

# TENIS STOŁOWY

Data: 08.02.2022

Temat: Doskonalenie długiego odbioru forehandem krótkiego serwisu z dolną rotacją.

Na filmiku pod poniższym linkiem zobaczycie poprawną technikę wykonania tego elementu:

<https://www.youtube.com/watch?v=j-jgHTBBxrQ>