

Hanglagen



<i>Ball oberhalb der Füße</i>	
Ballposition	Rechts
Fußstellung	Fußspitzen nach außen gedreht
Balance	Gewicht auf den Fußballen
Entfernung zum Ball	Größer
Standbreite	Neutral
Schaft-/ Schwungebene	Beide flacher
Schulterneigung	Neutral
Schulterausrichtung	Rechts ausgerichtet
Schläger / Grifflänge	Kurz greifen

<i>Ball unterhalb der Füße</i>	
Ballposition	Links
Fußstellung	Fußspitzen nach innen gedreht
Balance	Gewicht auf den Fersen
Entfernung zum Ball	Näher
Standbreite	Breiter
Schaft-/ Schwungebene	Beide steiler
Schulterneigung	Neutral
Schulterausrichtung	Links ausgerichtet
Schläger / Grifflänge	Lang greifen

Konzentration auf Wahrung des Gleichgewichtes, Schlagintensität $\frac{3}{4}$ des Maximalen