

Trainingsmöglichkeiten

- **Präzision**
Trainiere deine Zielgenauigkeit, indem du versuchst ein bestimmtes Spielfeldviertel zu treffen.
- **Reaktion**
Spiele kurze und hohe Bälle, um deine Reaktion zu verbessern.
- **Geschicklichkeit**
Schließe deine Augen und verlasse dich auf dein Ballgefühl. Übe das so lange, bis du auch mit geschlossenen Augen mehrfach hintereinander den Ball triffst.
- **Schnelligkeit**
Spiele viele kurze Bälle. Wie viele Treffer schaffst du innerhalb von 60 Sekunden?
- **Doppel**
Spiele gegen eine Wand und versuche immer die andere Plattenhälfte des Schlägers zu treffen.

Trinkspielmöglichkeiten - Der Verlierer muss trinken

- **Ausdauer**
Der Ball muss immer in dem gegenüberliegenden Viertel ankommen, wer erreicht die höhere Anzahl an Treffern?
Du kannst nach jedem Durchgang abrechnen, oder mehrere Durchläufe machen.
- **Geschicklichkeit**
Pro Ballkontakt gibt es 1 Punkt, schaffst du einen Handwechsel, während der Ball in der Luft ist, gibt es für den darauffolgenden Ballkontakt die doppelte Punktzahl. Wer erreicht mehr Punkte?
- **Schnelligkeit**
Wer erreicht als Erstes eine vorher vereinbarte Punktzahl? Nach 3 Durchgängen steht der Sieger fest.
- **Rundlauf**
Gebt den Schläger nach jedem Treffer in der Runde hin und her. Bei wem der Ball auf dem Boden landet, der hat verloren. Der letzte Spieler, der übrig bleibt, ist der Gewinner.
Variante: Ihr könnt das auch mit 3 Leben spielen.

ME vs. ME – Let the game bePING

ENG

Training opportunities

- **Precision**
Train your precision by trying to hit a particular are of the field.
- **Reaction**
Play short and high balls to improve your reaction.
- **Skillfulness**
Close your eyes and rely on your ball feeling. Practice this until you hit the ball several times in a row, even with your eyes closed.
- **Speed**
Play many short balls. How many hits can you get in 60 seconds?
- **Double**
Play against a wall and always try to hit the other panel half of the bat.

Drinking opportunities – Loser has to drink

- **Endurance**
The ball must always arrive on the opposite site, who reaches the highest number of hits? You can bill after each pass or make several passes.
- **Skillfulness**
There is 1 point per ball contact, if you make a change of hands while the ball is in the air, there is twice the score for the following ball contact. Who scores more points?
- **Speed**
Who first achieves a pre-agreed score? After 3 runs, the winner is determined.
- **Circulation**
Pass the bat back and forth to another player after every bounce in the round. Whoever gets the ball on the ground fails. The last player left is the winner.
Variant: You can also play this with 3 lives.

Possibilités d'entraînement

- **Précision**
Entraînez vous à préciser votre but en essayant de toucher un certain coin du terrain de jeu.
- **Réaction**
Jouez des balles courtes et hautes pour améliorer votre réaction.
- **Aptitude**
Fermez les yeux et concentrez-vous sur votre sensation de la balle. Exercez-vous jusqu'à ce que vous frappez la balle plusieurs fois d'affilée, même les yeux fermés.
- **Rapidité**
Jouez beaucoup de balles courtes. Combien de coups avez-vous obtenu en 60 secondes?
- **Doubles**
Jouez contre un mur et essayez toujours de frapper l'autre moitié du raquette de la batte.

Options de jeu – Le perdant doit boire

- **Persévérance**
La balle doit toujours arriver dans le quartier opposé. Qui atteint le plus grand nombre de coups? Vous pouvez faire une seule partie d'un seul tour ou bien plusieurs tours.
- **Aptitude**
Par contact de balle il y a 1 point, si vous réussissez un changement de main pendant que la balle est en l'air, il y a le double de points pour le contact de balle suivant. Qui obtient le plus de points?
- **Rapidité**
Qui obtient d'abord un score convenu à l'avance? Après 3 tours le vainqueur est fixé.
- **Circulation**
Donnez la raquette après chaque coup au suivant. Si la balle tombe par terre, celui-ci a perdu. Le dernier joueur qui reste est le gagnant.
Variante: Vous pouvez aussi jouer avec 4 vies.

Possibilità d'allenamento

- **Precisione**
Allena la tua precisione cercando di colpire una specifica area del campo.
- **Reazione**
Gioca palle corte e alte per migliorare la tua reazione.
- **Destrezza**
Chiudi gli occhi e affiditi alla tua sensazione per la palla. Continua a esercitare finché centri la palla più volte di seguito.
- **Velocità**
Gioca molte palle corte. Quanti colpi puoi ottenere in 60 secondi?
- **Doppio**
Gioca contro un muro e cerca sempre di colpire l'altra metà della racchetta.

Possibilità di gioco – Il perdente deve bere

- **Perseveranza**
La palla deve sempre arrivare nel quarto opposto, chi ottiene il superiore numero di colpi? Puoi regolare dopo ogni turno, o fare più turni.
- **Destrezza**
Si ottiene 1 punto per ogni contatto con la palla. Se si cambia mano mentre la palla è in aria, si ottiene il doppio dei punti per il seguente contatto con la palla. Chi ottiene più punti?
- **Velocità**
Chi è il primo a raggiungere un numero di punti prima concordato? Dopo 3 turni il vincitore è definitivo.
- **Passavolo**
Muovete la mazza avanti ed indietro nella brigata dopo ogni colpo. Chi tocca terra, perde. L'ultimo giocatore rimasto è il vincitore.
Variante: si può giocare anche con 3 vite.