

Häufig gestellten Fragen für Rollstuhltennis

Rollstuhltennis, für viele eigentlich kaum vorstellbar! Doch diese Rollstuhlsportart, wahrscheinlich eine der Anspruchsvollsten überhaupt, fasziniert in jeder Hinsicht. Tennis im Sportrollstuhl - die ideale Kombination aus Sport, Spiel und Spaß. Wer mal damit angefangen hat, wird sich davon nur schwer wieder lösen können!

Geht das überhaupt, im Rollstuhl Tennis spielen?

Man kann mit einem Sportrollstuhl gut Tennis spielen und technisch ein hohes Niveau erreichen. Das zu erreichende Spielniveau ist allerdings abhängig von der jeweiligen körperlichen Beeinträchtigung und dem zu erreichenden Fitnessgrad des jeweiligen Spieler*in.

Das wesentliche Merkmal von Rollstuhltennis ist, dass man für die Fortbewegung und die Schlagausführung nur die Arme einsetzen kann.

Die Hauptschwierigkeit liegt also in der richtigen Koordination der wenigen zur Verfügung stehenden Mittel, um zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein um den taktisch und technisch richtigen Schlag auszuführen (hört sich doch eigentlich ganz einfach an).

Dabei bleibt der Tennisschläger übrigens immer in der Hand, um möglichst schnell reagieren zu können.

Wer kann Rollstuhltennis spielen?

Tennis im Rollstuhl kann jeder spielen, der entweder aufgrund einer Behinderung komplett auf den Rollstuhl angewiesen ist, eine Gehbehinderung hat oder sozusagen als Nichtbehinderter einen irreparablen Schaden an Hüfte, Knie oder Fußgelenken aufweist, die eine dauerhafte Ausübung der Sportart als Fußgänger/in verhindert. Zu Behinderungen gehören auch: Nervenschädigungen, Spina Bifida, Querschnittslähmungen, Amputationen, Fehlbildungen der unteren Extremitäten oder Neurologische Erkrankungen

Was ist der Unterschied zwischen Rollstuhl-Tennis und dem ,normalen' Tennis?

Von den Spielregeln her gesehen gibt es im Wesentlichen nur einen einzigen Unterschied: Der Ball darf (aber muss nicht), bevor er zurückgespielt werden muss, zweimal aufspringen. Dabei muss nur der erste Aufsprung im Spielfeld (Aufschlag/Einzel/Doppelfeld) sein, der zweite Aufsprung darf auch außerhalb des Spielfeldes sein.

Oft werden beide Tennisarten direkt miteinander verglichen, aber Rollstuhltennis wird anders gespielt: die eingeschränkte Mobilität und die im Vergleich zum Balltreffpunkt hohe Netzhöhe erfordern ein anderes technisches und taktisches Vorgehen. Präzision und Antizipation sind viel wichtiger als reine Power.

Mit welchem Material und auf welchen Böden spielt man Rollstuhl-Tennis?

Rollstuhltennis wird mit den üblichen Tennisbällen und Schlägern auf jedem normalen Tennisplatz gespielt. Ideal sind Hartplätze, Kunststoffböden und Granulatböden, die vor allem in Tennishallen anzutreffen sind, aber auch gute Sandplätze sind zum Spielen gut geeignet.

Betreffend der Benützung von Sandplätzen gibt es leider immer noch falsche Vorstellungen und Vorurteile.

Kann man auch mit Fußgängern zusammenspielen?

Wenn der Niveauunterschied nicht allzu groß ist, kann man sehr gut problemlos Einzel- und Doppelmatches spielen. Bewährt haben sich Mixed-Doppel, wo ein Rollifahrer*in und ein Fußgänger (Inklusionsmatch) zusammenspielen.

Benutzt man einen normalen Rollstuhl zum Tennisspielen?

Man kann zwar mit einem Alltagsrollstuhl (Aktivrollstuhl, zwingend mit einem hinteren Stützrad) beginnen, um das Ballgefühl und die Schlagtechniken (Vorhand/Rückhand) zu erreichen, früher oder später benötigt man aber einen Tennis-Sportrollstuhl, damit man in dem Spiel die nötige Wendigkeit, Seitwärtsstabilität (schräggestellte seitliche Räder) und Geschwindigkeit hat.

Zum Schluss eine gute Antwort, auf alle Fragen!

Oftmals gibt der Sport die Möglichkeit neuen Lebensmut zu finden, wenn sie z.B. durch eine Krankheit oder Unfall auf den Rollstuhl angewiesen sind. Der Sportrollstuhl wird dabei als ein weiteres Sportgerät genutzt. Der Erfolg und Spaß am Rollstuhltennissport werden schnell wahrgenommen, auch die Koordination, Bewegung und Kraft wird dabei geschult.

Auf sportlicher und spielerischer Ebene gilt es Herausforderungen anzunehmen und schon kleinste Erfolge sind die größte Motivation.

Bei Rückfragen und Info, gerne melden



Jürgen Kugler
DRS Lehrausschuss
DRS Leitung Fachbereich Tennis/Rollstuhltennis
Deutscher Rollstuhl-Sportverband e. V. (DRS)
Mobil 0152 53505628
rollstuhlsport@juergen-kugler.de

1. Vorsitzender/Trainer/Übungsleiter
Rollitennis e.V.
Mobil 0152 53505628
info@rollitennis-ev.de