



# Newsletter

Südbadischer Tischtennis-Verband E.V.

## Inhaltsverzeichnis:

### 1. Aus dem STTV

- Verstorbene Mitglieder
- C-Lizenz-Neuausbildung
- Jugendsport
- Bewerbung „Grünes Band „
- Vereins-Service-Tag 2010

\*\*\*\*\*

### 1. Aus dem STTV

#### Verstorbene Mitglieder

Frank Mollin ( TTV Möhringen )

-----

#### Trainer C – Lizenz - Neuausbildung !

**Es sind noch einige Plätze für die C-Trainer Ausbildungsreihe in der Sportschule Steinbach frei.**

**Bitte machen Sie Werbung in ihren Vereinen und melden Sie interessierte Personen an.**

Die Anmeldung sollte über click-TT erfolgen. ( Bei Problemen bitte an die Geschäftsstelle wenden)

#### Termine:

Grundlehrgang: vom 07.06. - 11.06.2010

Fachlehrgang: vom 04.10. - 08.10.2010

Prüfungslehrgang: Januar 2011

\*\*\*\*\*

## JUGENDSPORT

### **Freistellungen für die Südbadischen Top 16 - Ranglistenturniere**

### **sowie die Baden-Württemberg Jahrgangsranglistenturniere und Top 16 Ranglistenturniere**

Anbei die Liste mit den Freistellungen für die Südbadischen Top16 Ranglistenturniere und Baden-Württembergischen Ranglistenturniere. Die bis auf Ba-Wü-Ebene freigestellten Spieler / -innen können nicht an den STTV Top16-Ranglistenturnieren teilnehmen.

Die Ba-Wü-Freistellungen enthalten die Freistellungen für DTTB-Ranglisten, BaWü-Top16-Ranglisten und die Ba-Wü-Top-24-Jahrgangsranglisten. -Die endgültigen -Freistellungsdaten für die Ba-Wü- und DTTB--Turniere werden erst nach den Deutschen Einzelmeisterschaften veröffentlicht, da es hier noch zu geringen Verschiebungen kommen kann. Bei den Freistellungen für die STTV -Turniere ergeben sich keine Änderungen mehr.

Zwei Besonderheiten: Bei den Jungen U18 ist Maikel Sauer als U15-Spieler für das BaWü-Top24 Jahrgangsranglistenturnier teilnahmeberechtigt, da er bereits für das DTTB-Top-48 qualifiziert ist und somit auf Ba-Wü-Ebene keine U15 –Rangliste spielen muß. Dies gilt auch für Jana Neumaier bei den Mädchen U18.



### Termine der STTV Top16 - Ranglisten:

18.04.2010	STTV Top16 U11	Denzlingen (Breisgau)
18.04.2010	STTV Top16 U12	Gamshurst (Rastatt/Baden-Baden)
02.05.2010	STTV Top16 U13	Wehr (Oberrhein)
02.05.2010	STTV Top16 U14	Goldscheuer (Ortenau)
13.06.2010	STTV Top16 U15	Allensbach (Bodensee)
13.06.2010	STTV Top16 U18	Vöhrenbach (Schwarzwald)

Die Ausschreibungen werden rechtzeitig auf der Homepage des STTV veröffentlicht.

### Für folgende Veranstaltung suchen wir noch einen Ausrichter:

#### Baden-Württembergische-Einzelmeisterschaften U13

Termin:	1 Tag - Sonntag, 16. Januar 2011
Ausstattung:	12 Tische, Boxen, Zählgeräte und Schiedsrichtertische vom Verein
Teilnehmer:	48: je 24 Mädchen und Jungen der Altersklasse U13
Versorgung:	Turnierverpflegung, evtl. Übernachtungen
Unterstützung:	Zuschuss 200 €; Medaillen, Urkunden, Bälle und Startnummern von TT Baden-Württemberg; Tischschiedsrichter stellt der STTV
Bereitstellung:	Turnierleitung, PC und Drucker, Turnierprogramm wird zur Verfügung gestellt
Erwünscht:	Pokale und/oder Preise für die Plätze 1-3

Für das oben genannte Turnier auf Baden-Württembergischer Ebene sind wir ausrichtender Verband. Vereine die Interesse an der Veranstaltung haben, melden sich bitte beim Vizepräsidenten Jugend Alexander Heißler. Der Verbandsjugendausschuss entscheidet dann über die Vergabe der Veranstaltung.

\*\*\*\*\*

### Bewerbungen für „Das Grüne Band 2010“ ab sofort möglich

„Das Grüne Band“ ist ein Projekt der Commerzbank AG und des DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund), bei dem Vereine aus allen Sportarten, die die Grundvoraussetzung der aktiven Talentsuche und Dopingprävention erfüllen, die Möglichkeit haben, sich für eine Förderprämie von 5000 € für ihre Jugendarbeit zu bewerben.

Den Zuschlag erhalten letztlich 50 Vereine, die sich mit einer starken leistungssportorientierten Nachwuchs-örderung sowie nationalen und internationalen Erfolgen auszeichnen können.

Falls Sie sich als Verein für „Das Grüne Band“ bewerben möchten, schicken Sie bis zum 31. März 2010 ein ausgefülltes Bewerbungsformular an Ihren Spitzenverband ( Südbadischer TTV )

Informationen sowie ein Bewerbungsformular erhalten auf der Homepage: [www.dasgrueneband.com](http://www.dasgrueneband.com)  
Infobroschüren sind auch bei der TTVWH-Geschäftsstelle erhältlich.

\*\*\*\*\*

## **Anmeldungen ab sofort möglich! Komplettes Seminarangebot jetzt online Top-Seminar mit Torben Wosik!**

Das Anmeldeverfahren für den diesjährigen Vereins-Service-Tag hat begonnen. Ab sofort kann man sich für die Veranstaltung am 17.07.2010 anmelden. Das Seminarangebot bietet wie jedes Jahr für alle Interessen das Passende. Zu den Highlights gehört in diesem Jahr unter anderem das Seminar "Saisonvorbereitung mit Torben Wosik" oder auch der neue Themenbereich "Motivationsrhetorik im Tischtennis". **Sichern Sie sich möglichst schnell Ihre Teilnahme, denn die Seminarplätze sind wie immer begrenzt.** [Zur Anmeldung](#)  
Eine Anleitung zur Online-Anmeldung finden Sie hier: [Beschreibung Anmeldung.pdf](#)

### **S E M I N A R A N G E B O T E:**

#### **Saisonvorbereitung mit Torben Wosik ( Referent: Torben Wosik )**

Alljährlich das gleiche Phänomen: Manche Spieler starten hervorragend in die neue Saison, andere brauchen ein paar Spieltage, bis sie richtig im Tritt sind, wieder andere schaffen es nach ein paar Niederlagen zum Start gar nicht mehr, den Schalter umzulegen. Der eine oder andere führt dies auf Glück und Pech zurück, andere registrieren es einfach, aber der Großteil von uns Spielerinnen und Spielern möchte es am liebsten selbst steuern und beeinflussen können und zwar möglichst positiv.

Torben Wosik, Vize-Europameister im Einzel von 2003 und mehrfacher Deutscher Meister (zuletzt 2008 im Einzel), der zu Beginn des Jahres 2010 in Böblingen seine TT-Akademie eröffnet, bietet mit seinem Praxis-Seminar Tipps zur Saisonvorbereitung.

Der Termin des Vereins-Servicetages liegt perfekt für diese Thematik, da die wenigsten zu diesem Zeitpunkt bereits mit der Vorbereitung begonnen haben. A-Lizenz- Inhaber Torben Wosik wird sowohl den Aufbau einer Saisonvorbereitung bzgl. der Zeitschiene und der entsprechenden Schwerpunkte erläutern als auch sehr viele Übungen für das Training vor dem ersten Punktspiel selbst zeigen bzw. von allen Teilnehmern anwenden lassen. Dieses Praxis-Seminar ist ideal für alle diejenigen, die zukünftig den so wichtigen Saisonstart nicht mehr dem Zufall überlassen möchten.

#### **Neue Tendenzen in der Beinarbeitsschulung ( Referent: Artur Baum )**

Große Beinarbeit bis zum Nasenbluten ... Tischtennis aus der Bewegung heraus ... Seitliches Bewegen können verschieden ... Kopplung von Beinarbeit und Schlagtechnik ... Gute Beinarbeit auch beim Schupfen ... Beinarbeitsübungen werden wie lange ... Beim Umlaufen der Rückhand ist ... Der Ausfallschritt der meistpraktizierte ... Grundstellung eine Beinarbeitstechnik ... Die Beinarbeit ist ein wichtiger tt-spezifischer ... Anfänger für Beinarbeit schon frühzeitig ... Sie haben Fragen ? Sie bekommen Antworten ... Systematik der Beinarbeitsübungen – Spielerische Formen zur Beinarbeitsschulung –Konditionelle Aspekte – Arbeitsblätter zu Theorie und Praxis.

#### **„Spitzenleistung!“ – Durch Rhetorik motivieren ( Referentin: Sarah Andiel )**

Wer der Rhetorik den Rücken kehrt, wird ihr erstes Opfer, heißt es. Gerade für Kinder und Jugendliche im Training können "motivierende" Sprüche wie "Das ist doch nicht so schwer" oder "Komm, du wirst schon nicht verlieren" verheerend sein. Im Wettkampf können sie den Unterschied machen zwischen Sieg und Niederlage. In diesem Workshop lernen Sie als Trainer, durch Rhetorik zu Spitzenleistungen zu motivieren. Sie bekommen Tipps, wie Sie im Training und im Wettkampf bestmögliche Unterstützung bieten können. Durch die zahlreichen praktischen Übungen in dem abwechslungsreichen Workshop können Sie die Techniken gleich in die Praxis umsetzen.

#### **Warum Konditionstraining im Tischtennis? ( Referent: Maximilian Stellwag )**

Wie oft hört man von Laien: „Tischtennis, das ist doch kein Sport! Jetzt sag mal im Ernst: Was für einen Sport treibst du?“ Dabei ist Tischtennis eine anspruchsvolle Sportart, in der gute konditionelle Fähigkeiten die Grundlage bilden. Oftmals machen sie sogar den Unterschied am Ende eines Spiels aus! Gute konditionelle Fähigkeiten sind deshalb Voraussetzungen für ein erfolgreiches Tischtennispiel! In diesem Workshop erfahren Sie, worauf es beim Konditionstraining im Tischtennis ankommt. Sie werden einen Überblick bekommen, worauf es gezielt beim Tischtennis ankommt und wie Sie Konditionstraining in Ihrem Verein im Kinder- und Jugendtraining durch Übungen attraktiv machen.

Sie werden sehen, ihre Trainingsgruppe wird Spaß am Konditionstraining bekommen!

#### **Wettkampfcoaching ( Referent: Rainer Schmidt )**

Die Rolle des Trainers vor, im und nach dem Wettkampf: Wie bereite ich meine Spieler auf den Wettkampf vor? Was muss ich als Coach im Wettkampf beachten? Und welche Ergebnisse liefert mir der Wettkampf für die Arbeit danach? Der Trainer als Betreuer, Psychologe und Pädagoge.

### **Tischtennis spezifische Koordinationsschulung im Kindertraining (Referent: Michael Hagmüller )**

Im modernen Tischtennis hat das Thema Koordination in den letzten Jahren enorm an Bedeutung gewonnen: komplexe Bewegungsabfolgen und der hohe Zeit- und Präzisionsdruck im Spiel machen ein gezieltes Training der koordinativen Fähigkeiten erforderlich. Gerade deshalb sollten bereits beim Erlernen der komplexen Sportart Tischtennis regelmäßig koordinative Übungen in das Anfängertraining integriert werden. In diesem Seminar werden Ihnen nach einer kurzen theoretischen Einführung praktische Übungen gezeigt, welche Sie in Ihr wöchentliches Training mit Kindern einbauen können.

### **Wie bringe ich Ordnung und Struktur ins Tischtennis-Training? (Referent: Markus Reiter )**

„Ordnung ist das halbe Leben!“ – Es werden Strategien und Wege beschrieben, die die oft anstrengenden und ineffektiven Rahmenbedingungen in Verein und Training verbessern helfen, damit sich Funktionäre und Trainer mehr auf die Qualität und den Inhalt ihres Handelns konzentrieren können. Wie also schaffe ich effektive stabile Rahmenbedingungen in meinem Verein und Training? Wie beherrsche ich das Chaos?

### **Tipps und Tricks fürs Vereinstraining (Referent: Markus Reiter )**

Der interaktive Vortrag versucht die Vorteile von systematisch durchdachter Vereinsarbeit herauszuarbeiten, um perspektivisches Handeln im Vereinsvorstand aber auch im Training zu verbessern. Es wird versucht, auf die folgenden Leitfragen Antworten zu geben: a) Was zeichnet konzeptionelle Vereinsarbeit aus? Machen Konzepte auch für kleine Vereine Sinn? b) Welche Aspekte konzeptioneller Vereinsarbeit sind wichtig? Welche Faktoren bestimmen den Alltag? c) Wie erstelle ich ein perspektivisches Vereinskonzzept?

### **Spielerisches Aufwärmen und Abschlussspiele mit koordinativem Schwerpunkt**

#### **Referent: Franz Richardt**

Ob beim Aufwärmen, zum Ausklang oder einfach zwischendurch: Die Kunst, im Tischtennis Körper und Ball zu beherrschen, wird neben neuen Elementen auch eine Fülle Spaß ins Training ringen.

### **Konfliktmanagement ( Referent: Stefan Straub )**

Interessenskonflikte und Streit in der Mannschaft, ein emotional schwieriges Elterngespräch, verbale Auseinandersetzungen mit Jugendlichen im Training: Wer kennt nicht solche kritischen Situationen im Tischtennisalltag, in denen Schlüsselqualifikationen wie soziale Kompetenz und Kommunikationsfähigkeit gefragt sind? In diesem Workshop werden in Theorie und Praxis Elemente der Gesprächsführung und des Konfliktmanagements vorgestellt und anhand von Beispielsituationen aus dem Teilnehmerkreis in direktes Handeln umgesetzt.



### **Vom Trainingweltmeister zum Topspieler ( Referent: Stefan Straub )**

Jede Trainerin und jeder Trainer kennt das Phänomen: Im Training gelingt dem Spieler alles, im Match vereist er oder scheitert an seinen Nerven, so dass er fast nie sein wahres Leistungspotential abrufen kann. In diesem Workshop werden wirkungsvolle Prinzipien der Simulation von Wettkampfstress im Training vorgestellt, damit unsere Schützlinge frühzeitig und unter kontrollierten Bedingungen lernen, besser mit der Wettkampfsituation umzugehen.

### **Rückschlagvariationen ( Referent: Frank Fürste )**

Hier beantwortet Ihnen Frank Fürste, Verbandstrainer des TTVWH, alle Fragen rund um das Thema "Rückschlag". Was kennzeichnet einen guten Rückschlag? Wie kann ich meinen Rückschlag verbessern? Wie bringe ich jemandem einen effektiven Rückschlag bei? Worauf achte ich bei meinem Gegner? Wie setze ich einen Flip oder aggressiven Schupfball taktisch und clever ein? Alles Fragen, auf die Sie hier eine Antwort finden werden.

### **Tischtennis in der Schule von A bis Z 8 ( Referent: Sandor Spieß )**

Sandor Spieß, B-Lizenz Inhaber und ehemaliger Leiter von fünf Tischtennis-AGs, wird in in diesem Seminar auf die Besonderheiten von schulischen Tischtennisangeboten eingehen. Neben den organisatorischen Grundlagen wie u.a. der Finanzierung, wird der Schwerpunkt vor allem auf der Teilnehmergebung und den Inhalt der einzelnen Stunden gelegt. Dabei wird unter anderem auf die Frage eingegangen, wie der Trainer motivierende und interessante Stunden planen sollte, die sowohl mit Anfängerguppen als auch mit heterogenen Gruppen durchführbar sind.

### **Technik & Videoanalyse ( Referent: Karl Lehmann )**

Videoanalyse ist eine motivierende und effektive Methode bei der Fehlerkorrektur.

Technikexperte Charlie Lehmann wird exemplarisch mit den Teilnehmern Videoanalysen zum Thema Technik / Bearbeitung durchführen und die entsprechenden Korrekturmaßnahmen aufzeigen. Alles für diejenigen, die schon immer mal sich selber sehen und ihre eigene Technik verbessern wollten!

### **Chinesische Tischtennis-Schule ( Referent: Mu Hao/Ma Kun )**

Die beiden chinesischen Top-Spieler (Regionalliga Herren und Regionalliga Damen), die nach neun Jahren Trainertätigkeit in der Tischtennis-Schule Offenburg seit zwei Jahren in Stuttgart sind, beleuchten den Tischtennissport aus einem völlig anderen Blickwinkel: Dem Aufschlag-/Rückschlagspiel, dem Bearbeitungstraining und der Spieltaktik wird in China traditionell eine hohe Bedeutung beigemessen. In dieser Veranstaltung können die Teilnehmer das eine oder andere Geheimnis asiatischer Spielkunst gelüftet sehen. Die beiden Referenten bieten viele interessante Übungen in der Praxis an, die den Trainingsalltag in der Halle bereichern können.

### **myTischtennis ( Referent: Jochen Lang )**

Die Seite myTischtennis.de wird im Laufe des ersten Halbjahres 2010 gelauncht. Viele Ideen und Vorschläge sind noch in den Entwicklungsprozess aufgenommen worden, so dass sich myTischtennis.de noch userfreundlicher und vor allen Dingen noch informativer und komfortabler präsentieren wird. „Tischtennis individualisiert und personalisiert im Internet“, so könnte man myTischtennis am besten beschreiben. Dort finde ich nicht nur sämtliche Ergebnisse, sondern umfangreiche Statistiken zum eigenen Spiel und viele weitere Informationen, die sich jeder User selbst zusammen stellen kann: Siegquoten in der Verlängerung, Spiele nach 0:2-Rückstand, der Platz in der gesamtdeutschen Rangliste aber auch der Platz in meiner Altersklasse in meinen Kreis, spezielle Übungen für die eigene Aufschlag-Rückschlagschwäche, individuelle News etc. sind allesamt Daten und Informationen, die ich mir als User selbst konfigurieren kann. Neben den Mannschaftsspielen findet man endlich auch Informationen zu Turnier- und Ranglistenergebnissen, kann sich mit anderen Spielerinnen und Spielern vernetzen und viele andere Features nutzen, die wir für unseren Lieblingssport benötigen. Der Initiator von myTischtennis, Jochen Lang, wird in diesem Seminar sämtliche Anwendungsmöglichkeiten vorstellen und jedem Interessent zeigen, wie er das Portal für sich noch besser nutzen kann.

### **Taktik & Psyche ( Referent: Sönke Geil )**

Anhand bewegter Bilder werden verschiedene taktische Grundmuster genau analysiert und unterschiedliche Spielsysteme vorgestellt. Um taktische Vorhaben, insbesondere in der Aufschlag-/Rückschlagsituation, in die Praxis umzusetzen, werden verschiedene Übungsformen am TT-Tisch demonstriert ( Psychotaktik ).

### **Doppeltraining & Doppeltaktik ( Referent: René Werlé )**

In diesem Seminar werden praxisnah die wichtigsten Eigenschaften herausgearbeitet, die ein erfolgreiches Doppel ausmachen. Aus Spieler- und Trainersicht werden folgende Fragen behandelt: Was kennzeichnet ein gut harmonisierendes Doppel? Welche Spielertypen passen zusammen und welche weniger? Welche grundlegenden Doppeltaktiken gibt es? Wie ermögele ich meinen Doppelpartner, seine Stärken möglichst oft einzusetzen? Am Schluss des Seminars werden Übungsmöglichkeiten für den Trainingsalltag entwickelt, um die erarbeiteten Erkenntnisse auch umsetzen und vermitteln zu können.

### **Das Abwehrtalent ( Referent: Daniel Behringer )**

Woran erkenne ich an einem Nachwuchstalent, dass dieser evtl. für dieses Spielsystem geeignet ist ? Wie sieht die moderne Abwehr im Damen- und Herrentischtennis aus und welche Eigenschaften muss ein Spieler mitbringen, um hier erfolgreich bestehen zu können?

### **Balleimer ( Referentin: Martina Schubien )**

Viele Bälle, viele Chancen: Das Thema Balleimertraining hat sich in den letzten Jahren durch seine zahllosen Möglichkeiten in der Gestaltung des Trainingsprozesses im technisch, taktisch und konditionellen Bereich alles Alters- und Leistungsstufen zu einem festen Bestandteil des TT-Trainingspraxis entwickelt. Anhand zahlreicher Praxisbeispiele sollen verschiedenen Einspieltechniken und Organisationsformen mit verschiedenen Trainingsschwerpunkten erprobt werden.

### **Effizienter trainieren, besser spielen durch praktische Regenerationsmaßnahmen**

#### **Referent: Wolfgang Friedrich**

Hart trainiert – und doch verloren?! Dass TT-Spieler auf beiden Beinen ins Training gehen und auf allen Vieren wieder zur Halle hinaus kriechen, kann man häufig beobachten. Auch ein 26km-Lauf am Tag vor einem TT-Spiel ist nicht so der Hit. Im Vergleich zu vielen anderen Sportarten hat TT im Bezug auf praktische Regenerationsmaßnahmen, ein gewaltiges Defizit. Und zwar auf allen Ebenen. Der Vortrag zeigt einfache trainingsplanerische und praktische Möglichkeiten zur Regenerationssteuerung für alle Spielklassen auf.