Nederlandse Tafeltennisbond

NTTB

Spreekbeurt Tafeltennis

Copyright Nederlandse Tafeltennisbond

2011 WK TAFELTENNIS ROTTERDAM 08 - 15 MEI

Table Stars

OFFICIAL SUPPLIER NTTB

TIBHAR

PARTNERS NTTB

Spreekbeurt Tafeltennis

Inhoud

Het ontstaan van het tafeltennis 3

Tafeltennis in Nederland 4

2.1 De Nederlandse Tafeltennisbond 4

2.2 Regio's 4

2.3 Nederlandse Toppers 5

2.4 Nederlandse Talenten 6

2.5 Kennismaking met tafeltennis 6

Wat heb je nodig 7

3.1 Tafel 7

3.2 Bal 7

3.3 Kleding 7

3.4 Batje 8

Spelregels 9

4.1 Puntentelling 9

4.2 Service 9

4.3 Competitie 9

Slagen en effect 11

5.1 Backspin 11

5.2 Topspin 11

5.3 Zijspin 11

5.4 Blokken 11

Feitjes over de sport 12

Tafeltennisfilmpjes 14

Overige links: 15

1 Het ontstaan van het tafeltennis

Veel mensen denken dat het tafeltennis uit China komt. Echter is het zo dat het van oorsprong een Engelse sport is. Het is ontstaan uit het grotere tennis in de jaren 1870. Doordat het veel regende en tennis toen al heel populair was, werd er gezocht naar een alternatief.
Al gauw werd er binnen op een eettafel een balletje overgeslagen met het doel gewoon leuke lange rally's te krijgen. Vaak waren de balletjes toen nog van kurk en de batjes waren deksels van potjes.

Al snel zagen speelgoedfabrikanten hier een mogelijkheid in. Zij gingen kant en klare pakketten verkopen met ballen, een netje en een batje. In het begin werd de sport nog Whiff-whaff of Pim-Pam genoemd.
Veel van die pakketten werden niet goed genoeg gevonden. Het balletje was het grootse probleem. In het begin van de 20e eeuw kwam James Gibb met het zogenoemde Celluloid-balletje. Deze stuiterden precies goed om fijn mee te kunnen spelen.
Nadat het spel wederom op de markt werd uitgebracht met de nieuwe balletjes werd het Pingpong genoemd vanwege het geluid dat het maakte. Ook Pingpong werd toen in de winkels gebracht en uitermate populair.

Na de 1e wereldoorlog kreeg de sport een nieuwe impuls, echter mocht het geen Pingpong heten omdat het een geregistreerde merknaam was. Dat was het moment waarop 'Tafeltennis' ontstond.

In 1926 waren de eerste Wereldkampioenschappen in Londen. Echter de Engelsen die het hadden uitgevonden wonnen dit niet. De Chinezen waren vrijwel direct al overheersend. Zij hadden het spel van de Engelse militairen geleerd die in China waren.

In 1988 werd de sport een Olympische sport.

2 Tafeltennis in Nederland

2.1 De Nederlandse Tafeltennisbond

In Nederland kwam tafeltennis helaas pas later opzetten. De eerste echte bond was de Amsterdamse Ping Pong Bond in 1930. Enkele jaren later volgden onder andere de regio's Utrecht, Den Haag en Rotterdam. De algemene Nederlandse Tafeltennis Bond, of ook wel NTTB, werd op 23 juni 1935 opgericht door Anton Glas en Henk Kapelhoff.

Doordat Nederland een achterstand had deed het land er lange tijd internationaal niet toe.

2.2 Regio's

Afdelingen Nederlandse Tafeltennisbond

De Nederlandse Tafeltennisbond kent acht verschillende afdelingen. Zij organiseren onder andere de afdelingscompetitie voor jeugd en senioren, regionale bijscholingen, een regionaal toernooiencircuit met onder andere afdelingskampioenschappen en diverse tafeltennisactiviteiten op het gebied van ledenwerving en topsport.

De provincies Groningen, Friesland en Drenthe vallen onder de NTTB afdeling Noord.
Noord-Holland behoort vrijwel volledig tot de NTTB Holland-Noord.
De NTTB West beslaat heel Zuid-Holland.
De provincies Noord-Brabant en Zeeland vallen onder de NTTB ZuidWest
De NTTB Limburg het gelijknamige gebied voor zijn rekening neemt.
De afdeling Midden beslaat de gehele provincie Utrecht en een gedeelte van de provincies Gelderland, Noord-Holland en Flevoland.
Een groot deel van Gelderland hoort bij de NTTB Gelre.
Tot slot hoort Overijssel en een gedeelte van Flevoland bij de afdeling Oost.

Afdeling Noord
www.noordnttb.nl

Afdeling Oost
www.nttb-oost.nl

Afdeling Gelre
www.nttbgelre.nl

Afdeling Midden
www.nttb-midden.nl

Afdeling Holland-Noord
www.nttb-hollandnoord.nl

Afdeling West
www.nttb-west.nl

Afdeling ZuidWest
www.nttb-zuidwest.nl

Afdeling Limburg
www.nttblimburg.nl

2.3 Nederlandse Toppers

Nederland heeft helaas niet veel echt toppers gekend.
De eerste echte topper was **Cor du Buy**. Hij werd 9 keer Nederlands Enkelspel Kampioen, 8 maal in het Dubbel, en 5 keer in het Gemengd Dubbelspel.

Na Cor heeft het tientallen jaren geduurd voordat Nederland weer een echte topper had. Ditmaal een vrouw, **Bettine Vriesekoop**. Zij was internationaal ook een groot sportvrouw en heeft in de jaren ' 80 en '90 vele titels binnengehaald voor Nederland. De belangrijkste titels waren die op de Europese kampioenschappen, Europese top 12 en de bronzen medailles op Wereldkampioenschappen.

Hierna volgden eind jaren '90 tot en met 2008 nog 2 heren die de Nederlandse kampioenschappen totaal domineerden.
Trinko Keen en Danny Heijster. Zij hebben samen 32 nationale titels behaald in het enkelspel en dubbelspel. Ze speelden lange tijd beiden in de sterkere Duitse Bundesliga en op hun hoogtepunten stonden zij respectievelijk 16e en 18e op de wereldranglijst!
Zij hebben behoren beiden tot het selecte groepje Nederlanders die 3 Olympische Spelen hebben meegespeeld.

Op dit moment, 2011, zijn er bij de vrouwen weer toppers aanwezig.
Het Nederlands Vrouwenteam is al 3x op rij Europees Kampioen geworden! Deze zeer knappe prestatie is onder andere neergezet door:
Li Jiao: Links op de foto
Leeftijd: 37
Wereldranking: 10e
Europese ranking: 1e
Titels: Won 4x de Europese Top 12, 3x Europees kampioen landenteams, meerdere Pro Tour toernooien, de Europese Championsleague voor clubsteams en is 5x Nederlands Kampioene

Li Jie: Rechts op de foto
Leeftijd:26
Wereldranking: 22e
Europese ranking: 4e
Titels: 3x Europees kampioen landenteams, ETTU Cup met Cartagena, 3x Nederlands Dubbelkampioen

Elena Timina: Midden-achter de beker op de foto
Leeftijd: 41
Wereldranking: 188e
Europese ranking: 95e
Titels: 3x Europees kampioen landenteams, 1x Wereldkampioenschap in Nimes 1994

2.4 Nederlandse Talenten

Op dit moment heeft Nederland 2 potentiële internationale talenten rondlopen.

Koen Hageraats:

Heeft meegedaan aan de Jeugd Olympische Spelen in 2010 en staat op de wereldranglijst onder 18 jaar op plaats 112. Koen is echter pas 16 jaar jong dus dat beloofd veel goeds! Ook speelt hij in de Nederlandse Eredivisie en wordt hij regelmatig op demonstraties uitgenodigd.

Britt Eerland:

Is in 2010 Europees Jeugdkampioen tot en met 18 jaar geworden. Britt was toen 16 jaar en heeft dus een uitermate goede prestatie geleverd. Zij staat op de wereldranglijst onder 18 jaar op plaats 28 en bij de vrouwen nu al op plek 362!

Dit talent speelt sinds 2011 in de Eredivisie heren in Nederland omdat zij zich moet doorontwikkelen.

Ze heeft in 2010 vele prijzen ontvangen als sporttalent, aanmoedigingsprijzen en huldigingen.

2.5 Kennismaking met tafeltennis

Table Stars is het nieuwe programma van de Nederlandse Tafeltennisbond waarbij kinderen in de leeftijdsgroep van 6 tot 10 jaar tijdens of na school met de tafeltennissport kennismaken. Dat gebeurt op speelse wijze, met oefeningen waarbij spanning, uitdaging en 'fun' voorop staan. Aan de hand van het Table Stars pakket kunnen maximaal 30 kinderen tegelijk een circuit met 6 stations spelen. Daarmee behalen ze sterren voor op het Table Stars diploma. Table Stars laat kinderen stralen!

Er is een handleiding beschikbaar op www.tablestars.nl; hier in het kort **de stations**:

Mikken: waar gaat de bal naartoe? Kinderen leren op verschillende niveaus passend bij hun leeftijd, een balletje te mikken in 3 bakjes verschillend van grootte. Hoe verder weg je staat, hoe moeilijker het wordt.

Balanceren: houd je evenwicht! Dat is belangrijk bij tafeltennis. Kan het kind met een of twee benen met of zonder bal op te gooien zichzelf in evenwicht houden op een balansbord?

Effect: wat is tafeltennis zonder effect? Deze oefening laat backspin zien en ervaren. Duw of sla de bal zo dat ie vanzelf weer terug komt!

Voetenwerk: zijwaarts bewegen op een kleine ruimte, naar voor en naar achter. De loopladder is een leuke manier om je snelheid te testen, zijwaarts, draaiend, heen en weer.

Jongleren: houd het balletje hoog. Hoe vaak lukt dat? En dan als je het batje ook nog tussentijds moet draaien? Kun je ook een balletje via de rand omhoog laten komen?? Dat kan alleen een heuse Table Star.

Overspelen: de bal komt terug! En jij moet slaan. Je speelt tegen jezelf, tegen een opstaande tafelhelft of muur. Hoe harder jij slaat, hoe sneller je moet reageren!

Is dit iets voor jouw klas of zal zelfs je hele school dit leuk vinden?!

Ga dan nu naar www.tablestars.nl en vraag het pakket aan!

3 Wat heb je nodig

3.1 Tafel

De afmetingen van een tafeltennistafel zijn: 274 centimeter lang en 152,5 centimeter breed. Dit zijn ook meteen de afmetingen van het speelveld. De tafeltennistafel is 76 centimeter hoog en het net is precies in het midden gespannen. De hoogte van het net is 15,25 centimeter. Voor het dubbelspel is elke speelhelft verdeeld in twee gelijke vlakken. De lijn die deze vlakken verdeeld is 3 millimeter en rondom het speelveld is bovendien een witte lijn en die is 2 centimeter.

3.2 Bal

Een tafeltennisbal is hol van binnen en gemaakt van celluloid. Het materiaal is bovendien zeer dun en weeg slechts 2,7 gram! Toch is een tafeltennisbal niet slap, maar eerder hard en stabiel. Grappig feit is dat als er hard tegen de tafeltennisbal wordt geslagen, deze als het ware wordt ingedrukt. Binnen enkele duizendste van een seconde neemt de bal dan uiteraard zijn eigenlijke vorm weer aan.

Een officiële tafeltennisbal voldoet aan de volgende eisen van de ITTF (International Table Tennis Federation):

- Diameter: 40 mm - de bal moet bovendien volkomen rond zijn
- Kleur: wit, maar ook geel of oranje. De laklaag is mat, niet glanzend
- Gewicht: 2.7 gram
- Materiaal: kunststof (naadloos)
- Kwaliteit: Een 3 sterren aanduiding wijst op een top kwaliteit bal met betrekking tot o.a. stuiter-vermogen, hardheid en rondheid

3.3 Kleding

De kleding van de tafeltennisser moet een duidelijk afwijkende kleur hebben van de bal waarmee wordt gespeeld. Slechts de kraag en/of mouwen mogen die kleur of soortgelijke kleuren bevatten. Ook moeten

de spelers van verschillende teams duidelijk uit elkaar te houden tenues dragen voor zowel het publiek als de scheidsrechters.
Het tenue kan bestaan uit een shirt met korte of geen mouwen, een korte broek of rokje, sokken en zaalschoenen. De spelers in een competitiewedstrijd moeten een shirt dragen met op zijn minst het clublogo of de clubkleuren.

3.4 Batje

Tafeltennis wordt gespeeld met houten batjes. Deze kunnen ook materialen als glasvezel en carbon bevatten maar dit mag echter maar een bepaald percentage zijn van het totale frame.
Zie het batje als een tennisracket bij tennis. Het batje bestaat uit een handvat en een plat oppervlak dat aan allebei de kanten is voorzien van rubber. Dit rubber is ervoor bedoeld om het balletje effect mee te kunnen geven. Overigens verkiezen sommige spelers, met name Aziatische met een penhoudergreep, slechts één rubber. Wel dient dan de andere kant van het bat in de 'andere' kleur geverfd te zijn.
Er zijn een aantal soorten rubber op de markt: vlakke, platte rubbers en rubbers met noppen erop. Dan heb je hierin nog het onderscheid van de lange en de korte noppen. De lange noppen zorgen ervoor dat het effect van de tegenstander wordt omgedraaid en de korte noppen kunnen een verschillende uitwerking hebben. Ook zijn er rubbers die wel vlak zijn, maar een uitwerking hebben vergelijkbaar met lange noppen. Deze rubbers heten 'anti' rubbers.

Het was lange tijd een gewoonte dat spelers hun batjes kort voor de wedstrijd lijmde. Hierbij werd een speciale lijm kort voor de wedstrijd op het batje gesmeerd, wat de slagsnelheid beïnvloedde. Dit is echter sinds 2008 verboden, want de lijmdampen die hiermee vrijkwamen bleken ongezond te zijn.

4 Spelregels

4.1 Puntentelling

Het doel van het tafeltennisspel is de bal zo te raken/slaan dat de tegenstander de bal niet terug op jouw helft van de tafeltennistafel kan plaatsen. Als de tegenstander niet in staat is om de bal terug te slaan op de helft van de speler, dan krijgt die speler een punt. Andersom geldt dit uiteraard ook. Degene die het eerst 11 punten verzameld heeft, wint de game.
De uitzondering hierop is als de stand op een gegeven moment 10 tegen 10 is. Dan moeten er niet 1, maar 2 punten verschil in de stand zitten om de game te winnen. Degene die als eerste 3 games weet te winnen, wint de wedstrijd. Overigens kan het ook zijn dat een wedstrijd best of 7 wordt gespeeld, dan is het zaak om er als eerste 4 te winnen!

4.2 Service

De service is het begin van elke rally die wordt gespeeld. Om de 2 services mag de andere speler serveren.

Het begin van de service is een vlakke hand met het balletje op de handpalm. Vervolgens wordt de bal nagenoeg recht opgegooid tot op zijn minst 16cm hoogte. In de vlucht van de bal mag deze niet door dingen als je shirt of hand worden geraakt en ook de bal opgooien met effect kan en mag dus niet. Op het moment dat de bal weer naar beneden komt mag deze worden geslagen door de speler/serveerder. Als eerste stuit de bal op de eigen speelhelft en daarna op de helft van de andere speler. Raakt deze het net voor deze op de helft van de tegenstander landt, is het een netservice en mag deze overnieuw worden gedaan. Raakt de bal niet eerst de eigen helft en/of niet de helft van de tegenstander is het een punt voor de ander.
De service moet zodanig worden opgegooid en geslagen dat de bal ten alle tijden zichtbaar is voor zowel de scheidsrechter, die er mogelijk bij zit, en voor de tegenstander. Is dit niet het geval kan dit een waarschuwing opleveren. Gebeurt dit hierna nog een keer is het een punt voor de tegenstander.

4.3 Competitie

De indeling van de competities in Nederland:
Regionaal:
6e klasse-5e klasse-4e klasse- 3e klasse- 2e klasse- 1e klasse- 2e divisie regio-1e divisie regio
Landelijk:
3e divisie- 2e divisie- 1e divisie-eredivisie

De klasses bestaan vaak uit meerdere poules. In deze poules zitten teams van (mogelijk) verschillende clubs die dat niveau hebben.
Elk team speelt uit en thuis tegen elkaar. Deze wedstrijden worden met 3 tegen 3 gespeeld.
A+b+c tegen spelers x+y+z. Dit levert totaal 9 enkelwedstrijden op.

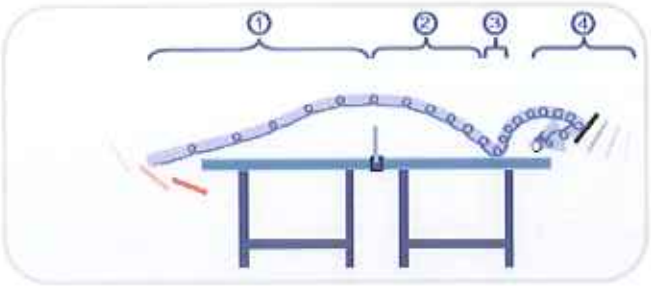
Hiernaast wordt er 1 dubbel gespeeld, waarbij eventueel een 4e speler uit een team mag deelnemen. Echter gebeurt dit niet vaak. Samen maakt dit 10 punten.
Een eindstand kan dus zijn: 7-3. In dit geval heeft het thuisspelende team 7 punten verkregen voor de competitiestand. Degene die aan het einde van alle uit en thuiswedstrijden de meeste punten heeft gewonnen gaat een klasse hoger spelen.

Voor de hoogste klassen/divisies, zowel regionaal als landelijk, bestaat nog een ander systeem. Hierin zitten 8 teams, deze spelen door middel van een loting, uit of thuis tegen elkaar. Na deze 7 wedstrijden gaan de bovenste 4 en onderste 4 in de poule, onderling uitmaken wie 1e,2e,3e en 4e worden en wie er 5e,6e,7e en 8e worden.

5 Slagen en effect

Bij het tafeltennis zijn vele slagen mogelijk. Het leuke van deze sport is dat behalve de slagen, er heel veel afhangt van verschillende soorten spin/effect.
Deze combinatie van snelheid, inzicht, plaatsing en effect zorgt ervoor dat het zo'n uitdagende sport is!
Bij het tafeltennis heb je net als bij tennis een voorhand en backhand slag. Echter hier draait het veel meer om de verschillende soorten spin/effect die je ermee geeft.
Hieronder een korte uitleg van de soorten effect die kunnen worden gegeven om het de tegenstander moeilijker te maken:

5.1 Backspin

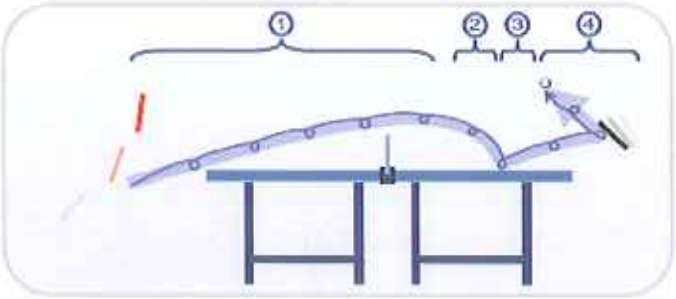


Bij backspin wordt het batje onder de bal doorgeschoven. Hierdoor krijgt de bal een draai die ervoor zorgt dat de bal iets afremt bij de stuiter. Als je deze bal aanraakt nadat je tegenstander dit effect heeft gegeven, gaat hij veel sneller naar beneden het net in.

Bij deze plaatjes is de persoon die de spin geeft het rode batje en de ontvanger het zwarte batje.

5.2 Topspin

Bij het effect topspin gaat het batje als het ware over het balletje heen als een soort aai-beweging.
De bal versnelt iets bij de stuit. Als de tegenstander deze aanraakt heeft de bal de neiging omhoog te gaan over de tafel heen.



5.3 Zijspin

Zijspin wordt geslagen door de bal via de zijkant te raken, vaak in combinatie met topspin.
Dit effect zorgt ervoor dat de bal naar de zijkant springt bij het opstuiten. Als de tegenstander deze aanraakt gaat de bal richting de buitenkant van de tafel en zo mogelijk ook naast de tafel!

5.4 Blokken

Naast de normale slagen waarbij een voorwaartse beweging wordt gemaakt is er in het tafeltennis ook het blokken. Hierbij wordt het batje stilgehouden vlakbij de stuiter van de bal. Deze 'slag' wordt vaak

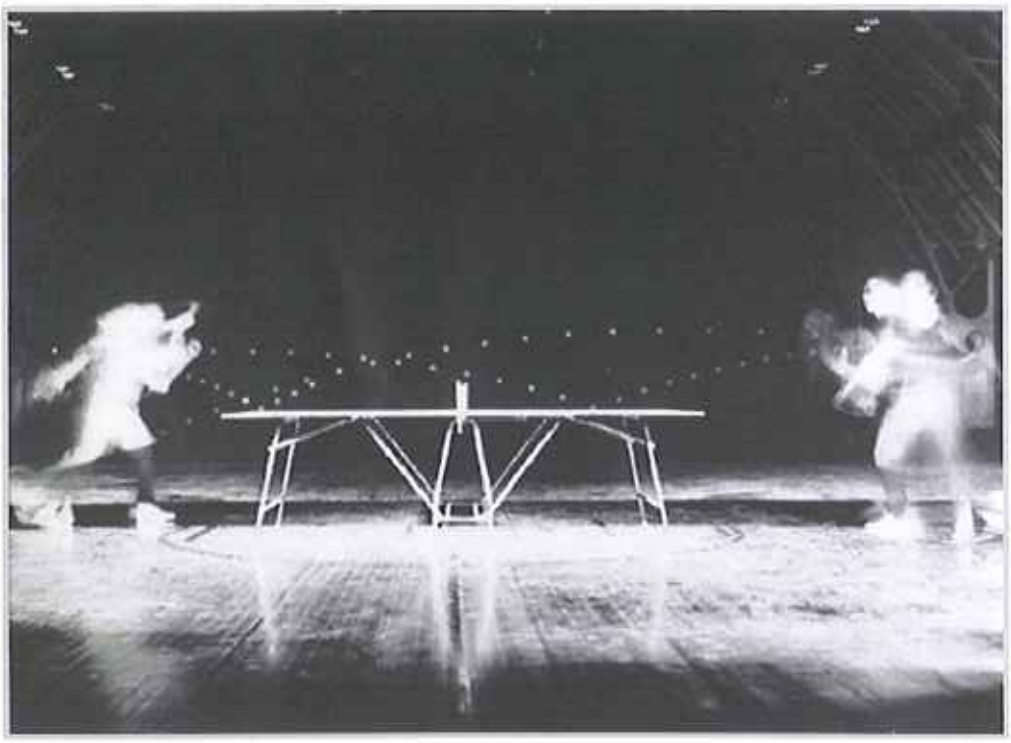
gebruikt als een bal hard wordt geslagen, met topspin of zijspin. Hierdoor heb je vaak meer controle over een harde bal en kun je de rally weer iets rustiger krijgen.

6 Feitjes over de sport

Wist je dat:

1. **Tafeltennis na voetbal de meest gespeelde sport ter wereld is!**
2. **Bij een perfect geslagen topspinbal draait de bal 3000 keer per seconde!**
3. **De bal een snelheid kan halen tot wel 145 kilometer per uur!**
4. **En dat deze soms nog worden teruggespeeld op reactie!**
5. **Een echte topspeler heeft een visueel reactievermogen nodig van slechts 1/100sec!**
6. **Tafeltennis heel goed voor de hand/oogcoördinatie is!**
7. **Je voor tafeltennis een verplaatsingssnelheid nodig hebt die in geen andere sport voorkomt!**
8. **Het is een sport met veel verschillende niveaus en daarom geschikt voor alle leeftijden**
9. **Om heel goed te worden moet je naast talent ook van jongs af aan zeer veel trainen!**
10. **Tafeltennis ook wel wordt omschreven als: ' Schaken tijdens de 100meter sprint' !**

Of ook wel, de meest veelzijdige sport die er bestaat voor alle leeftijden en niveaus!



7 Tafeltennisfilmpjes

Enkele mooie tafeltennis rally's:
http://www.youtube.com/watch?v=MQuR6lMJnLU&playnext=1&list=PL4891D9E0414E2C54
http://www.youtube.com/watch?v=OQQxkTRyeCc&feature=player_embedded

Tafeltennis: de techniek
Het voetenwerk:
vooral de zijwaartse bewegingen moeten worden getraind zodat dit ten alle tijden wordt gebruikt tijdens een rally!
http://www.youtube.com/watch?v=7hK4ifyMFvU&feature=related

De forehandslag: *Door licht te leunen op het achterste been, het maken van de slag gebeurd vooral door het draaien van het bovenlichaam.*
http://www.youtube.com/watch?v=CL6HmvhxIkk

De backhandslag: *Bij deze slag staan de voeten over het algemeen recht naast elkaar, de slag wordt hierbij meer gemaakt door de arm zelf.*
http://www.youtube.com/watch?v=Qgqir2OPazo

Tablestars, de basis van het tafeltennis voor de jeugd
http://www.youtube.com/watch?v=y1DnoRYRdq8

Wereldrecord van een 12 jarig meisje:
http://www.youtube.com/watch?v=fp0dd844oUU&feature=related

Overige links:

www.nttb.nl

www.tablestars.nl

www.tafeltennis.tv

http://twitter.com/#!/tafeltennis

http://nttb.hyves.nl

www.facebook.com → NTTB Tablestars