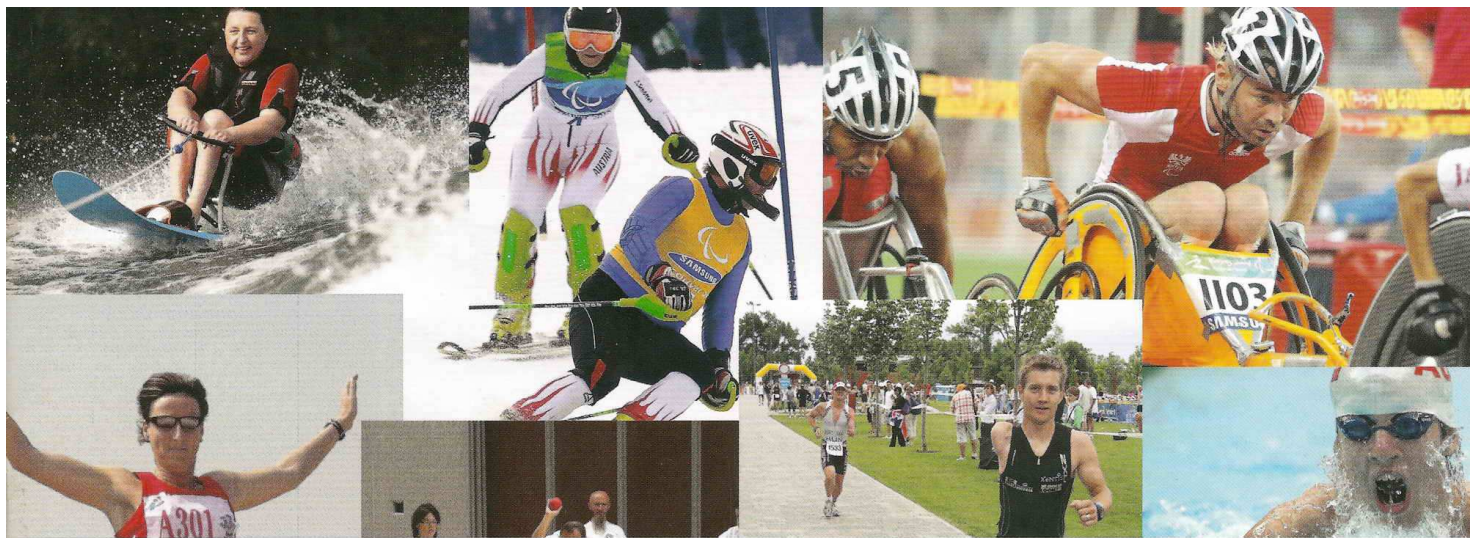
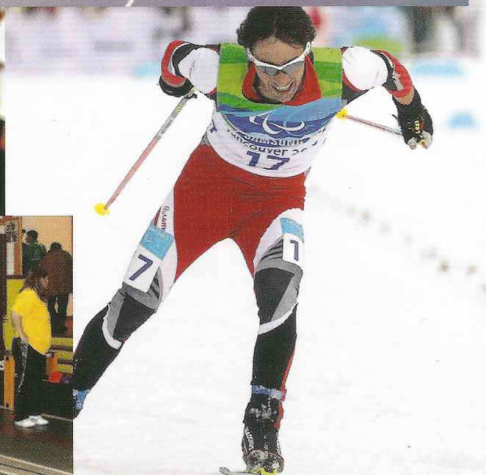
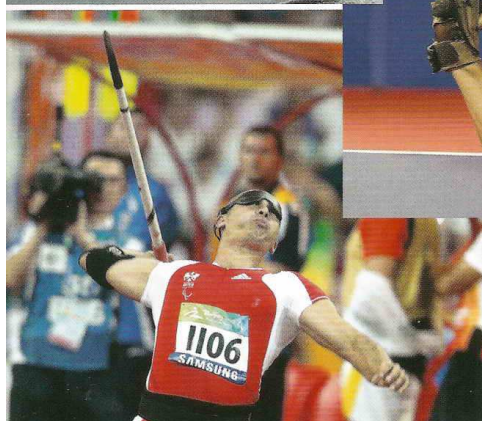
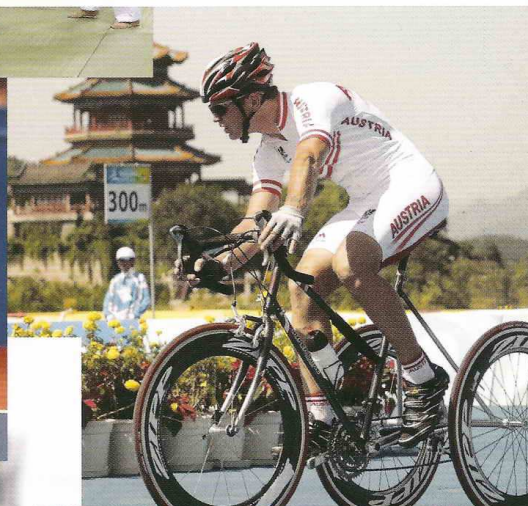




Österreichischer Behindertensportverband

Mehr Sport - *als man glaubt!*

Sport macht Freude und Freunde.
Wir unterstützen Sie dabei.
Willkommen im Team!





Eleganter Warnschuss

Der Name Tennis ist eine Ableitung von dem französischen Ausruf „Tenez!“, was soviel wie „Haltet!“ bedeutet. Mit diesem Ausruf kündigte der oder die SpielerIn wahrscheinlich einen besonders rasanten Aufschlag an.

■ Tischtennis und Tennis

Das Wichtigste über Tischtennis

In mehr als hundert Nationen spielen Menschen mit Behinderung mit großer Leidenschaft Tischtennis.

Tischtennis ist ein schneller Sport, der viel Ballgefühl und eine gute Reaktion erfordert. Gleichzeitig benötigt man für diesen spannenden Sport wenig Aufwand. Alles, was man braucht, sind ein Tisch mit Netz, ein Ball und ein Schläger. Und das wichtigste: MitspielerInnen!

Regeln beim Tischtennis

Bis auf wenige Ausnahmen, die sich z. B. auf den Rollstuhl und das Abstützen am Tisch beziehen, oder dass armbehinderte SpielerInnen den Schläger an der Hand fixieren dürfen, gelten die allgemeinen Tischtennisregeln.

Das Wichtigste über Tennis

Tennis zählt weltweit zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten von Menschen mit Behinderung. Wohl auch deswegen, weil beim

Tennis Menschen mit und ohne Behinderung jederzeit gemeinsam ein Match spielen können. Tennis ist aber nicht nur eine Breitensportart, sondern wird auch als Leistungssport ausgeübt. Seit 1992 ist dieses faszinierende Ballspiel eine paralympische Sportart.

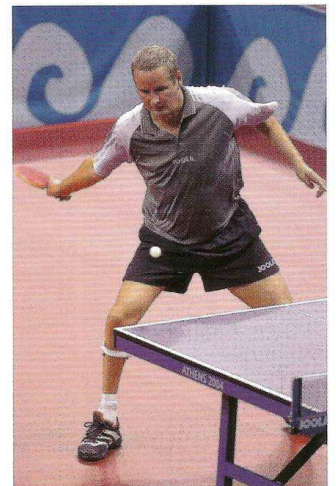
Regeln beim Tennis

Die Regeln für stehende und mentalbehinderte SpielerInnen entsprechen den normalen Tennisregeln. Für Rollstuhl-Tennis gilt, dass der Spielball zweimal aufspringen darf.

Egal ob stehend oder sitzend!

Tischtennis und Tennis werden sitzend oder stehend gespielt. Zu der Kategorie der Stehenden zählen SportlerInnen mit Gliedmaßenschäden und in einer eigenen Kategorie SportlerInnen mit einer mentalen Behinderung.

In die sitzende Kategorie fallen alle SportlerInnen, die einen Rollstuhl für die Ausübung des Sports benötigen.



„Wenn ich Tischtennis spiele, bin ich eins mit dem Schläger, nur auf den Ball konzentriert. Dieses Glücksgefühl ist durch einen Sieg kaum zu toppen.“

