

Taktik

- 1 Taktik und Strategie
- 2 Taktische Ziele
- 3 Raum-, Zeit- und Präzisionsdruck
- 4 Wahrnehmen, Beurteilen, Entscheiden, Handeln
- 5 Taktische Denkprozesse
- 6 Taktik erlernen und trainieren
- 7 Überlegungen vor einem Match
- 8 Überlegungen zwischen zwei Ballwechseln
- 9 Überlegungen beim Seitenwechsel

Stärken- und Spielertypbestimmung

- 10 Vom Talent zur Stärke
- 11 Merkmale eines Spielertypen
- 12 Aufschlag
- 13 Return
- 14 Stärken von der Grundlinie
- 15 Netzspiel
- 16 Physische Stärken
- 17 Mentale Stärken

Merkmale und Tipps bei verschiedenen Spielertypen

- 18 Merkmale eines aggressiven Grundlinienspielers
- 19 Tipps gegen einen aggressiven Grundlinienspieler
- 20 Merkmale eines defensiven Grundlinienspielers
- 21 Tipps gegen einen defensiven Grundlinienspieler
- 22 Merkmale eines Konterspielers
- 23 Tipps gegen einen Konterspieler
- 24 Merkmale des All-Court-Spielers
- 25 Tipps gegen einen All-Court-Spieler
- 26 Als Grundlinienspieler am Netz abräumen
- 27 Merkmale eines guten Angriffs- und Volleyspielers
- 28 Tipps gegen einen guten Angriffs- und Volleyspieler
- 29 Merkmale eines guten Passierballspielers
- 30 Tipps gegen einen guten Passierballspieler
- 31 Merkmale eines guten Aufschlägers
- 32 Tipps gegen einen guten Aufschläger
- 33 Merkmale eines Serve-and-Volley Spielers
- 34 Tipps gegen einen Serve-and-Volley Spieler
- 35 Merkmale von Linkshändern

Mit der richtigen Taktik zum Erfolg

- 36 Tipps gegen Linkshänder
- 37 Merkmale Damentennis
- 38 Tipps für erfolgreiches Damentennis
- 39 Merkmale Herrentennis
- 40 Tipps für erfolgreiches Herrentennis
- 41 Merkmale Sandplatztennis
- 42 Tipps für erfolgreiches Sandplatztennis
- 43 Merkmale Tennis auf Hartplatz
- 44 Tipps für erfolgreiches Tennis auf Hartplatz

Matchsituationen

- 45 Als Außenseiter gegen einen Favoriten spielen
- 46 Als Favorit gegen einen Außenseiter spielen
- 47 Gegen einen Angstgegner spielen
- 48 Ein wichtiges Match
- 49 Allein auf dem Platz
- 50 Stressige Situationen im Match
- 51 Spielunterbrechung
- 52 Gedanken zum Spielstand bei einer Spielunterbrechung
- 53 Tie-Break
- 54 Fehlentscheidungen
- 55 Der Gegner trifft jeden Ball
- 56 Schlechter Tag
- 57 Ausgeglichenes Match
- 58 Du hast einen Lauf
- 59 Deutliche Führung
- 60 Angst vor Fehlern
- 61 Durchhänger im Match

Merkmale und taktischer Einsatz einzelner Schläge

- 62 Kick-Aufschlag
- 63 Slice-Aufschlag
- 64 Rückhand-Slice
- 65 Vorhand-Slice
- 66 Return
- 67 Block
- 68 Volley
- 69 Halbvolley
- 70 Swing-Volley
- 71 Stoppball
- 72 Passierball und Lob
- 73 Schmetterball
- 74 Winkelball
- 75 Heavy Spin
- 76 Vorhand Inside-out und Inside-in

Äußere Bedingungen

- 77 Wechselnde Bedingungen
- 78 Trainings- und Wettkampfstätte
- 79 Bälle
- 80 Bei Wind spielen
- 81 Rückenwind
- 82 Gegenwind
- 83 Seitenwind
- 84 Höhenluft
- 85 Sonne
- 86 Flutlicht
- 87 Hitze
- 88 Kälte
- 89 Nieselregen
- 90 Belagswechsel
- 91 Platzfehler

Doppel Taktik

- 92 Doppelpartner
- 93 Die goldene Mitte
- 94 Netzspiel
- 95 Aufschlag
- 96 Return
- 97 Beide hinten
- 98 Beide vorne
- 99 I-Formation
- 100 Australische Aufstellung