

Die Charakteristik der modernen Technik:

1. ALLE SCHLÄGE WERDEN IM BIOMECHANISCHEN OPTIMUM GESPIELT
2. STARKE VORDEHNUNG DER ARBEITENDEN MUSKULATUR WÄHREND DER AUSHOL-BEWEGUNG
3. OPTIMALE AUSNUTZUNG DER BODEN-REAKTIONSKRAFT
4. KÖRPERROTATION BEI ALLEN SCHLÄGEN
5. OPTIMALES GLEICHGEWICHTSVERHALTEN