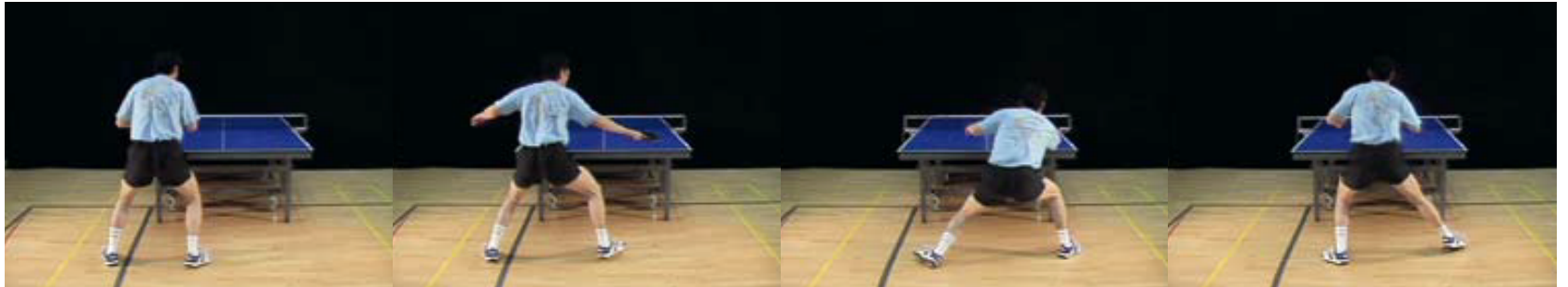


Ausfallschritt

Ausfallschritt (in jede Richtung)

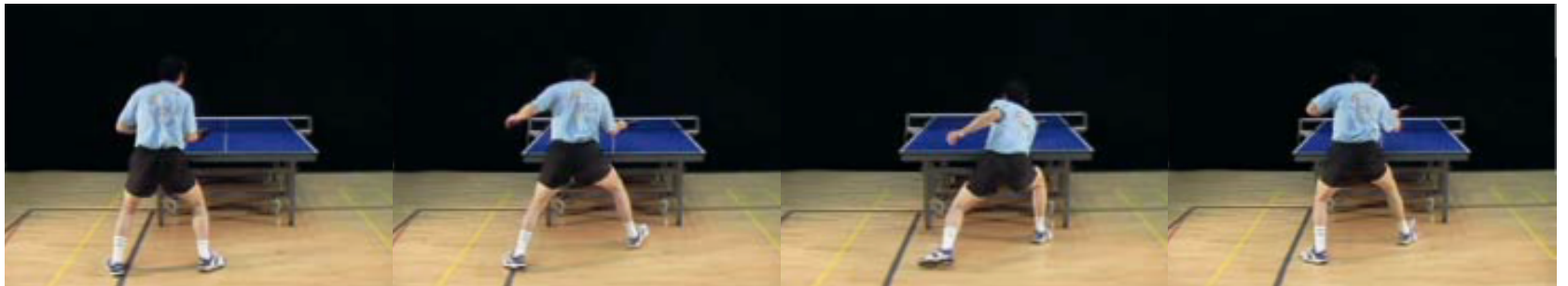
Ein Ausfallschritt kann zum raschen Erreichen eines Balls mit dem linken oder rechten Bein in jede Richtung eingesetzt werden, z.B. auf der Vorhandseite:



Ausfallschritt auf kurze Bälle

Hauptsächlich kommt der Ausfallschritt auf kurz gespielte Bälle zum Einsatz, um einen Flip oder einen kurzen Schupfball vorzubereiten. Bei diesen Schlägen wird – sowohl für die Vorhand- als auch für die Rückhandseite – der Körperschwerpunkt auf das rechte Bein, das unter der Tischplatte platziert wird, verlagert. Dabei soll nur der Fussball belastet werden, damit man nach dem Schlag durch ein kräftiges Abstossen rasch wieder die Grundposition erreicht.

Ausfallschritt bei kurzen Bällen auf der Vorhandseite:



Ausfallschritt bei kurzen Bällen auf der Rückhandseite:

