



Sulkapallon Perustaktiikkaa kaksinpelissä

V-MM 2015





Sulkapallon perustaktiikkaa / kaksinpeli



Oman tilanteen arviointi

- Nollauslyönnit (esim. korkea nosto keskelle)
- Aloite (kenellä?)
- Satsaus
- Hyökkäys vai puolustus?





Sulkapallon perustaktiikkaa / kaksinpeli



Vastustajan lukeminen

- Heikkojen teknisten kohtien painostus (liikkuminen ja lyönnit)
- Yllätyssyötöt
- Pahojen lyöntien eliminointi
- Vastustajan vakiolyöntien hyväksikäyttö (oman pelikeskuksen siirto)
- Vastustajan kehon kielen lukeminen (mental game!)





Sulkapallon perustaktiikkaa / kaksinpeli



Vastustajan liikuttaminen

- Palauta vastustajan suora lyönti ristiin ja ristilyönti suoraan
→ vastustajalla pitkä matka liikuttavana
- Vastustajan liikkumisen rytmin rikkominen
 - hämäykset
 - oman pelitempon vaihtelu
 - samaan nurkkaan pelaaminen (jos vastustajalla kiire pois)
 - lyöntien monipuolisuus (vaikeuttaa vastustajan ennakointia)





Taktiikan nyrkkisääntöjä / kaksinpeli



- Seuraa hyvää hyökkäyslyöntiä!
 - lyhyestä nostosta isku ja perään verkolle
 - tarkasta verkkodropista jää lähelle verkkoa käyttämään
- Ota verkko haltuun (ylhäällä) → vie peliä
 - Pystyt lyömään monipuolisesti (vdr, push jne.)
 - verkkodropit lähelle verkkoa vain hyvästä paikasta
 - pelaamalla pidemmälle eliminoit tarkat verkkodropit
- Pehmeät lyönnit verkolle vaarallisia jos vastustaja hyvässä tasapainossa
 - vaarana nopeat, matalat nostot takakentälle





Taktiikan nyrkkisääntöjä / kaksinpeli



- Kun nostat kämmen takanurkkaan lähelle sivurajaa vastaus on hyvin usein kämmen leikattu ristiin → ole valmiina!
- Omien nostojen pituus ja kaaret
- Nopeat nostot (varsinkin pystymailalla) syviin takanurkkiin erittäin tehokkaita erityisesti nuorten kohdalla
- Seuraa millä otteella vastustaja pelaa: jos selkeä pannari ote – eikä otteenvaihtoa tapahdu → painosta kämmen taakse (lyönti tulee lähes aina suoraan), mutta varo vastustajan roundipuolen leikattua ristiin





Taktiikan nyrkkisääntöjä / kaksinpeli



- Kumpaan takanurkkaan painostan?
Nuoret juniorit → rystylle painostaminen toimii usein
Vanhemmat juniorit & aikuiset → kämmen takanurkka
usein passiivisempi ja roundipuoli vaarallisempi
- Innokkaat pelaajat haluavat **tehdä** pisteitä, mutta tarkkailett ette tee ottelun kaikkia pisteitä (omat&vastustajan).
→ välillä kannattaa antaa aloite myös vastustajalle (virheet)
- Ristinostoon ja –cleariin kannattaa usein hyökätä ristiin, koska vastustaja odottaa suoraa palautusta (mikäli vastustaja lyönti on liian lyhyt tai matala)





Taktiikan nyrkkisääntöjä / kaksinpeli



Kiteytettynä

- Keep it Simple - Yksinkertainen on kaunista!
- Hit it where it hurts! – Iske sinne missä tuntuu!
- Guess where it's coming – Ennakoi minne lyönti tulee!
- Prevent your opponent from guessing – Oman taktiikan peittäminen!

→ Jatkuva analysointi

