spillere. Opstilling, se tegning. Spiller A server (eventuelt med grundslag) til D, som returnerer med et løb hen over B. Spiller B smasher eller løber tilbage og returnerer lobbet til C. Herefter er der frit spil.



### 4) Flugtning, lobflugtning og lob

Deltagelse af 4 eller flere spillere. Opstilling, se tegning. Spillerne A1 og C1 bevæger sig samtidig ud mod sidelinien. (1) Træneren fodrer bolde til A1, (2) som flugter tilbage til C1. (3) Spiller C1 flugtløber over A1 til B1 ved baglinjen. (4) B1 løber over C1 til baglinjen. Eventuelle D-spillerne holder pause og samler bolde op. Efter et passende antal bolde byttes pladser. Kan eventuelt spilles med points, hvis f.eks. flugtninger og lobs bliver inde på banen.

