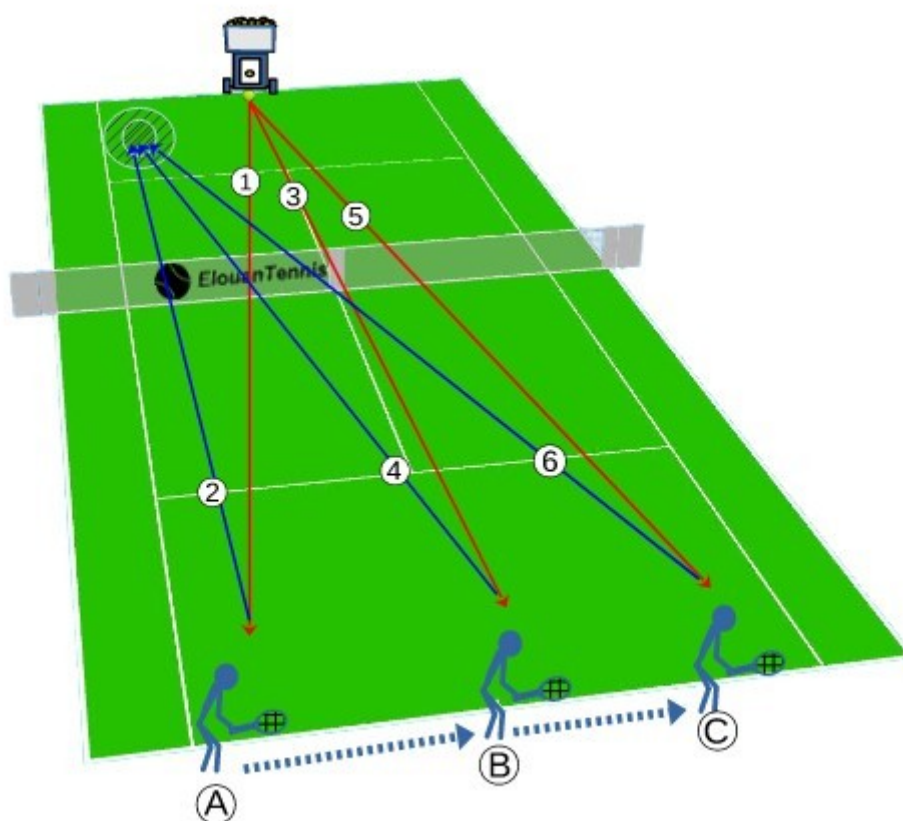


Exercice Tennis Précision au coup droit 2

Catégorie(s) :	coup droit, précision
Niveau :	Balle jaune - Confirmé
Durée :	10 min
Matériels :	Machine a balle



Salut

Pour gagner en précision, sur mon coup droit, je dois être capable de viser une zone depuis n'importe où sur le terrain.

Avec cet exercice, je dois retourner les balles en coup droit toujours sur la même cible.

La machine à balle envoie des balles consécutivement sur les secteurs : Revers / centre / coup droit
Je me déplace sur le terrain et je dois systématiquement retourner la balle en coup droit sur la zone ciblée.



Elouan Tennis Drill Maker (ETDM)
Logiciel de création & édition d'exercices tennis



<https://fr.elouan-tennis.com>