

Volej



Když spolu dva nebo více hráčů hraje od zadní čáry přes síť a jednomu se povede získat výhodu v podobě kontroly nad sítí po sérii dlouhých úderů, kdy pávě ten jeden, obvykle kratší úder umožní náběh na síť, jeho další úder musí být potom logicky volej. Volej je méně technicky náročným úderem ve srovnání s forhendem, bekhendem nebo dokonce se servisem, ale je u něj velmi důležitá důslednost. Volej je hlavně o precizním timingu (načasování), precizní práci nohou a výborném manévrování.

Volej je snazší, pokud se naučíte při úderu dát jednu nohu před druhou. Tato technika není tak komplikovaná jako např. technika pro úder míče s odrazem. Technika základního voleje je stejná na obou stranách těla, s jediným rozdílem u bekhendu, stejně tak jako u úderů s odrazem, že tam je nutné zasáhnout míč dříve (tzn. více před tělem) než u forhendové strany. Při hraní volejů je využití split-stepu velmi důležité pro získání správné rovnováhy a pozice na síti. Split-step připraví správnou reakci hráče na další míč v jakémkoli směru. V dnešní rychlé hře s velkými rotacemi u většiny úderů to ale bude chtít víc než jen split-step, kros-step (nakročení jednou nohou dopředu proti balonu) a krátký a prudký úder k efektivnímu vrácení soupeřova úderu.

K dosažení agresivního voleje se vyžaduje rychlost a přesnost. Jakmile se hráči rozhodnou pro volej, musí pokračovat v pohybu dopředu. Jakmile začnou při voleji nebo smeči couvat či se zaklánět moc dozadu, stane se, že s tím skoro pokaždé prohrají bod. Hráči také potřebují sebevědomí a jistotu v práci nohou, aby umístili rychlý úder. Zápěstí a držení rakety má být při voleji pevné; lehce lze uvolnit držení při hraní drop shotů. Volej není určen pro hru na delší výměnu. Cílem není udržení míče ve hře, ale ukončit výměnu vítězným úderem – trefit winner. Tato kapitola vám ukáže styly, popíše techniku a nabídne vám drily, které pomohou hráčům úspěšně využít jejich volej během hry.

19. ÚTOK SE SPLIT-STEMEM



Cíl

Naučit hráče dobrý volej, jak předvídat soupeřův další úder a získat agresivní reakci.

Popis

K provedení split-stepu udělají hráči pohyb nohama tam, kam předvídají soupeřův úder.

Provedení

Hráči pozorují soupeře, jeho polohu, v jaké je pozici a rychlost i směr jeho pohybu. Potom provedou split-step tak, že v momentě soupeřova kontaktu s míčem už budou mít připravené nohy na zemi. Cílem je odhadnout, zda soupeř zahraje úder po čáře, krossem, nebo jestli bude lobovat. Pokud se trefíte do soupeřova forhendu, donutíte ho dobíhat míč paralelně k síti s rameny vytočenými bokem a on tak bude připravený zahrát úder po čáře. Pokud dobíhá soupeř k míči hodně rychle, může se pokusit o lob, protože na jiný úder nebude schopen vyvinout dostatečnou sílu. Na krátký úder nebo první volej se bude soupeř pohybovat vpřed a jeho úderové rameno bud směřovat křížem. Tím pádem je nejpravděpodobnější úder křížem. Pokud bude soupeř zahrán dozadu, aby zahrál dlouhý úder, měl by se hráč na síti posunout dopředu, protože soupeřův další úder bude s velkou pravděpodobností slabší a hodící se k okamžitému zakončení vítězným volejem.

20. SKÓROVÁNÍ Z VOLEJE



Cíl

Podpořit hráče v agresivní hře, která upevní jejich techniku na síti při dvouhře i čtyřhře.

Popis

Tento dril rozvíjí u hráčů velké sebevědomí a předvídavost. Při zápasech, dvouhrách i čtyřhrách mohou hráči rozhodnout o bodu jakýmkoli volejem nebo smeč. Výměna může začít zezadu s dlouhými míči s dopadem, ale body získají hráči pouze tehdy, pokud budou hrát volej.

Provedení

Hráči hrají normálního singla a servírují do servírovacího pole, kam mají, tak dlouho, dokud neudělají bod. Servírující hráč pokračuje dál ve hře, dokud ji nevyhraje. První hra může trvat i 10 minut. Dá se takto hrát i celý set.

Varianta

Hráči mohou také tímto systémem hrát tiebreak do 12 nebo čtyřhru.



21. NABÍHANÝ VOLEJ

Cíl

Dát hráčům extra trénink split-stepu předtím, než začnou hrát nabíhaný volej, a rozvinout v nich instinkt správného náběhu a ovládnutí hry na síti.

Popis

Nabíhaný volej může být zahrán jak forhendem, tak i bekhendem. Nabíhaný volej je také znám jako přechodový volej, protože při něm dochází k útoku na síť a hráči při něm mohou být konfrontováni s volejem, který zrovna není hrán v ideální pozici, tak aby se s ním dalo ukončit výměnu a vyhrát bod. Obvykle se s tímto úderem potkávají hráči na servisovací čáře, tedy uprostřed hřiště, často hned po returnu podání, kdy se snaží obsadit síť, anebo hned po svém servisu, aby zatlačili na soupeře na síti.

Provedení

Pro nabíhaný volej je nutné změnit držení na kontinentální. Při nabíhání na síť by měli hráči provést split-step, aby tak zastavili své tělo v pohybu, předtím než udeří míč. Měli by přistoupit k úderu s ohnutými koleny (hrát úder z nižšího těžiště těla), hlavu držet v klidu během úderu a zahrát tento volej pěkně před svým tělem. Tak využijí soupeřovu razanci, přičemž by měli mít jistotu v nohou a směřovat balon po čáře anebo, pokud jsou v prostředku kurtu, mohou zahrát přímo nízký balon na střed. Přiblíží se a hledají možnost, jak ukončit výměnu volejem – winnerem. Nabíhaný volej vyžaduje perfektní balanc a načasování (timing). Hráči mohou trénovat sérii servisů nebo returnů s nabíhanými voleji. Měli by zkusit 25 servisů s nabíhanými voleji a 25 returnů také tak.

Tip

Při nabíhaných volejích by měli zkrátit své kroky, aby trochu zpomalili pohyb. Pokud se totiž rychle rozeběhnou přímo proti míči, mohou ztratit kontrolu nad volejem, zahrát ho špatným směrem nebo kompletně minout.





Cíl

Rozpoznat rozdíl mezi vysokým volejem a smečím a naučit se správně zahrát vysoký volej.

Popis

Je to smeč, nebo vysoký volej? Je to něco mezi tím. Ať už z forhendové nebo bekhendové strany, typická chyba u vysokého voleje je ta, že ho hráč má tendenci hrát se švihem nebo dlouhým nápřahem. Při nácvičku na síti je nutné volej trénovat. Hráči musí být opatrní s nápřahem i švihem u těchto typů nepříjemných úderů, jinak hrozí, že volej vystřelí ven z kurtu.

Provedení

Hráči zaujmou pozici na kurtu, jeden na síti, druhý u základní nebo servírovací čáry. K rozlišení vysokého voleje od smeče by hráči měli střídavě hrát nízký a pak také vysoký volej tak, aby na něj nemuseli vyskakovat nebo se příliš natahovat. Doporučuji 50 nízkých volejů, pak 50 volejů ve střední výšce před sebou a nakonec přidat 50 vysokých volejů do drilu, přičemž by se úder měly vždy hrát střídavě, forhend a bekhend. Po odehrání tohoto drilu ještě doporučuji na závěr přidat 150 volejů se soustředěním na pohyb vpřed, aby každý volej hráč tzv. prošel. Držení rakety by mělo být pevné, hlavu rakety držet pevným zápěstím směrem nahoru a volnou ruku (nehrající) by měl hráč držet před tělem kvůli lepší rovnováze. Tak hráči udeří nebo odrazí každý balon.

Tip

Hráči by neměli zapomínat držet raketu pevně stisknutou v ruce s hlavou rakety nad sítí. Také by měli pokaždé svoji nehrající ruku držet před tělem a s každým úderem se snažit projít míč směrem za ní vpřed. Tato akce zajistí hráči správnou rovnováhu a vedení míče a také pomůže v tom, aby byl vysoký volej úderem s krátkým nápřahem, lehký, a přitom tvrdý a přesný.





23. NÍZKÝ VOLEJ

Cíl

Pomoci hráčům získat sebedůvěru potřebnou ke správnému zahrání nízkého voleje.

Popis

Jedná se o volejovou techniku pro forhend, bekhend a i obouřční bekhend pro nízké voleje. Je zapotřebí trpělivost, rovnováha a dobré vidění balonu v kombinaci s přesnou rukou. Už jen dostat své tělo hodně nízko a udržet ho v této pozici v klidu je samo o sobě dost náročné. To vše musí hráči zvládnout a ještě k tomu přidat efektivní vrácení míče, aby jim soupeř z dalšího úderu nemohl zatopit.

Provedení

Pokud je na to čas, měli by hráči k tomuto úderu přistoupit s neutrálním postavením. Skvělé základy techniky společně s hluboko pokrčenými koleny jsou hlavním klíčem k tomu, jak se správně dostat na balon. Rovné držení horní části těla vylepší rovnováhu a umožní hráčům použít malý až skoro žádný nápřah. Před kontaktem s míčem je hlava rakety mírně otevřena a raketa se drží kontinentálním držením, což pomůže zahrát míč čopem přes síť. Čopovaný (se spodní rotací) míč způsobí po odehrání na druhé straně náhlé zpomalení, jakmile se dotkne kurtu. To znepríjemní soupeři odehrání balonu zpět, protože se bude muset dostat hodně pod něj. Nízký volej má velmi malé nebo žádné dotažení úderu. Pokud se hráči rozmáchnou, trefí míč příliš daleko k soupeři, který tak nebude mít problém hráče na síti prohodit. Hlava rakety by vždy měla zůstat nad zápěstím, aby se dosáhlo maximální kontroly. Nízko položená hlava rakety při úderu bude mít za následek nepřehození balonu přes síť.

Tip

Při hraní nízkého voleje zkuste zahrát úder do soupeřova bekhendu dlouhým lobem. Pokud se to soupeřovi podaří vrátit, měli byste již čekat připraveni na síti k zakončení vítězného voleje.



Bob a Mike: Bratři Bryanovi

Turbo dvojčata

Bylo už řečeno, že voleje se ve 21. století staly ve dvouhře trochu archaickým prvkem. Je to kvůli velké rychlosti hry, hráči umí trefovat mnohem přesnější prohozy. Nicméně ve čtyřhrách je volej a také strategie hry servis-volej jejich neodmyslitelnou součástí.

Bob a Mike Bryanovi jsou dvojčata, která se narodila 29. dubna 1978. Ve světě jsou známi jako bratři Bryanovi a jsou nejlepším deblovým párem v tenisové historii. Získali spolu několik olympijských medailí, vyhráli 82 vrcholových turnajů (bratři Bryanovi již překonali 100 vítězství v turnajích na ATP Tour, pozn. překladatele, jaro 2015), tím překonali legendární Woodies (Todd Woodbridge a Mark Woodforde, kteří byli před nimi nejlepší deblovou dvojicí s 12 celkovými vítězstvími), vyhráli všechny Grand Slamy a stali se ATP nejlepší dvojicí celé dekády (2000–2009). Rok 2013 zakončili jako světové jedničky ATP (v kategorii čtyřher) již po osmé za sebou, s nejvíce odehranými zápasy, nejvíce vyhranými turnaji, a to včetně nejvíce vítězství i na Grand Slamech v celé historii tenisu.

Bratři Bryanovi jsou také známi svou excelentní hrou na síti, neuvěřitelnou rychlostí, špičkovou kondicí, sehraným rytmem jak na kurtu, tak i mimo něj, a v neposlední řadě svým známým vítězným výskokem, při kterém se oba vzájemně dotknou svými hrudníky ve vzduchu. Pamatuji se, jak jsem pozoroval Boba i Mika při hře, když jsem zlepšoval svoji vlastní hru na hřištích v Georgii. Oba byli vždy plní energie, zábavní, hlasití a jen sledováním jejich hry jsem se dokázal dokonale bavit. Jejich zápasy byly vždy velmi intenzivní a někdy jsem musel litovat jejich soupeře. Bratři Bryanovi měli vždy unikátní styl, jak kontrolovat celý kurt. V jejich podání vypadala hra tak lehce, až jste si museli říct, že se snad už narodili s raketou v ruce. Jakmile jejich soupeři udělali chybu a zahráli třeba o něco kratší míč, bratři Bryanovi se okamžitě navalili na síť, kterou pak v mžiku zcela ovládli. Nikdo je nedokázal prohodit. Nikdo je nedokázal jen tak lobovat. A když se náhodou někomu podařilo zahrát lob tak, aby na něj ze sítě nemohli dosáhnout, doběhli míč až k základní čáře a většinou vyhráli bod tak jako tak.



24. HRA NA SÍTI – VOLEJE

Cíl

Zlepšit reakci na síti, práci nohou, přesnost a sebevědomí při útoku z voleje. Hráči se učí rozpoznat příležitosti a úspěšně útočit na síti.

Popis

Tento dril vybrousí útočné schopnosti hráčů na síti, donutí je více nabíhat na síť, protože v tomto drilu neudělají bod, pokud netrefí úspěšný volej.

Provedení

Hráč A stojí uprostřed servisovací čáry (uprostřed kurtu) a hráč B na tom stejném místě na druhé straně dvorce. Hráč A rozehraje míč na hráče B. Každý hráč má 4 podání anebo jeden podává celou jednu hru. Balon se smí dotknout země pouze při podání. Hráči získávají body pouze z úderů bez dopadu, tzn. z volejů, z volejů s náprahem a smečí. Podání se mění každé 4 body nebo po každé hře. Hra se hraje do 16 bodů.

Varianta

Použijte měkké balony k zahřátí anebo ke zpomalení tempa drilu. Může se začít s podáním od základní čáry. Také se dá tento dril hrát jako čtyřhra.

Tip

Hra servis-volej je agresivní taktika, která pomáhá hráčům dostat se rychle k síti a vyhrát bod. Je k tomu zapotřebí rychlých rukou i nohou.



Cíl

Naučit hráče přebíhat a krást volejem úder při hraní deblů.

Popis

Výrazem „ukrást úder“ se myslí zachytit soupeřův return podání. Při pokusu o ukradení nebo při blafování při deblech spolu musí spoluhráči dobře komunikovat a být velmi dobří na volejích.

Provedení

Hráči vytvoří dvě skupiny za podávajícím čtvercem na obou stranách od téčka (střed podávající čáry). Rozehraje se míč do voleje na prvního hráče z jedné skupiny. Tento hráč zahraje volej křížem nebo po čáře a potom se okamžitě přemístuje z pravé části dvorce do té levé, aby zahrál volej bekhendem v pohybu (u praváka, levák bude z této strany hrát forhend) a umístil ho křížem. Hráči by se v pohybu k levé straně kurtu měli pohybovat diagonálně, tzn. v křížném směru vpřed a před druhým volejem (bekhendem u praváků) udělat split-step. Po dokončení tohoto druhého voleje (simulace ukradení úderu) se přesunou zpátky na konec řady.

Varianta

Tento dril se také dá použít jako kardio trénink. Hráči rozdělení do dvou skupinek se postaví dozadu na kurt tak, aby každá skupina stála na jedné půlce hřiště na základní čáře. K této variantě jsou zapotřebí dva rozehrávači na druhé straně kurtu. Jeden rozehrává do forhendové půlky a druhý do bekhendové. První hráč z jedné ze skupinek vyrazí k síti, aby zahrál volej, a hned potom se přemístuje do druhé poloviny půlky hřiště, kde obdrží druhý volej od dalšího rozehrávajícího. Potom se vrací ke skupince a uzavírá tak pomyslný kruh. Podávající mají za úkol udržet hráče v neustálém pohybu tím, že budou v určitých chvílích rozehrávat míč současně, každý už jinému hráči. První rozehrávač nahraje volej na prvního hráče a druhý rozehrávač mu nahraje druhý volej, přičemž první rozehrávač už může nahrávat na druhého hráče ze skupiny. A tak pořád dokola.

Tip

Hráč na síti při deblu může také pouze předstírat pokus o ukradení returnu, může tzv. blafovat, ale pak se musí rychle vrátit zpět do původního místa. Pokud mu soupeř na blaf skočí, může se ho snažit prohodit po čáře, takže pokud se hráč po blafování stihne vrátit zpět do původní pozice, může tak snadno zachytit jeho prohoz a vítězně ukončit celou výměnu.



26. NÁBĚH NA SÍŤ A TECHNICKÝ VOLEJ

Cíl

Předvést hráčům jak zahrát technický volej s citem v praxi a naučit je správnému rytmu práce nohou, potřebnému pro tento úder.

Popis

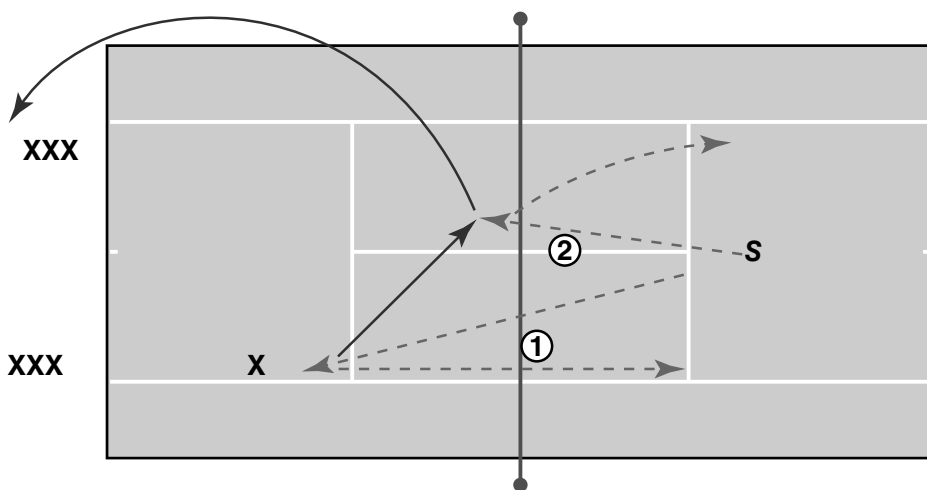
Technický volej (volej zahráný s citem) vyžaduje od hráče, aby se u něj vyvinula schopnost cítit balon na raketě. Výuka dobrého kontaktu rakety s míčem přidá každému hráči nový rozměr do jeho hry. Tato technika umožní hráčům lépe si vybrat místo, kam umístí svůj úder. Umístění úderu je důležitější než síla či razance a většinou je to právě přesné umístění, co vyhrává body, ne razance.

Provedení

Hráči vytvoří dvě skupiny – jedna se postaví na pravou stranu hřiště a ta druhá zase na levou. První hráč na pravé straně zahraje nabíhaný úder po čáře (který mu nahraje rozehrávač na druhé straně). Potom se diagonálně přemístí na síť a pokusí se o technický volej. Potom se zařadí do skupiny na levé straně hřiště. Jedna skupina tak hraje nabíhaný forhend po čáře a bekhendový volej a druhá skupina hraje nabíhaný bekhend po čáře a forhendový volej. Dril se může začít pomalu a postupně přidávat na rychlosti střídání hráčů na balonu s důrazem na provedení split-stepu před finálním volejem na síti.

Tip

Hráči by měli pamatovat na to, že osvojení si technického voleje a zlepšení citu rakety při kontaktu s balonem z nich udělá lepší a chytřejší hráče, kteří budou pro svého soupeře mnohem nebezpečnější.



Cíl

Naučit hráče rychlé práci nohou, rychlé reakci na balon, střídání směru, umístění voleje a dobrých úderů s odrazem.

Popis

Běhání do stran na forhend a bekhend. Tento dril pomáhá hráčům zlepšit volej, úder po odrazu, práci nohou a výdrž.

Provedení

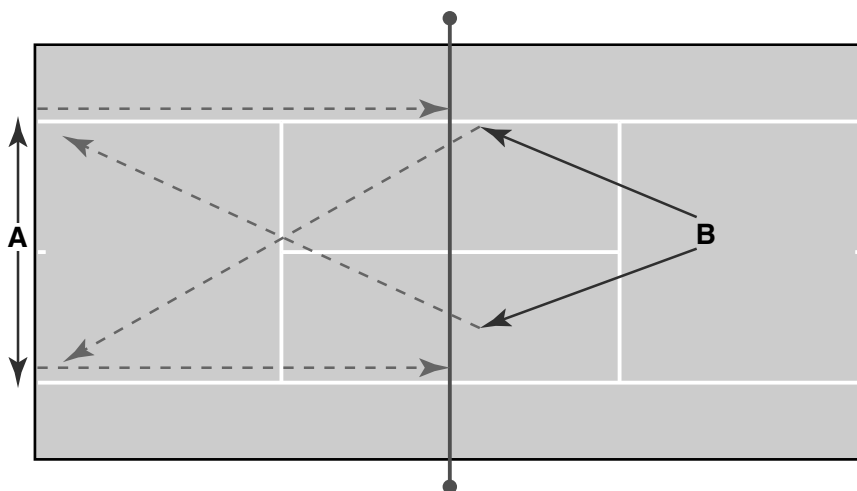
Hráč A zaujme pozici za základní čárou a hráč B na síti. Hráč A hraje všechny úderý po odrazu ve směru po čáře a hráč B hraje pouze voleje křížem. Oba hráči se tak pohybují za úderem. Hráč A zahraje forhend po čáře do bekhendu hráče B (pokud je hráč B pravák). Hráč B vrátí volej křížem hráči A do bekhendu. Hráč A zahraje bekhend po čáře hráči B do forhendu. Hráč B opět odehraje volej z forhendu křížem. Takto pokračují tak dlouho, dokud můžou. Vzhledem k tomu, že se jedná o dril se zaměřením na konzistenci a výdrž, hráči si nepočítají žádné body.

Varianta

Hráč A je za základní čárou a hráč B na síti. Oba hráči využívají pouze jednu polovinu kurtu a míče vrací na střed (do téčka). Hráč na síti zahraje forhend volej do protihráčova bekhendu. Své pozice si po čase vymění. Další varianta je pro hráče za základní čárou, který začne na prostředku. Hráč na síti umísťuje střídavě úderý do jeho forhendu a bekhendu.

Tip

Hlava rakety určuje směr, kam míč po úderu poletí. Míč se odrazí ve stejném směru, ve kterém jsou směřovány struny rakety.





28. VOLEJ S NÁPŘAHEM

Cíl

Naučit se agresivní volej s nápřahem, s horní rotací a silou, kterým se hráč pokusí o winner.

Popis

Tato agresivní ofenzivní technika pro forhend i bekhend je mocnou zbraní během výměny, kdy se hráči povede dostat se do pozice umožňující tento úder. Rozdíl mezi tímto úderem a klasickým volejem spočívá v tom, že u tohoto úderu není hlava rakety pevně zamknuta nad úrovní zápěstí a úder je veden s velkým topspinem. Je lehčí si tento úder představit spíše jako normální úder hraný zezadu kurtu po odrazu, hraný zhruba z půli kurtu (ve směru k síti), a to přímo ze vzduchu bez dopadu, s použitím přesné síly a topspinu.

Provedení

Držení rakety by mělo být polozápadní až západní. Při pokusu o zahrání tohoto úderu by se hráč neměl zdráhat pohybu vpřed za balonem. Praváci pokoušející se o tento forhend by měli do úderu zapojit ramena, trup a boky při pohybu dopředu. Ukáží si levou rukou na balon, který takto chtějí zahrát, a svoji váhu přenesou za rukou vpřed. Pravý loket by měl být lehce u těla, aby se trochu zkrátil nápřah. Hlava rakety je mírně zavřená a držena pod úrovní zápěstí. Při úderu do balonu by se hráči měli snažit přenést celou svou váhu do balonu a plynule povolit zápěstí, aby míči dali potřebný topspin. Dále by se nemělo zapomenout na kompletní forhendové dotažení úderu. Pokud se úder správně povede, nebude mít soupeř moc velkou šanci tento úder vrátit. Protože se jedná o agresivní techniku, je zapotřebí mít hodně sebedůvěry. Podporujte hráče, aby se nedrželi zpátky, jakmile zvládnou základy tohoto úderu. Po zahrání voleje s nápřahem hráč pokračuje dál na síť.



Tip

Pamatujte na polozápadní až západní držení u tohoto úderu. Tento úder by se měl trénovat vyváženě jak pro forhend, tak pro bekhend. Možná nejdůležitější prvek při této technice je akcelerace! U hráče se musí probudit přirozený hlad, aby úder správně agresivně zahrál. Po zahrání voleje s nápřahem se hráči musí naučit pokračovat dál v útoku až na síť.



Cíl

Naučit hráče správnému timingu, práci nohou, koordinaci ruka-oko a sebevědomí k zahrání half voleje.

Popis

Half volej, speciálně forhendový half volej, je jeden z nejtěžších úderů v tenise. Half volej je úder, který jsou hráči nuceni zahrát, když jim balon padá přesně pod nohy. Je to úder mezi volejem a klasickým úderem po odrazu. Vlastně to i znamená, že u tohoto úderu nezahraje hráč úplný švih jako při úderu od základní čáry, ale nebude to ani krátké volejové naznačení. Hráči si normálně nevybírají zahrát half volej, half volej si většinou vybírá je. Proto na něj musí být připraveni!

Provedení

K tomuto úderu většinou dochází při útoku na síť, když se hráč pohybuje směrem vpřed k síti. Ale může k němu v podstatě dojít i kdekoliv jinde na kurtu. Hráči musí jít proti balonu a nesmí čekat, až balon přijde k nim. Jakmile jim míč letí na nohy, oči hráčů musí být důsledně zaměřené na míček a nesmí pohledem ucuknout na žádnou stranu. Úder vyžaduje perfektní timing a musí být zahrán před hráčovým tělem. Hráči by se měli srovnat do stejné výšky s letícím balonem a v této výšce setrvat až do doby, než úder odehrají. Pokud se hráči při tomto úderu pokusí narovnat, balon skončí v síti. Pokud hráči zůstanou dole a provedou úder s klidem, nebudou jím nikdy zaskočeni.



Tip

Protože se jedná o defenzivní úder, měli by se hráči snažit zahrát co nejdále do kurtu na druhé straně a potom pokračovat dál ve svém pohybu směrem k síti. Úder by měl být vždy hrán před tělem, s klidem a zároveň s přirozeným pohybem do balonu.



30. VOLEJ-KRAŤAS (DROP SHOT)

Cíl

Naučit hráče zahrát drop shot z voleje.

Popis

Tento úder se dá zahrát z forhendu, bekhendu i z obouručního úderu. Jedná se o velmi účinný úder v situacích, kdy soupeř stojí daleko za základní čarou, nebo hraje údery s extrémně západním držením rakety, anebo když má problémy s pohybem dopředu k síti. Drop shot tak zafunguje velmi dobře, protože nutí soupeře rychle se přesunout velmi blízko k síti.

Provedení

Pro tento typ úderu je dobré hráčům vysvětlit techniku chytání balonu. Např. jako když baseballista chytá letící míč do rukavice. Stejně jako jeho rukavice absorbuje energii z letícího míče, raketa tenisty dělá to samé a absorbuje tuto energii do strun. Hráči musí být připraveni na moment kontaktu jejich rakety s balonem a vyhnout se jakémukoliv pohybu směrem vpřed, který by třeba měl za následek dotažení úderu nebo předání přílišné energie zpět do takto odraženého balonu. Při kontaktu s balonem by zápěstí hráče mělo být uvolněné, aby usměrnilo sílu úderu tak, že balon přeletí přes síť a dopadne jen pár kroků za ní.



Hráči by měli trénovat tento úder z forhendu i bekhendu do přesně určených míst na druhé straně kurtu. Při pokusech o tuto techniku bez dostatečného sebevědomí a jistoty úderu může docházet k chybám, které umožní soupeři využít např. příliš dlouhého nebo vysokého „kraťasu“ k ukončení výměny v jeho prospěch zahráním úderu z komfortnější pozice na druhé straně dvorce. Tento úder vyžaduje hodně tréninku, než si ho hráč dokonale osvojí.

Tip

Drop shot z voleje je jedním z úderů, u kterého trvá hráči hodně hodin trénování, než se ho perfektně naučí. Klíčem ke správnému zahrání je těsně před kontaktem rakety s balonem povolit zápěstí a ujistit se, že je soupeř v ten samý moment ve správné pozici nebo že má rozhozenou rovnováhu. Jinak hrozí, že soupeř tento úder uvidí ještě dřív, než se zahraje, a pak ho potrestá nechyatelným winnerem.