



الإرسال بوجه المضرب الأمامي

يؤدي وفق الوصف الفني التالي:

- يقف الطالب خلف الطاولة متخذاً وضع الاستعداد ويمسك بالمضرب مع المحافظة على زاوية المضرب عند الأداء بحيث يكون فوق سطح الطاولة وخارجه.
- ثني الركبتان قليلاً مع ميل الجذع إلى الأمام قليلاً وتكون إحدى القدمين متقدمة على الأخرى ويواجه الكتف الأيسر الشبكة.
- وضع الكرة باليد بحرية على راحة اليد المفتوحة والمنبسطة ويكون موضع الكرة خلف خط النهاية.
- تحريك المضرب خلفاً ثم أماماً بعد رمي الكرة عمودياً لأداء ضربة الإرسال والبداية بحيث تكون الحركة من المرفق.
- يؤدي ضربة الإرسال أما بشكل مستقيم أو قطري بكرات قصيرة أو متوسطة وطويلة.