

Regeln/Tipps für Anfänger

Schlägerhaltung	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=Zq-OHCNx7o
Der Aufschlag	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=NfmPcpi4sfc
Was sind Kantenbälle?	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=sZ3kEczRsEk
Änfänger-Übungen	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=1BgAcGWShOk
Beinarbeit für Anfänger	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=ioQtcnXiQOI
Wechsel Schlägerhaltung Vorhand/Rückhand	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=My66P03fjus

Aufschlag

Grundlagen	ITTF/Marcos Freitas	https://www.youtube.com/watch?v=YWpB0HIPXuA
Annahme	ITTF/Michael Maze	https://www.youtube.com/watch?v=ruwvCypawpA
Aufschlag "Geheimnisse"	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=EXf95SB_tH4
Ma Long Lektionen (55 Minuten!)	Ma Long	https://www.youtube.com/watch?v=ddVkXRh1UeY
Christophe Legout Lektionen (53 Minuten!)	Christophe Legout	https://www.youtube.com/watch?v=4BYLGcAhm1Y

Spezielle Aufschläge

Nachteil schneller Aufschläge	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=MV1qOqhaLXk
Schneller Aufschlag	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=4lQP33tJJfg
Aufschlag He Zhi Wen	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=yx2tiYzjtFc
Aufschlag Jun Mizutani	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=xvFFCUmr5e8
Aufschlag "Tomahawk"	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=fhlwXyGkss8
Aufschlag Zhang Jike	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=y7S7MAp6Vv4
Aufschlag Par Gerell	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=IFQLTU2Kfj4
Gegenläufer mit Unterschnitt	ITTF/Elizabetha Samara	https://www.youtube.com/watch?v=fznDln6_ityc
vorgetäuschter Unterschnitt	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=olLvp6rMJCM
Aufschlag "Gegenläufer"	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=P3lZq55Matw
Aufschlag Ma Lin	Ma Lin	https://www.youtube.com/watch?v=v8advrudYZs
Annahme Aufschlag mit starkem Unterschnitt	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=B0cyWVJ3zUo
Rückschlag Ma Lin Angabe	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=tjv3aG_ARYA

Zehn verschiedene Aufschläge

<https://www.youtube.com/watch?v=zGShBxEKnDk>

spezielle Schläge

Vorhand Topspin	ITTF/Marcos Freitas	https://www.youtube.com/watch?v=DoAQA3JgaXQ
Vorhand Topspin Durchschwingen	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=4hMn3JdmesA
Vorhand Topspin Technik	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=iBZLrnunDcQ
Schneller Vorhand-Topspin	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=mj4yP06BB-0
Vorhand "Flip"	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=mC0H6OLL_4M
Vorhand Unterschnitt	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=N7DlijPvZmU
Vorhand Schmetterball	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=T8dHrFpZ8LA
Vorhand kontern	ITTF/Elizabetha Samara	https://www.youtube.com/watch?v=Abe_FicwtAE
Block	ITTF/Georgina Pota	https://www.youtube.com/watch?v=DNg6i4wQla0
Seitschnitt-Block Kenta Matsudaira	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=CJOgpmt8ulc
Vorgetäuschter Topspin	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=8yzVAIphJKg
Rückhand Topspin	ITTF/Michael Maze	https://www.youtube.com/watch?v=W_yifhqHI5o
Rückhand Topspin	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=TDtxRDnGpPM
Rückhand-Flip	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=S5OtcMQE0aQ
Rückhand kontern	ITTF/Georgina Pota	https://www.youtube.com/watch?v=CoDTUIBznFo
Angriff auf kurze Bälle	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=gwd2HimlCY4
Unterschnitt Annahme	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=A3AroYi5uno
Treffpunkte für Unterschnitt	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=ycVL1rk7sbg
Schnittabwehr	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=UgUTnMh0FV8
Tipps für Abwehrspieler	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=JTgliN8sEQs
Returning Smashes in Table Tennis	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=I5UCH5fipKU
Ist Schieben mit Seitschnitt sinnvoll?	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=_0BYMEhYr00

Beinarbeit

Beinarbeit für Vorhandspiel	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=TitI4TKwf9c
Beinarbeit für Vorhandspiel II	PingSkills	https://www.youtube.com/watch?v=VliyN3wdoyw