

<b><u>Rückhandschupf</u></b>	<b><i>Stellung und Bewegung der Beine und des Rumpfes</i></b>	<b><i>Stellung und Bewegung von Arm und Schläger</i></b>
<b><i>Ausholphase</i></b>	Füße parallel zur Grundlinie! Körpergewicht ist gleichmäßig auf beiden Fußballen verteilt. Die rechte Schulter wird durch eine leichte Linksdrehung des Rumpfes nach vorne gebracht, dadurch steht dieser schräg zur Grundlinie des Tisches.	Der Schläger wird vor die linke Schulter gebracht.  Der Ellbogen bleibt vom Körper entfernt.  Das Schlägerblatt ist mehr oder weniger stark geöffnet.
<b><i>Schlagphase und Balltreffpunkt</i></b>  *** Besonders bei der Rückhand muss die Ballannahme zwischen der linken Körperseite (etwa linke Hüfte) und Körpermitte erfolgen. Deshalb muss man sich fast bei jedem ankommenden Ball in die richtige Stellung bringen.	<i>(Stellung gleich wie oben)</i>	Der Schläger wird nach vorne unten Richtung Netz geführt. Die Schlägerspitze beschreibt einen Viertelkreis. Der Ellbogen ist Drehachse der Bewegung. Der Ball wird tangential vor dem Körper (meistens) in fallender Phase getroffen.
<b><i>Ausschwungphase</i></b>	<i>(Stellung gleich wie oben)</i>	Der Schlag endet mit fast ausgestrecktem Arm dicht über der Tischoberfläche. Die Schlägerspitze ist zum Netz gerichtet.
		Sogleich Rückkehr in die Ausgangsstellung