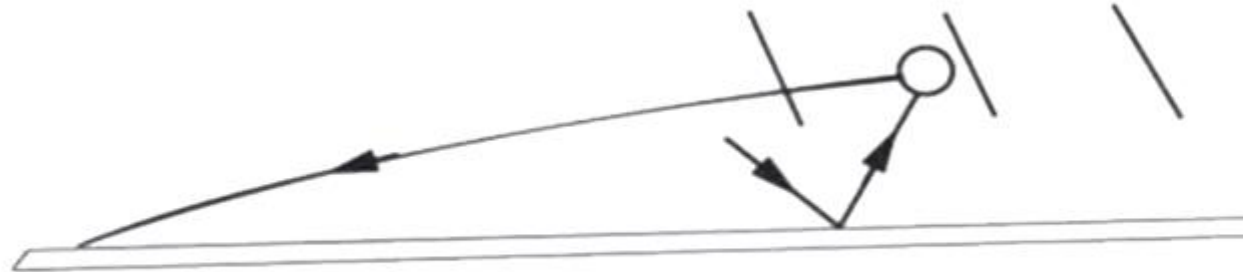




الضرب الساحقة الامامية بوجه المضرب

تؤدي المهارة وفق الوصف الفني الآتي:

- من الوقوف القدم اليسرى متقدمة على اليمين والكتف الأيسر باتجاه الطاولة.
- سحب اليد اليمنى للخلف بعد لمس الكرة سطح الطاولة ووجه المضرب مائلا للأسفل.
- ضرب الكرة عند وصولها إلى أعلى ارتداد لها.
- عند الانتهاء من الضربة تمتد الذراع للأمام باتجاه الكرة.
- نقل مركز ثقل الجسم من القدم اليمنى إلى اليسرى مع لف الجذع من اليسار لليمين.



الضربة الساحقة (لاحظ الاتجاه الأفقي للمضرب)