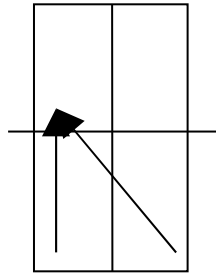


A-Kader

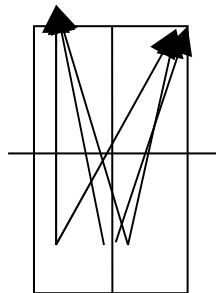
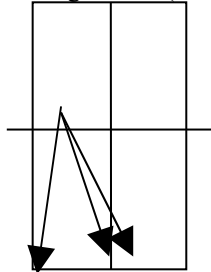
Übung 1

Kamal (August 09)



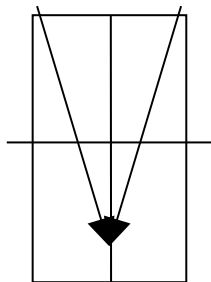
kurzer A (1)

Sch. lg. in RH (2/3 Tisch) (2)



RHT oder VHT
in äußere Ecken (3)

Block oder Gegentopspin
auf Ellbogen (4)



frei (5)

Aufschläger

kurzer A in VH (1)

RHT oder VHT in äußere Ecken (3)

frei (5)

Rückschläger

lg. Schupf in RH (2/3 Tisch) (2)

Block od. Gegentopspin auf Ellbogen (4)