



## **Röpte - guggolás:**

**Tudásszint:** 4 – 8 évesek

A gyerekek felállnak egy vonalban közel a hálózhoz. Az edző által finoman ütött, vagy dobott labdákat a kinyújtott tenyerükkel röptézik vissza. (A ptr féle módszer szerint.) Ha egy játékosnak nem sikerül átütni a labdát, akkor le kell guggolnia, és addig így maradnia, amíg egy másik játékos nem ront. Ekkor a legutoljára hibázó játékos leguggol, és az addig guggoló fölállhat.

**Variáció:** tanítsuk meg a gyerekeknek a keresztlépést és ezt is kelljen alkalmazniuk a visszaütésnél

**Variáció:** üssenek ütővel rövid fogással

**Variáció:** üssenek ütővel

**Variáció:** mozgásban várják a labdát