Volley / smash

Volleys aan het net · 2 minuten (120 sec)

Niveau ROOD 2

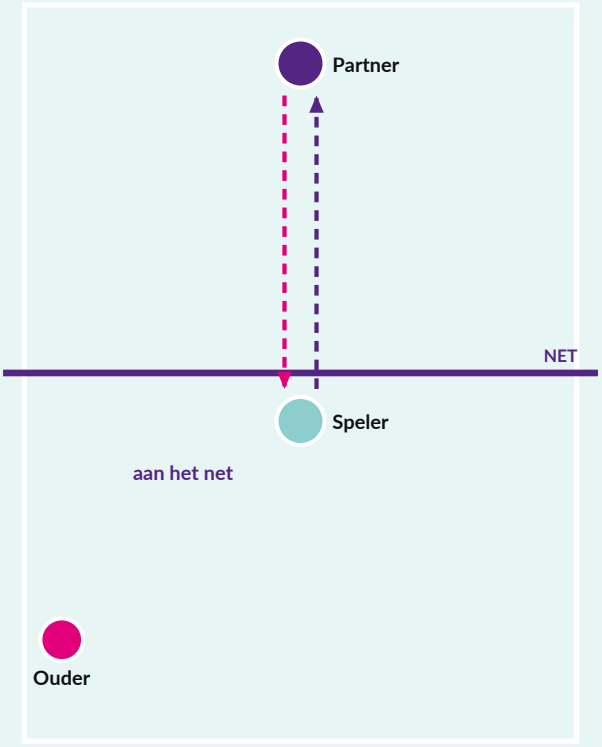
NL ENG

Wat meten we?

Hoeveel volleys achter elkaar haal je in een rally? De langste rally in 2 minuten telt.

Opstelling

- Speler staat aan het net
- Rallypartner speelt aan vanaf de overkant
- Ouder telt en noteert de langste rally
- Ballen en een stopwatch (120 sec)



Zo speel je

1. Sta aan het net, racket voor je.
2. De bal komt naar je toe.
3. Speel een volley terug, zonder dat de bal stuit.
4. Tel elke goede volley in de rally.
5. Gaat het fout? Start een nieuwe rally.

Spelregels en telling

- Bij een fout start je een nieuwe rally: niet doortellen.
- Noteer alleen de langste rally.
- De aangever speelt rustig en op de goede hoogte.

Telling: langste serie / rally binnen 120 sec (fout = opnieuw tellen).

Fit
Kleine stap naar voren bij elke volley.

Fun
Moedig elke goede volley aan.

Focus
Racket voor je, korte beweging.

Ouders: alle scores zijn goed. We vergelijken niet met elkaar, we kijken naar de persoonlijke progressie van je kind. Moedig aan en geef een high five. De score komt op de eigen progress card van je kind.

Volley / smash

Volleys at the net · 2 minutes (120 sec)

Level RED 2

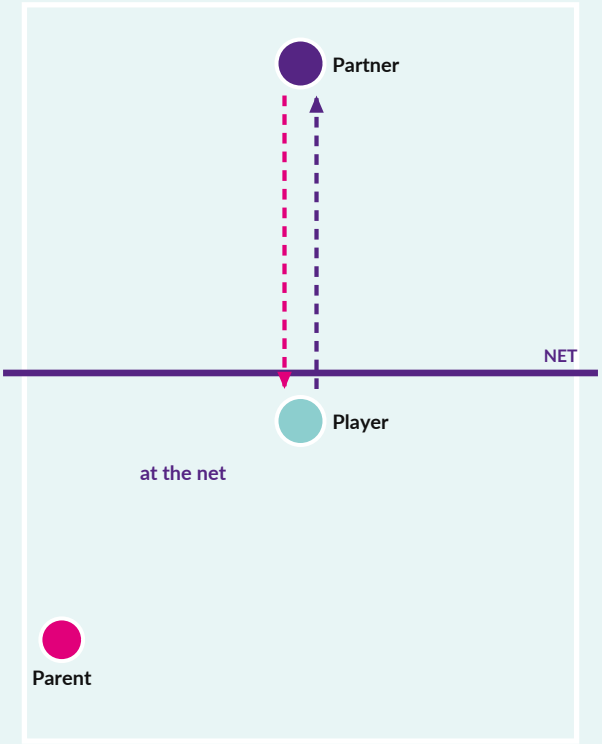
NL ENG

What do we measure?

How many volleys in a row do you manage in a rally? Your longest rally in 2 minutes counts.

Set-up

- Player stands at the net
- Rally partner feeds from the other side
- Parent counts and writes down the longest rally
- Balls and a stopwatch (120 sec)



How to play

1. Stand at the net, racket in front of you.
2. The ball comes to you.
3. Play a volley back, without the ball bouncing.
4. Count every good volley in the rally.
5. Mistake? Start a new rally.

Rules and scoring

- After a mistake you start a new rally: no counting on.
- Only write down the longest rally.
- The feeder plays calmly and at the right height.

Scoring: longest series / rally within 120 sec (mistake = start counting again).

Fit
Small step forward on every volley.

Fun
Cheer every good volley.

Focus
Racket in front, short movement.

Parents: every score is a good score. We don't compare children; we look at your child's personal progress. Cheer and give a high five. The score goes on your child's own progress card.