

**Zeitschrift:** Pestalozzi-Kalender  
**Herausgeber:** Pro Juventute  
**Band:** 61 (1968)  
**Heft:** [1]: Schülerinnen

**Artikel:** Tischtennis : ein Sport für dich  
**Autor:** Kappeler, Andreas  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-986709>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

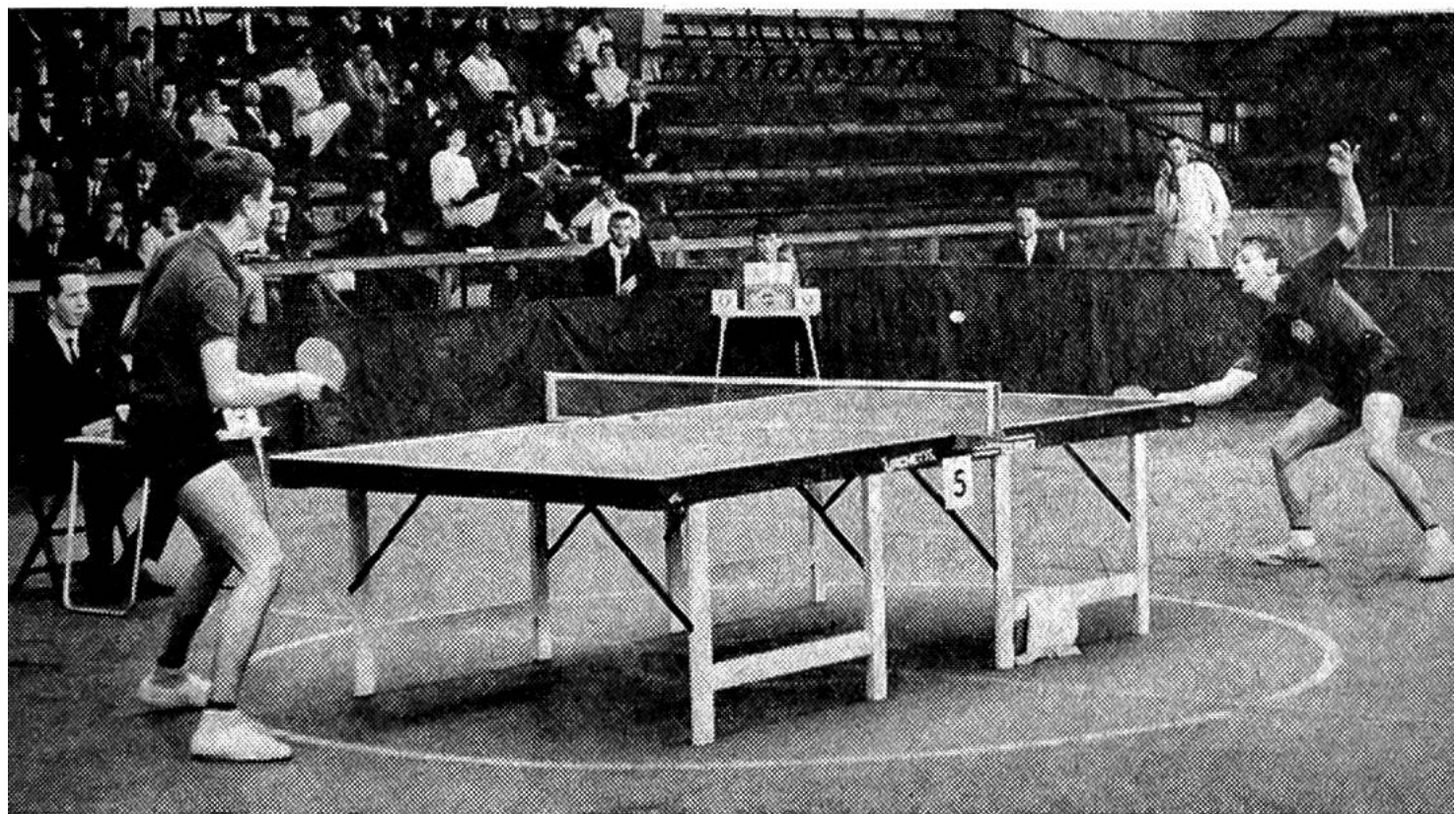
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

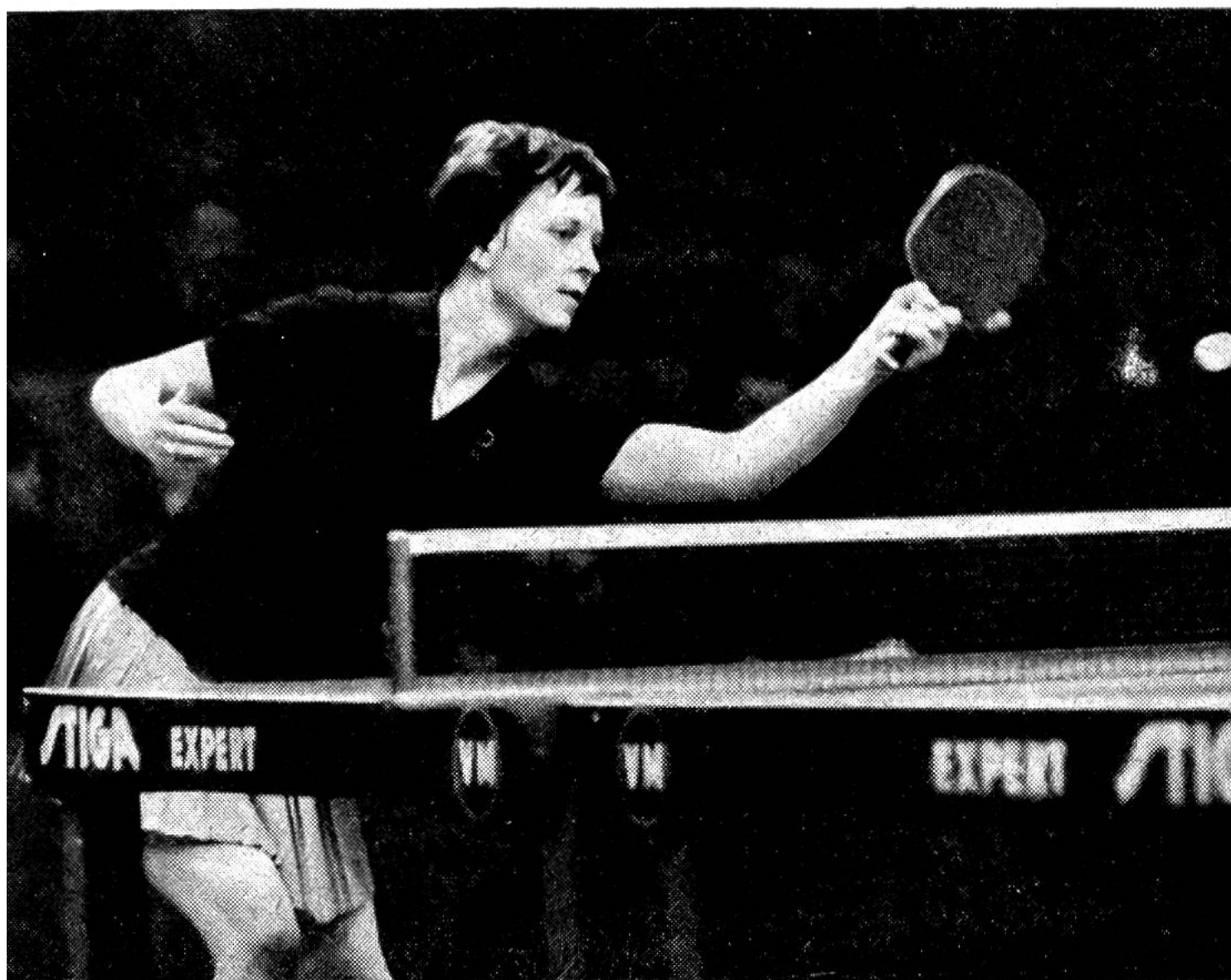


# Tischtennis — ein Sport für dich

Das Tischtennisspiel ist eine der beliebtesten Freizeitbeschäftigungen. Dabei ist dieser Sport ziemlich jung. Vor etwa 75 Jahren begann man in Amerika zum Zeitvertreib auf Tischen Tennis zu spielen. Mit der Erfindung des Zelluloidballes verbreitete sich dann das Spiel über die ganze Welt. In Europa wurde es zunächst unter dem Namen Ping-Pong bekannt, den man vom Geräusch des Aufschlagtones abgeleitet hatte. Was braucht man beim Tischtennis?

Das Tischblatt (Länge 274 cm, Breite 152 cm) soll sich 76 cm über dem Boden befinden. Die Oberfläche ist mit dunkelgrüner, matter Farbe bemalt, entlang den Kanten befinden sich die 2 cm breiten Grund- und Seitenlinien. Das Netz, das die Spielfläche in zwei gleich grosse Felder teilt, ist 183 cm lang und 15,25 cm hoch. Der kugelrunde Zelluloidball wiegt zwischen 2,40 und 2,53 Gramm. Die Schläger, die aus beliebigem Material bestehen, sind entweder mit bis 2 mm dickem Noppengummi oder mit zwei Schichten (innen Schaumgummi, aussen Noppengummi) von total 4 mm Dicke überzogen.

Die Aufgabe des Spiels ist es, unter Beachtung der Regeln den Tischtennisball so zu schlagen, dass der Gegner ihn nicht mehr erreicht oder zu einem Fehler verleitet wird. Beim Aufschlag wird der Ball aus der flachen Hand in die Luft geworfen und so geschlagen, dass er zuerst auf dem Spielfeld des Aufschlägers, dann auf dem Feld des Gegners aufschlägt. Der schlägt zurück. Man spielt, bis ein Fehler passiert. Trifft ein Spieler beim Aufschlag den Ball nicht, dann verliert er einen Punkt, da der Ball vom Aufwerfen an im Spiel ist. Berührt der Ball beim Aufschlag das Netz, so wird der Aufschlag, wenn er sonst korrekt gewesen ist, wiederholt. Immer nach fünf Punkten wechselt der Aufschläger, bis ein Spieler 21 Punkte erreicht und damit den Satz gewonnen hat. Wenn beide zwanzig Punkte erreichen, wird gespielt, bis einer zwei Punkte mehr als der andere hat, wobei der Aufschlag nach jedem Punkt wechselt. Nach jedem Satz wird der Platz gewechselt. Normalerweise wird auf zwei Gewinnsätze gespielt (2:0 oder 2:1). Ein Punkt wird verloren bei fehlerhaftem Aufschlag oder Rückschlag, wenn ein Spieler während des Spiels irgendwie das Netz berührt, die Spielfläche verschiebt oder mit der freien Hand berührt, wenn ein Spieler den Ball berührt, bevor dieser aufgeschlagen oder die Grund- oder Seitenlinien überschritten hat, wenn er einen solchen Ball direkt abnimmt, wenn der Ball zweimal hintereinander eine Spielfläche berührt oder zweimal hintereinander vom selben Spieler



Geschnittene Bälle sind besonders gefährlich!

getroffen wird. Ein Ball, der eine Kante seitlich berührt hat, bleibt im Spiel.

Ein Anfänger sollte schon zu Beginn richtig spielen. Dazu kann er in einen der zahlreichen Tischtennis-Klubs eintreten. Zumeist aber wird man sich nur zum reinen Vergnügen im Spiel mit dem kleinen Ball messen, der mit dem Geräusch «Ping-Pong» auf dem Tisch aufschlägt.

Andreas Kappeler