

Lange termijn leerlijn onderhands serveren

- Rollen
- Slingeren met een stuit, met twee handen
- Slingeren zonder stuit over korte afstand, met twee handen
- Slingeren zonder stuit, met één hand
- Serveren vanaf een pion
- Serveren over korte afstand, uit de hand
- Serveren over het net, uit de hand
- Gericht serveren