

## Blindentennis: Inklusives Tennistraining mit Videotutorials

**Hamburg, 19. September 2022** – Auf dem YouTube-Kanal des Deutschen Tennis Bundes (DTB) gibt es ab sofort eine neue Reihe von Trainingsvideos rund um das Thema Blindentennis. Die kostenfrei verfügbaren Tutorials sollen Trainer:innen dazu befähigen, die Grundlagen der Sportart im Training mit sehbehinderten Menschen zu vermitteln.

In den neuen Videolektionen stellen Bastian Kaller, Matthias Schmid, Charlotte Schwagmeier und Monika Durst, vier Blindentennis Spieler:innen mit unterschiedlichen Sehbeeinträchtigungen, gemeinsam mit Niklas Höfken, DTB-Referent für Inklusion und Parasport, das Thema Blindentennis vor. In 13 Einheiten, die sowohl einzeln wie auch aufeinander aufbauend genutzt werden können, erhalten Interessenten Grundlageninformationen zum Material und dem Regelwerk, Tipps zur Organisation eines Gruppentrainings sowie weitere Trainingsimpulse mit unterschiedlichen Übungen zur Koordination und zum Techniktraining.

### Die Lernvideos im Überblick:

#### **Grundlagen:**

- 1.1 Intro
- 1.2 Grundlagen: Zielgruppe & Regelwerk
- 1.3 Grundlagen: Material
- 1.4 Grundlagen: Gruppentraining
- 1.5 Grundlagen: Methode Trainingstipps
- 1.6 Grundlagen: Unterschiede von B1 zu B2 - B4

#### **Koordination:**

- 2.1 Koordination: Orientierung
- 2.2 Koordination: Gleichgewicht
- 2.3 Koordination: Rhythmisierung
- 2.4 Koordination: Differenzierung & Orientierung

#### **Techniktraining:**

- 3.1 Techniktraining: Aufschlag
- 3.2 Techniktraining: Vom rollenden zum springenden Ball
- 3.3 Techniktraining: Ballwechsel simulieren

Alle Videoclips sind kostenfrei auf dem [Youtube-Kanal des Deutschen Tennis Bundes](#) in der Playlist „[Blindentennis-Tutorials](#)“ abrufbar.

Die 2021 fertiggestellten „[Rollstuhltennis-Tutorials](#)“ mit dem amtierenden Deutschen Meister, Anthony Dittmar findet ihr ebenfalls dort.