

INHALT

Vorwort	4
I. METHODE - Definiertes Timing	5
Problemstellung	6
1. Definiertes Timing -Theoretische Grunglegung	8
1.1 Der Ball als Objekt der Wahrnehmung	10
1.2 Ballverhalten-Gravitation - Möglichkeitssatz der Wahrnehmung	10
1.3 Kontaktflächen-Formbewegung	13
1.4 Gravitation und Rhythmus	17
1.5 Eigene und fremde Sprache	17
1.6 Freiheit und Zwang	18
2. Definiertes Timing: Folgerungen für die Praxis	23
2.1 Bewegungsrhythmen und Definitionsbereiche	23
2.2 Übungsreihe	29
2.3 Mediale Hilfen	32
2.3.1 Liniensystem	32
2.3.2 Kontrollbogen	33
2.3.3 Übungs-Formblatt	34
2.3.4 Fließtext	36
2.4 Lernkategorien	37
3. Definiertes Timing: Wechselwirkung von Theorie und Praxis	38
II. TENNIS-SCHULE - Definiertes Timing'	43
1. Übungsreihe - Anfängerkurs Grundschat	44
1.1 Erste Stunde	44
1.2 Zweite Stunde	51
1.3 Dritte Stunde	60
1.4 Vierte Stunde	68
1.5 Fünfte Stunde	74
1.6 Sechste Stunde	81
II. KURSÜBERSICHTSPLÄNE-Definiertes Timing	89
Literaturverzeichnis	102