

THE TENNIS ARCHITECT

How to build a point



KANS/
OPPORTUNITITEIT



KANS/
OPPORTUNITEIT

De “kans”

Een kans is een gunstige gelegenheid of het zien van een mogelijkheid en daar gebruik van maken.

1. Je staat IN positie:



Inside Out Federer

2. Je staat UIT positie:



Passing shot Djokovic



De oranje zone



Wachten op het punt

“Zone van de waarheid”

Gaan voor het punt

Het licht is maar een fractie van een seconde oranje, dan moet je jou beslissing nemen wat je gaat doen.

KANS/
OPPORTUNITEIT



Zone van de Waarheid

“De zone van de waarheid liegt niet”

1. Het punt wordt hier gemaakt of gekraakt
Proberen IN positie te geraken.

2. Scherp zijn, met overtuiging
Spelen

3. Doelgericht werken

4. Killer instinct

Vermogen van de slag vergroten (hoeveelheid energie per tijdseenheid)



Batterij opladen: **langer laden = meer energie**

$$\text{SlagVermogen} = \text{Spin}_{(\text{vermogen})} + \text{Speed}_{(\text{vermogen})} / 2$$

Alle energie moet gebundeld zitten in het raakpunt

Drills voor dit BLOK:

LINK VIDEO's