

Serwis forhandowy ze wsteczną rotacją wykonywany przez Zhang Jike

Zhang Jike jest jednym z pięciu najlepszych zawodników pochodzących z Chin. Znany jest ze swojego niebezpiecznego serwisu. Niedawno, będąc jeszcze na 6-tym miejscu na świecie, wygrał z Timo Bollem w finale German Open w Dortmundzie 4:0. Na tym turnieju zademonstrował znakomity serwis, nie dając ówczesnemu numerowi jeden praktycznie żadnych szans. Zhang jest praworęcznym zawodnikiem, który słynie z forhendowego serwisu ze wsteczną rotacją. Jego serwis sprawia wiele problemów przeciwnikom ze względu na różną rotację. Przyjrzyjmy się teraz bliżej serwisowi forhendowemu ze wsteczną rotacją.



Faza początkowa

Zdjęcie 1 – faza początkowa

Jak widzimy Zhang przyjął pozycję serwisową. Górna część ciała jest obniżona oraz pochylona do przodu. Ciężar ciała opiera się na lewej nodze, a prawa noga cofnięta jest do tyłu aby utrzymać równowagę. Zawodnik cały czas dokładnie obserwuje piłeczkę, która znajduje się w lewej dłoni, tuż nad blatem stołu. Ręka grająca znajduje się powyżej lewej dłoni. Tak jak i inni zawodnicy, Zhang wykorzystuje typowy uchwyt rakiетки, w którym to środkowy, serdeczny oraz mały palec puszczają uchwyt, trzymając rakiетkę wyłącznie kciukiem oraz palcem wskazującym. W ten sposób możemy w większym stopniu wykorzystać nadgarstek. Skutkuje to nie tylko większą prędkością rakiетки, ale także większą rotacją.

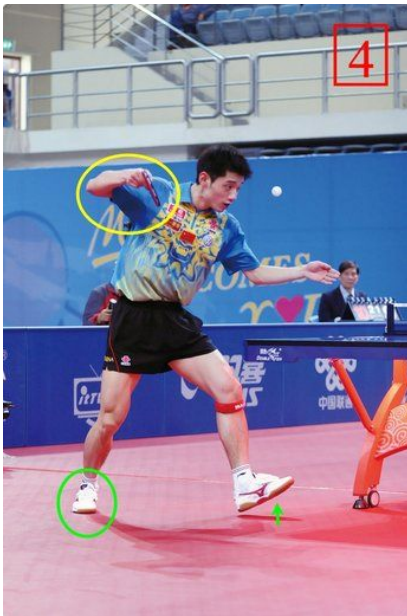
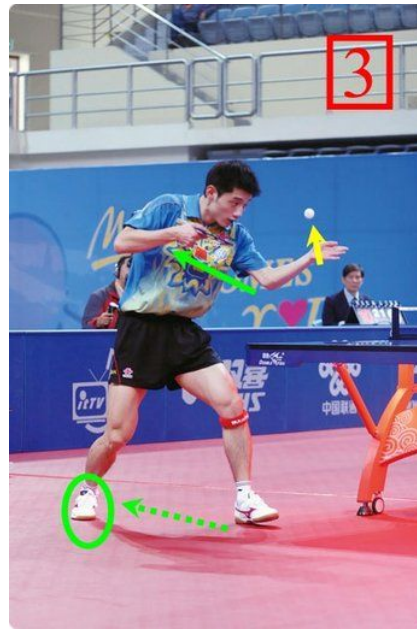


Ruch skrętny

Zdjęcia 2-4 - ruch skrętny

Zdjęcia 2-4 przedstawiają jak Zhang wyprostowuje ciało podczas podrzucania piłeczki, a ciężar ciała przenoszony jest na prawą nogę. Dzięki temu Zhang może „otworzyć tułów”. Jest w stanie unieść łokieć niemalże na poziom barków. Piłeczka podrzucana jest na wysokość oczu. Wzrok Zhang Jike skupiony jest na piłeczce. Na zdjęciu 4-tym

widać jak palec wskazujący spoczywa na stronie backhandowej, natomiast pozostałe palce są zgięte i rozłożone na rakietce w typowy sposób jak dla zawodników grających stylem „azjatyckim”.

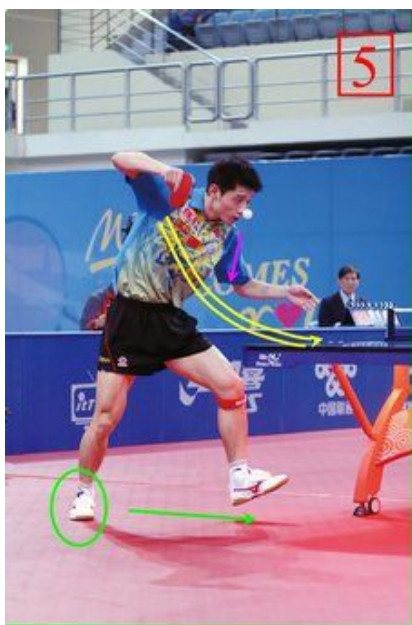


Uderzenie i to co po nim następuje

Zdjęcia 5-8 przedstawiają uderzenie oraz powrót do pozycji podstawowej

Piłeczka osiągnęła punkt maksymalny na skutek czego znajduje się w fazie opadania. Zhang uniósł łokieć ponad wysokość barków. Jeśli porównamy zdjęcie 5-te i 6-te zauważymy, że zawodnik ponownie przenosi ciężar ciała na lewą nogę a tułów podczas opadania piłeczki kieruje się w jej stronę. Ruch ten możemy inaczej nazwać jako „przejscie do piłeczki”. Zdjęcia te uświadamiają nam, że podczas forhendowego serwisu całe ciało bierze w nim udział oraz, że odpowiednia koordynacja oraz wyczucie czasu tzw. „timing” odgrywają istotną rolę. Aby serwis był prawidłowo zagrany nie możemy wykonywać go nerwowo. Jednak często tego typu zachowanie widzimy wśród słabszych zawodników. Nawet jeśli nie widzimy momentu kontaktu z piłeczką na powyższych zdjęciach, ruch raketki z lewej strony do prawej możemy sobie wyobrazić analizując zdjęcie 1-wsze.

Pojedyncze zdjęcie oznakowane jako „Z” przedstawia nam ruch raketki oraz wykorzystanie nadgarstka. Zhang Jike równoważy ogromne wykorzystanie ciała poprzez lewą nogę (zdjęcie 6). Następnie odpycha się z lewej nogi, aby powrócić do pozycji podstawowej (zdjęcie 8).



Z



Podsumowanie:

Różnorodność decyzji

Pod koniec lat 80-tych Chińczycy zaprezentowali nam serwis ze wsteczną rotacją. Natomiast początek lat 90-tych charakteryzował się zabawnymi sytuacjami, ponieważ nawet czołowi zawodnicy odbierali serwis zarówno w lewą jak i w prawą część stołu. Wynikało to z faktu, iż nie widzieli oni ruchu raketki, która nadawała rotację piłeczce. Zasłanianie serwisu było w tamtych czasach dozwolone. Na szczęście już od dobrych kilku lat ta czynność jest zabroniona. Dzięki tym zmianą jesteśmy w stanie rozpoznać rotację podczas serwisu. Jedynym elementem, którego nadal nie jesteśmy w stanie rozpoznać, pomimo dobrej widoczności, jest wielkość rotacji. Nawet niewielki ruch nadgarstka może mieć istotny wpływ na wielkość rotacji. Im szybszy ruch nadgarstka, tym większą rotację nadajemy piłeczce. Jeśli w momencie kontaktu raketki z piłeczką, nadgarstek pozostanie w bezruchu, wówczas piłeczka będzie miała znikomą rotację. Na różnorodność zagrywanej rotacji ma wpływ wiele czynników, między innymi szybkość, zakres ruchu nadgarstka oraz kąt raketki podczas kontaktu z piłeczką. W nowoczesnym tenisie stołowym nadanie piłeczce rotacji jaką sobie z góry zaplanujemy jest „sztuką”. Jeśli dołączymy do tego odpowiednią długość zagrania jesteśmy w stanie zaskoczyć przeciwnika znakomitym serwisem. Jedynym kluczem do osiągnięcia tego poziomu jest ciągła i nieustanna praca nad ulepszaniem serwisu.