



# Pickleball

**Die neue Megatrend- Sportart aus den USA**

Ute Strakerjahn und Marco Höttinger

© WESTFÄLISCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin Wilson Head

---

---

---

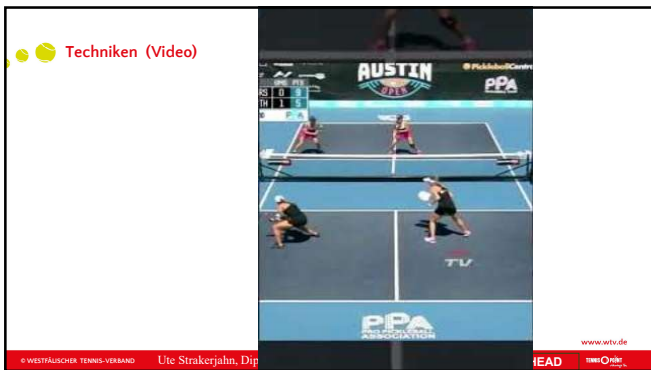
---

---

---

---

---



## Techniken (Video)

© WESTFÄLISCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dip HEAD

---

---

---

---

---

---

---

---



## Pickleball- Der Sport, der gerade die Welt erobert

Eine Einführung in das Spiel, die Regeln, Technik und Taktik

1. Was ist Pickleball?
2. Entwicklung in den USA, Europa, Deutschland
3. Wie sieht der Court aus?
4. Welches Material wird gebraucht?
5. Was sind die grundlegenden Techniken und Regeln?
6. Pickleball und Tennis?
7. Was bringt es für den Tennisverein und Trainer?

© WESTFÄLISCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD

---

---

---

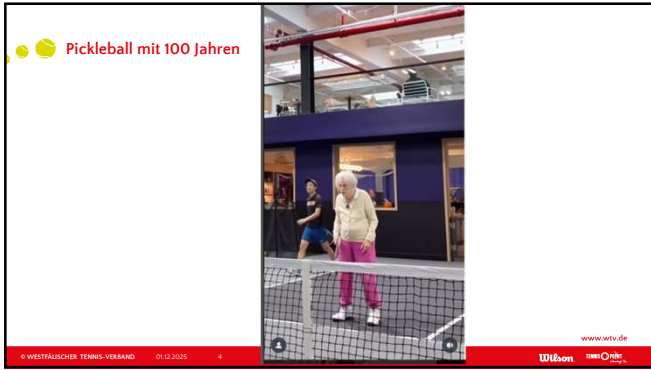
---

---

---

---

---




---

---

---

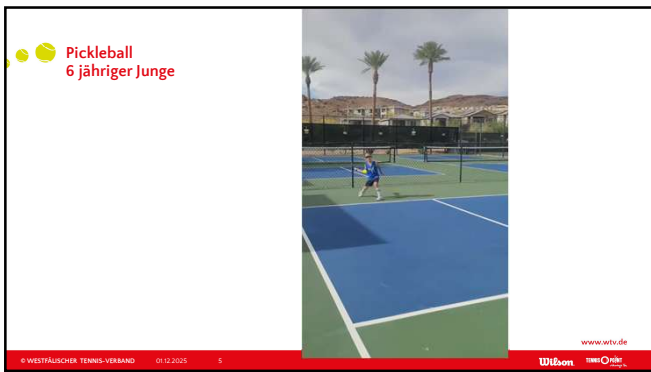
---

---

---

---

---




---

---

---

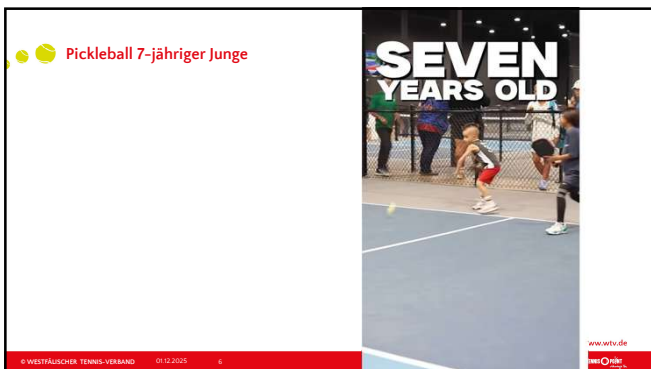
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---



Die neue Sportart, die seit 2025 unter dem Dach des DTBs angesiedelt ist:

Was ist Pickleball ?

- Ein Rückschlagspiel für 2 oder 4 Spieler mit einem Plastikball
- Mischung aus Tennis, Badminton und Tischtennis
- Indoor und Outdoor
- Einfach zu erlernen, einfache Regeln, ideal für Senioren, Kinder und Familien
- Meistens wird Doppel gespielt

= Gemeinschaftsgefühl, viele soziale Bindungen




www.wtfu.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin

HEAD

www.OnlyTennis.de

---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---


---

---


---

---

---



**VEOLIA AUSTIN SHOWDOWN**  
March 13-17, 2024  
The Hills Country Club - 26 Club Estates Pkwy., Austin, TX 78738  
[Register to Play](#) [Buy Tickets](#) [PPA Camps](#)



**CARVANA MESA ARIZONA CUP**  
February 20-25, 2024  
Bell Bank Park - 6321 S Ellsworth Rd, Mesa, AZ 85212  
[Register to Play](#) [Buy Tickets](#) [PPA Camps](#)

© WESTFÄLISCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl. Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD

---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

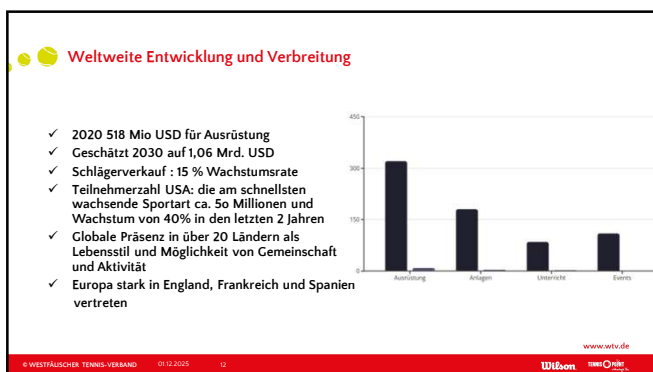
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

Infrastruktur: Plätze, Anlagen und Zugänglichkeit  
im Vergleich

USA	Deutschland
Über 10.000 dedizierte Plätze landesweit.	Etwa 300 Plätze, meist in Tennisanlagen.
Öffentliche Parks mit kostenlosen Courts.	Wenige dedizierte Einrichtungen.
Spezialisierte Pickleball-Zentren in Großstädten.	Hohe Nutzungsgebühren und begrenzte Verfügbarkeit.
Integrierte Anlagen in Wohnsiedlungen.	Wachsende Indoor-Angebote in Ballungszentren.

---

---

---

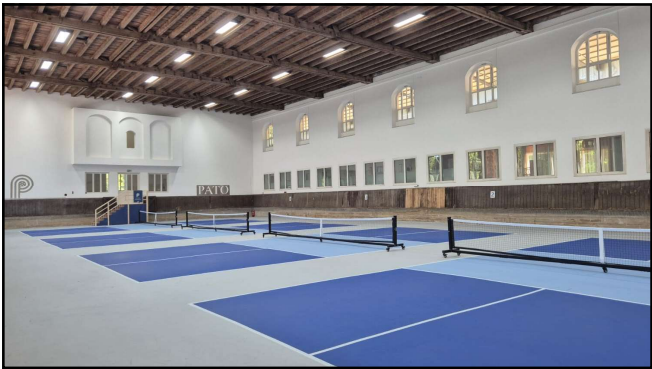
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

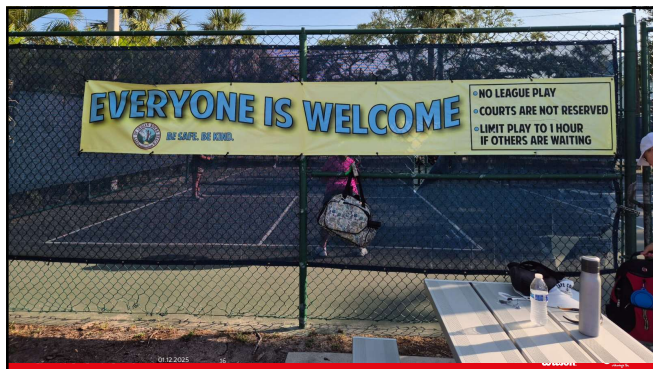
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

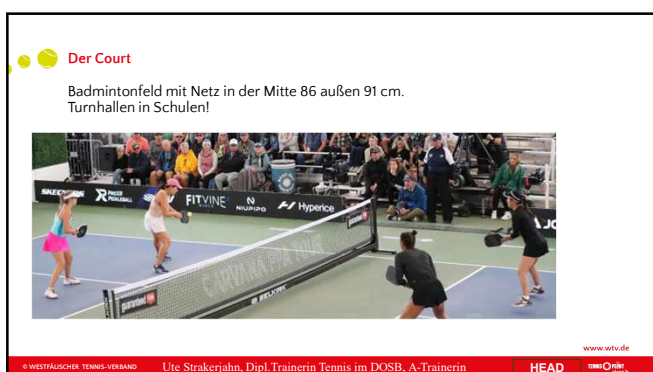
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

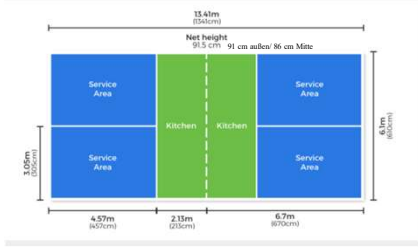
---

---

---



Der Court



www.wtfu.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

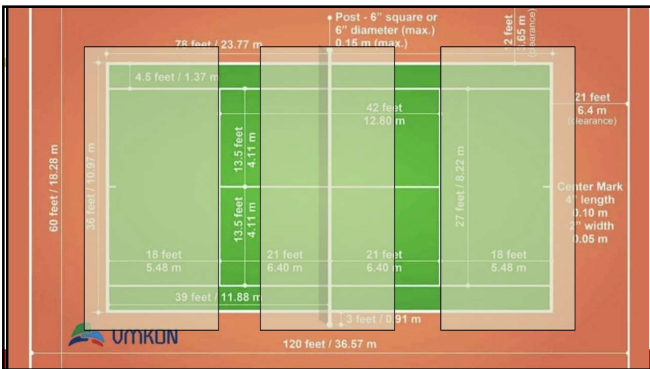
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

**Das Material**

- Paddel / Schläger aus Graphit, Kohle- Glasfaser, Holz
- Perforierter Plastikball mit 26 oder 40 Löchern (Indoor/ Outdoor)
- Platzoberfläche meistens Hardcourts (Asphalt/ Beton) , aber auch spezielle Oberflächen





www.wtf.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl. Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD

---

---

---

---

---


---

---

---

**Pickleball vs Tennis**

- Leicht zu erlernendes Rückschlagspiel
- Reduzierte Feldgröße, leichter zu beherrschendes Material
- Hand- Auge- Koordination
- Reaktion
- Ballgefühl
- Aktionsschnelligkeit
- Wettkampf in der ersten Stunde



www.wtf.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl. Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD

---

---

---

---

---

---

---

---

**Mitgliedergewinnung und Mitgliederbindung  
Umsetzung von Pickleball für Tennisvereine**

- Hoher Aufforderungscharakter
- Kooperation mit Schulen

Sehr geeignet für Schulsport / „Tennis ähnlich“ in der Schule (Badminton-Spielfelder bereits vorhanden)

- Platz- / Hallenkapazitäten füllen
- Neues Klientel ansprechen, was vielleicht später auch Tennis lernen möchte
- Alternative für Senioren (die ggfls zum Golf abwandern würden),
- Eigenständige Spielgruppen
- Eventuell Umsatzsteigerung für die Gastronomie

www.wtf.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl. Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD

---

---

---

---

---

---

---

---



### Mitgliedergewinnung und Mitgliederbindung Umsetzung von Pickleball für Trainer

- Hoher Aufforderungscharakter, sofort spielen
- Geeignet für Schulsport / „Tennis ähnlich“ in der Schule (Badminton-Spielfelder bereits vorhanden)
- Erweiterung des Kundenstamms
- Einführung eines Rückschlagspiels für Kinder und Jugendliche (Transfereffekte für Tennis)
- Trainerstunden erweitern um Pickleball
- Viele Übungen und Spielformen aus dem Tennis sind leicht auf Pickleball übertragbar

www.wtfu.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND

Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin

HEAD

www.wtfu.de

### Grundlegende Spielregeln

- Nur Aufschläger kann punkten, im Doppel haben beide Aufschläger jeweils einmal Aufschlagrecht
- Aufschlag diagonal von „unten“, Start von rechter Seite, nach gewonnenem Punkt von linker Seite
- Double-Bounce-Rule: Der Ball muss auf jeder Seite einmal aufspringen (Vorsicht Tennisspieler: kein Serve and Volley!)
- Non Volley Zone („kitchen“)
- Satz bis 11
- Spielstandansage vor jedem Punkt z.B. 5-2-1 (Score und 1. Aufschlagspieler/2.Aufschlagspieler)



www.wtfu.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND

Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin

HEAD

www.wtfu.de

### Jetzt geht es zur Praxis!

- Ball- und Schlägergewöhnung (Padel)
- Dinks : Dinks
- Vorhand / Rückhand von hinten
- Vorne / hinten (Dinks)
- Volleys / Topspinvolleys (Vorsicht bei Beinarbeit Volley im Tennis!)
- Aufschläge von unten (Drall?)
- Spiele / Matches
- King of the court (Wechsel nach links/ rechts ; Partner gehen auf jeweils unterschiedliche Seiten) Nach 10 Minuten Wechsel
- Choose your court (bei mehr Spielern als Plätzen), Padel am Netz in Reihe legen

www.wtfu.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND

01.12.2025

27

Wilson

www.wtfu.de

 **Mögliche methodische Umsetzung**

Einstieg für die Jüngsten: Low T-Ball

Einstieg für alle: Pickleball  
Play and Stay  
Tennis

Ergänzung zum Tennis: Pickleball / Paddle / Beachtennis

Alternative im Alter: Pickleball

www.wtfu.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD www.OnlyTennis.de

---

---

---

---

---

---

---

---



**Zukunftsperspektiven: Wachstumschancen und Herausforderungen für Pickleball**

Chancen Deutschland	Herausforderungen Deutschland
<ul style="list-style-type: none"> <li>Integration in Sportvereine</li> <li>Aufbau dedizierter Anlagen</li> <li>Förderung durch DOSB</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Geringe Bekanntheit</li> <li>Fehlende Infrastruktur</li> <li>Etablierte Konkurrenz-Sportarten</li> </ul>

www.wtfu.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD www.OnlyTennis.de

---

---

---

---

---

---

---

---



**Vielen Dank!**

www.wtfu.de

© WESTFÄLSCHER TENNIS-VERBAND Ute Strakerjahn, Dipl.Trainerin Tennis im DOSB, A-Trainerin HEAD www.OnlyTennis.de

---

---

---

---

---

---

---

---