

LANGSAMES EINSCHLAGEN

Die erste Begegnung mit einem Tennisclub	9
Die Saison wird eröffnet	10
Von den Nöten eines Anfängers	12
Welchen Schläger nehme ich nur?	14
Handwerk oder Kunst: der perfekte Platz	16
Ball oder Pflaume?	18
Kein Schwein ruft mich an!	19
Das musst du erst einmal wissen!	20
Steckbrief der ›normalen‹ Tennisspieler	23
Gedanken eines jungen Mädchens	
bei der Hauptversammlung	24
Ab jetzt wird gezählt!	27

BALLWECHSEL

Aus oder gut, das ist hier die Frage	28
Die ewigen Nerver	29
Sage mir, wie du Tennis spielst, und	
ich sage dir, wer du bist!	30
Durch Tennis ein besserer Mensch?	39
Ein fröhlicher Vierer	40
Mixed oder die galante Note	42
Das ideale Mitglied	44
Den mögen wir nicht!	45

STANDARDSITUATIONEN

Training: nützlich, aber langweilig	47
Ranglistenspiele oder:	
Wie man Freundschaften aufs Spiel setzt	48
Unter der Dusche	50

Endlich dabei: Punktspiele	51
Dialoge im Clubhaus oder:	
Ein Punktspiel fällt ins Wasser	54
Die Angst des Spielers vor dem Matchball	55
Höchststrafe	57
Nichts geht mehr oder: Der Tennisarm	58
Mannschaftsführer – der blanke Horror	59
Beim gemeinsamen Essen oder:	
Redemuster für den Mannschaftsführer	61
Turniere: Höhepunkt oder Frust?	64
Freundschaftsspiele	66

NETZROLLER

Krumme Wege zum Erfolg	68
Champ in Sprüchen	71
Ich spiele nur am Netz	72

DOPPELFEHLER

Ich war mental nicht gut drauf	73
»Komm jetzt!«	74
Alle wollen mich spielen sehen!	76
Erkenne dich selbst!	77
Immer muss ich gegen Schnippler spielen	78
Was heißt hier Senior?	79
Wenn der Vater mit dem Sohne ...	80

NEBEN DEN PLÄTZEN

Wie man Eindruck schinden kann	81
Reden, die nie gehalten wurden	84
Geselliges	91
Früher war alles besser	93
Der letzte Ball	94