

УУ 287
БИБЛИОТЕКА ПРОФСОЮЗНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ТЕННИС



ИЗДАНИЕ ЛЕНИНГРАДСКОГО ГУБЕРНСКОГО
СОВЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОЮЗОВ

1030

1

W 295
287

БИБЛИОТЕКА ПРОФСОЮЗНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Под общей редакцией Д. А. Крадмана

W 295
287

Е. О. КРЖИВИНСКИЙ

ТЕННИС

Техника, тактика и правила игры



ИЗДАНИЕ
Ленинградского Губернского Совета
Профессиональных Союзов
1925



2020247988

Ленинградский Гублит № 11834.

Тираж 5.000.

Тип. Р.-И.О. Ленинградского Губпрофсовета. Красная, 24. Зак. № 239.

Теннис—игра, в которой участвуют на равных условиях мужчины и женщины без различия возраста. Эта игра, протекающая на свежем воздухе, всесторонне развивающая, в которую на десятках тысяч площадок играют за границей миллионы трудового элемента, в СССР не имеет еще широкого распространения. Объясняется это тем, что теннис в России—молодая игра, а потому спортивный мир времен царского режима оставил в наследие очень ограниченное количество площадок, да и большинство коих за время гражданской войны пришли в негодность. Однако уже теперь, при всем ничтожном числе сохранившихся площадок, стремление и интерес к игре огромные. Пример—тысячи народа, посещавшие устроенное в Москве первенство СССР по теннису, на которое съехались игроки со всех сторон. А сооружаемые собственными силами молодежи примитивные—земляные—площадки, на которых, несмотря на неудобства, а также отсутствие ракет и хороших мячей, она предается этой игре, разве они не служат несомненным показателем всей потребности в таковой?

Можно предвидеть замечания, что теннис—«буржуазный спорт». Но это представление о буржуазности тенниса ложное—оно строится на том только, что в прежнее время рабочие теннисом не занимались. Теннис, в общем, не дороже и не сложнее

других видов спорта, уже признанных и вошедших в обиход, а между тем он содержит в себе массу незаменимых качеств.

За последнее время много написано по спорту, но нигде не упоминается о теннисе, за исключением книги Д. А. Крадмана «Массовые подвижные и спортивные игры», в коей изложены правила теннисной игры.

Для восполнения этого пробела, по поручению Межсоюзного Бюро физической культуры Ленинградского Губернского Совета Профессиональных Союзов, я изложил в настоящем кратком руководстве все самое существенное в теннисной игре. Питаю надежду, что эти строки принесут кое-какую пользу теннисистам, в особенности начинающим.

I.

Значение игры, как средства физической культуры.

Влечение к играм — явление общечеловеческое, а, следовательно, игры — потребность человека, удовлетворение коей является настоятельно необходимым. Игра — могучее орудие против подавленного настроения, угрюмости и застенчивости. Радость, веселье, увлечение и бодрость духа — обычные спутники игры. Игра захватывает не только участников, но и зрителей, которые, заинтересовавшись таковой, стремятся принять в ней участие. В игре, в виду этого, заключается огромная агитационная сила, толкающая широкие массы на путь физического развития. Какие лекции, какие разумные доводы личного участия в игре убедят рабочего, утомленного повседневной тяжелой работой, что спортивные и подвижные игры для него полезнее и ценнее, чем спокойное отдохновение! Наглядные примеры доказывают, что лица, утомленные продолжительным как умственным, так и физическим трудом, приняв участие в игре, вскоре забывают об усталости. В социальном отношении игры, объединяя игроков, развивают общественные начала, способствуют созданию и организации коллективов, защищая интересы коих, отдельные единицы приучаются отодвигать на задний план свои личные интересы и самолюбие. Игры, приучая к соблюдению правил, развивают

дисциплину и чувства справедливости и законности, являясь, вследствие этого, хорошей основой для воспитания гражданственности. В процессе игры психика не дремлет. Играя, все время приходится комбинировать, строить стратегические планы, помнить счет, наблюдать и запоминать различные удачные приемы хороших игроков и т. п. Ясно, что это служит толчком к развитию сообразительности, памяти, быстроты мысли, наблюдательности, решительности, самостоятельности, силы воли, самообладания, умения беречь свои силы, настойчивости и находчивости.

В гигиеническом отношении благотворное влияние игр несомненно. Игры развивают легкие, увеличивают размер грудной клетки, усиливают кровообращение, способствуют процессу обмена веществ. Игры, проводимые на свежем воздухе,—это дыхательная гимнастика, приводящая в движение не отдельные органы, а мышцы всего тела, усиливая приток к ним крови, с запасами кислорода, достигающая правильного всестороннего развития тела.

Особые преимущества тенниса. При наблюдении всевозможных игр, ярко бросается в глаза, что каждому полу, возрасту, а даже и отдельным племенам и народам, свойственны свои особые игры: в детские лошадки не станет играть взрослый и юноша, футбол же не по силам малышу, старику и пожалуй, женщине, а игры папуасов придется не по вкусу европейцу.

Имеются спортивные игры интернациональные: футбол, баскет-бол и теннис, которые завоевали симпатии жителей всех стран, но нет, кроме тенниса, ни одной игры, в которую бы играли дети, пожилые и даже старики обоего пола. Теннис—единственная игра, в которой свободно могут принять участие и стар и млад.

Спортсмены, которым стукнет лет 30 с хвостиком, а многие и раньше, чувствуют, что им тяжело

и даже вредно давать сильное напряжение, которое необходимо в том виде спорта или игры, каковыми они занимались, например: бег на 400 метров в легкой атлетике или полуторачасовая в футболе и 40-минутная в баскетболе напряженная, непрерывная беготня. В теннисе же нет этой опасности «завалиться» и нарушить здоровье, там чередуются бег, прыжки, подача и отдача мячей, подборание их по корту и вынужденный отдых в ожидании освобождения места для игры. Теннисисты готовы играть с перерывами целый день, что они и делают (в праздники, во время отпуска), пребывая в хорошие дни на площадках все свое свободное время, дыша чистым воздухом и подвергаясь благотворному действию лучей солнца. Прибавлю, что площадки ежедневно поливаются, прибираются и укатываются, так что пыли на них меньше, чем в других спортивных местах.

Теннис, подобно баскетболу, придает телу крепость, гибкость и стройную осанку, повышает трудоспособность и выносливость, тренирует мышечную и нервную систему, делает всякие движения, в том числе и трудовые, более энергичными, сильными, ловкими, красивыми и целесообразными, развивает навыки рук, органы чувств—слух, зрение (глазомер, меткость удара) и, как ни одна другая игра, удивительную координацию движений и действий, так необходимых во всяком труде. Вместе с тем доставляет достаточно и умственного напряжения, требуя постоянного внимания, наблюдательности и заставляя быть всегда на стороже, быстро оценивать свое и противника положения, быстро принимать решения, строить планы нападения и защиты. Так как в теннисе, как элементы, входят в должной мере: ходьба, бег, прыжки и метания, то ясно его ценное влияние на обмен веществ, на процессы дыхания и кровообращения. Иногда раздаются замечания, что теннис—игра односторонняя, так как только одна рука

принимает в ней участие. Но ведь имеются игроки, одинаково хорошо играющие любой рукой (можно начинающих приучать к этому) или перекидывающие ракету во время игры из одной руки в другую, в зависимости от удобства нанесения удара справа или слева, или наносящие некоторые удары обеими руками. Правда, таких очень незначительное количество, но у всех других слабая рука в процессе игры тоже не мертва, она собирает мячи, держит их, подбрасывает во время сервиса, или служит помощницей для поддержания корпуса в равновесии; последняя функция производится совершенно автоматически, когда рука с ракетой подается вперед для удара, другая сама отходит назад и наоборот.

В теннисе работает весь организм, начиная от мозга, глаз, ушей и кончая самой мелкой мышцей. Это станет ясным каждому, кто понаблюдает за теннисистом и увидит, какие только движения ему не приходится проделывать. Смотри изображение на обложке выигравшего первенство мира 1924 года Баротра. Тут и молниеносные старты, спринтерский бег, прыжки боковые, в длину и в высоту, отгибание корпуса при сдаче и «смэшах», чередующиеся с нагибанием вперед подбирать мячи, и разные боковые повороты и извороты туловища или чуть ли не распластывание на площадке, дабы дотянуться до мяча. Все тело трудится, и не укрыться от работы ни мышцам живота, ни зубчатым, ни дельтовидным, ни портняжным, ни грудино-ключично-сосковым; всем найдется применение, но зато сейчас же следует вознаграждение в виде свежей струи крови, насыщенной кислородом.

Краткие сведения о развитии тенниса. Из истории бытоописания жизни народов, между прочим, можно почерпнуть сведения, что время возникновения игр в мяч теряется в глубокой древности и что этим делом занимались все более или менее культурные народы.

Прототипом игры в теннис можно считать римские тригон и фоллис, при которых игроки, делившиеся на две партии, перебрасывали мячи с одной стороны площадки на другую. В 13 веке эта игра из Италии широко распространилась по Франции, Германии и Англии, в которой стала называться «теннис». Во Франции она сделалась самой излюбленной игрой под названием «jeu de raimes», под которую отводились крытые помещения. Всемирную историческую известность приобрела такая зала для игры в Версале, как место, где началась Великая Французская Революция, где собравшиеся народные депутаты дали клятву не расходиться, пока не добьются прочной конституции.

Вначале перебрасывали мяч ладонью, с 16 века стали употреблять для этой цели ракету круглой формы. Несмотря на свое древнее происхождение, игра в теннис в том виде, как применяется сейчас, собственно существует с 1877 г.—время розыгрыша первого соревнования в Англии по строгим, определенным правилам.

В Россию теннис проник вначале в среду иностранцев и затем лишь с девяностых годов завоевал себе права гражданства и начал распространяться.

II.

П л о щ а д к и.

**Различные
виды площа-
док.**

Место, ограниченное линиями определенной длины, служащее для игры в теннис, называется кортом или площадкой. Существуют различные виды площадок: бетонные, асфальтовые, цементные, травяные, деревянные или глино-песчаные.

На бетонных и цементных площадках вследствие их недостаточной эластичности ноги быстро утомляются; их практичнее всего изготовлять в тех ме-

стах, где предполагается разрешить играть в обуви с каблуками. Асфальтовые же во время жары делаются мягкими. Деревянные площадки пригодны лишь в крытых помещениях. Приятнее всего играть на травяных кортах, но они медленно высыхают после дождя и, кроме того, их очень трудно содержать в порядке.

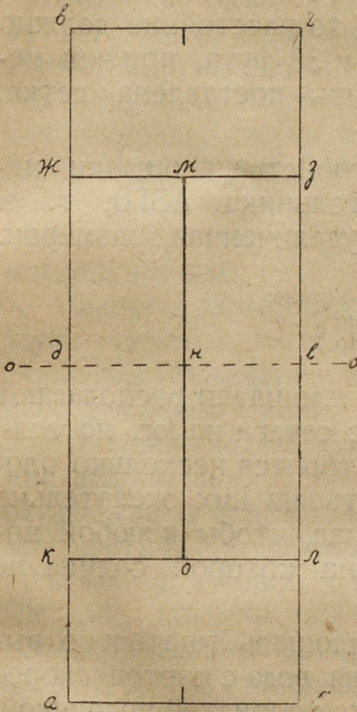
Наиболее распространенными являются глино-песчаные, описанием изготовления каковых я и ограничусь в дальнейшем.

План площадки.

Площадка имеет форму прямоугольника следующих размеров. При игре для *двух* игроков, (когда с каждой стороны по игроку) площадка должна быть 27 футов = 8 метров 23 сантиметра шириною и 78 футов = 23 метр. 77 сант. длиною, при чем делится по середине на две части сеткой. По концам площадки находятся задние линии параллельно сетке в 39 футах = 11 метр. 88,5 сант. от нее; концы этих линий соединены между собою боковыми линиями. По середине, между боковыми линиями и параллельно с ними, находится средняя линия. По каждую сторону сетки, на расстоянии 21 фута = 6 метр. 50 сант., параллельно с нею должны находиться линии сдачи (сервиса). Средняя линия обычно не отмечается между линиями сервиса и задними линиями, за исключением небольшой пометки, делаемой непосредственно перед задней линией, в том месте, где средняя пересекла бы заднюю, если бы она была продолжена за линию сервиса (см. чертеж № 1).

При игре для *трех и четырех* площадка шире, а именно 36 футов = 10 метр. 97 сант.; в других отношениях площадка сходна с описанной. Таким образом, чтобы получилась площадка для игры вчетвером, из площадки для игры вдвоем, необходимо лишь провести параллельно боковым линиям, на расстоянии $4\frac{1}{2}$ футов = 1 метр. 37 сант. от них, две новых линии (см. черт. № 2).

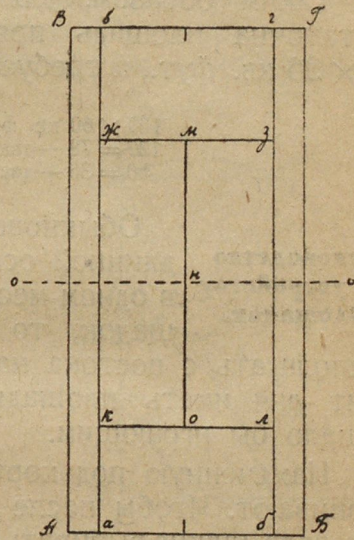
Обыкновенно строят площадки для игры вчетвером, так, как они пригодны и для игры вдвоем, если не считать коридоров. При игре же вчетвером отрезки линий $ак = вж = гз = бл$ никакого значения не имеют, линии же $кж$ и $лз$ служат боковыми линиями сдачи (сервиса). Так как во время игры мяч,



Чертеж 1.

Площадка для игры вдвоем.

$аб = вг = 27$ футов—задние линии.
 $ав = вв = 78$ » — боковые линии.
 $жз = ка$ —линии сдачи (сервиса).
 $mn = no = 21$ фут.—части средней линии.



Черт. 2.

Площадка для игры втроем и вчетвером.

$AB = BC = 36$ футов.
 $Aa = Bb = Cc = Gg = 4\frac{1}{2}$ фут.
 $Кж = лз = 42$ фута—боковые линии сдачи.
 Пространство, ограниченное линиями AB и AV , называется коридором.

упавший на задние и боковые линии, может отпрыгнуть еще на 12—15 футов, то, чтобы принять такой мяч, игрок должен иметь возможность свободно отбегать назад и вбок, а потому следует оставлять не

менее 21 фута свободного места в каждом конце площадки и 12 футов за боковыми линиями. Если две площадки расположены рядом, то следует оставлять между ними свободное место, шириною в 18 фут. Если же площадки лежат одна за другой, или конец одной упирается в бок другой, то расстояние должно быть соответственно 42 фута и 33 фута, при чем между площадками должна быть поставлена сетка, высоту не ниже 8 фут.

Таким образом, для устройства площадки недостаточна площадь прямоугольника АБГВ, т. е. 78×36 кв. фут., а требуется увеличенная, размером:

$$\begin{aligned} 120 \times 60 \text{ кв. фут., а именно:} \\ 120 &= 78 + \text{дважды по } 21. \\ 60 &= 36 + \text{дважды по } 12. \end{aligned}$$

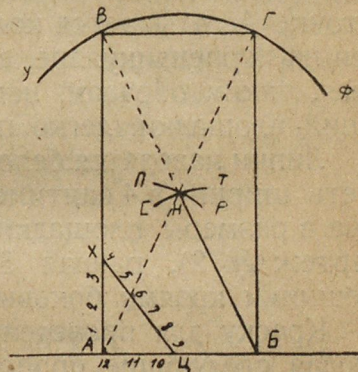
Руководство по устройству площадок. Обыкновенно площадки располагают длинной осью с севера на юг, но если в одном месте строятся несколько площадок, то часть из них желательно располагать с востока на запад, чтобы в любой момент дня иметь площадку, на которой солнце не мешало бы играющим.

Намеченную под корты площадь тщательно выравнивают. Чтобы после дождя вода с кортов скорее исчезала, нужно выбирать место с пористой подпочвой. После произведенной нивелировки места удаляют верхний слой почвы на глубину от 20 до 30 сант. Взамен насыпают на 7—10 сантиметров крупный щебень (годится строительный мусор), промежутки между каковым заполняют слоем мелкого, просеянного щебня. Следующий верхний слой составляется из смеси глины и песка с добавлением высевки, получающейся от просеивания строительного мусора. Поверхность площадки не нужно делать совершенно горизонтальной. Она должна от боковых линий делаться постепенно выпуклой к середине (приблизительно сантиметров на 10 выше по средней линии,

чем по боковым). Указанное делается для ускорения стока дождевой воды.

Подготовленную таким образом площадку нужно хорошо промочить, если материал был положен в сухом виде. Затем следует площадку начать укатывать тяжелым железным или каменным катком, как только она начнет просыхать. Укатывать нужно до тех пор, пока не получится вполне твердая и гладкая площадь, слегка выпуклая по средней (продольной) линии. В дальнейшем ее посыпают тонким слоем мелкого песка и вновь укатывают, при чем весь излишний песок, не сросшийся с площадкой, сметают мягкой метлой.

Теперь площадка готова, остается лишь приступить к проведению нужных для игры линий. Для этого назначают направление задней линии, на ней откладывают отрезок $AB = 36$ футов, и забивают колышки в точках А и Б. Из них, как из центров последовательно описывают дуги $ПР$ и $СТ$ радиусом $= AN = BN = 42$ фута $11\frac{7}{16}$ дюйма (см. черт. № 3).



Чертеж 3.

Из полученной точки Н пересечения дуг $ПР$ и $СТ$ описывают тем же радиусом дугу $УФ$, и в точках пересечения дуги с продолжением линий $АН$ и $БН$ устанавливают колышки В и Г, визируя их из точек А и Б через колышек Н. Разбивка остальных линий производится без затруднений, согласно размерам, указанным выше (см. черт. 1 и 2). Измерение линий нужно производить стальной рулеткой, так как простая рулетка поддается растяжению.

Другой способ разбивки площадки следующий: проводят прямую линию AB длиной 78 футов, как

боковую линию корта и из точки А восстанавливают перпендикуляр АВ, который должен указать направление задней линии площадки. Но как это сделать? Для этого нужно построить прямоугольный треугольник. Принимая во внимание, что стороны такого треугольника находятся в соотношении как 3, 4 и 5, нужно взять ленту и разделить ее черточками на 12 равных частей (напр., рулетка с делениями на футах). Начиная от точки А, где вбивается колышек, откладывают 4 фута ленты по линии АВ и ставят колышек Х, вокруг которого и поворачивают ленту и выпускают ее еще на 5 футов и в том месте, где придется это деление ленты, полученное путем натяжки всей ленты, концы которой придерживаются в точке А, втыкается колышек Ц, который расположен на перпендикуляре, восстановленном из точки А. Имея, таким образом, направления боковой и задней линий площадки, легко провести все остальные.

Линии наводятся белой краской *). Линии должны иметь ширину в 4 сантиметра. Эта ширина уже включена в размеры площадки, так что ширина площадки (чертеж № 2), равная 36 футам, считается между внешними краями боковых линий АВ и ВГ.

Краску для проведения линий готовят, соблюдая следующие пропорции: на 1 ведро воды берут 20 фунтов мела, 2 фунта столярного клея и 1 фунт конопляного масла. Эту смесь нужно варить, пока не получится краска достаточной густоты. Линии, начерченные краской, сравнительно быстро стираются, но возобновить их не требуется много времени, для каковой цели между намеченными колышками точками натягивается веревка, к ней приставляют трафарет, составленный из двух дощечек, отстоящих друг от друга на расстоянии 4 сант. и

*) Не рекомендуется вместо краски для обозначения линий пользоваться деревянными брусками, вделанными в землю, ибо кромки таких брусков очень быстро начинают выступать наружу и игроки легко могут за них задеть и упасть; мячи же, попадающие на торчащие бруски, изменяют при отскакивании свое направление.

соединенных между собой поперечными перекладинами. Полоска площадки, на которой чертится линия, должна быть предварительно очищена сухой кистью от песчинок, после чего, пользуясь трафаретом, накладывают краску, проводя кистью между дощечками трафарета. Когда нанесена часть линии, длиною в трафарет, последний переставляют и продолжают действовать подобным образом до тех пор, пока вся линия не будет начерчена.

Уход за площадкой. Нельзя разрешать играть на сырых, еще не успевших просохнуть после дождя площадках. Равным образом должна быть абсолютно запрещена игра в обуви с каблучками. Ежедневно после окончания игры площадки должны быть подметены мягкой метлой, политы водой и затем укатаны. Намокшие площадки не рекомендуется укатывать, так как при этом верхний мокрый слой площадки прилипает к катку и на укатанном месте образуется неровность.

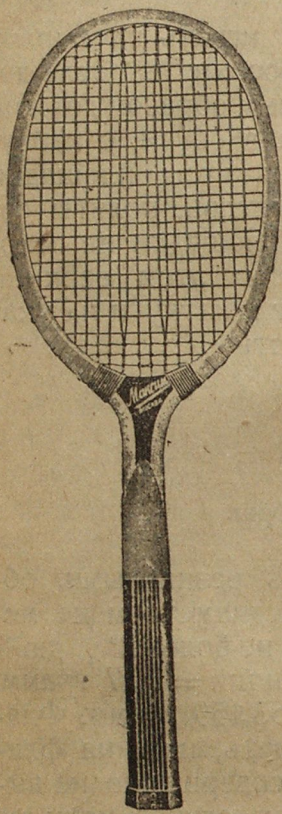
III.

Принадлежности игры.

Мячи. Мячи должны быть резиновыми, обтянутыми фланелью, диаметром не менее $2\frac{1}{2}$ дюйм. = 6,35 сантиметра и не более $2\frac{9}{16}$ дюйма = 6,51 сант. и не тяжелее 2 унций = 56,7 грамм, но и не менее веса $1\frac{7}{8}$ унций = 53,159 грамм. Фланель от резины не должна отставать, швы на фланели должны быть внутренними, совершенно не выделяющимися, так как в противном случае мячи не будут иметь абсолютную форму шара, а потому после удара о землю принимают совсем случайное направление. Предпочтительно белые мячи, как более заметные в игре; играть мячем красного цвета, а в особенности пестрым, очень неприятно (рябит в

глазах). Лучшие мячи английские, изготовляемые фирмой «Slazenger», с которыми успешно начинают конкурировать мячи завода «Красный Треугольник», выделка коих заметно улучшается из года в год.

Ракеты. Описывать ракету нет надобности, так как ее устройство станет ясным всем, кто ее увидит в натуре или на прилагаемом изображении № 4.



Изображение 4.
Теннисная ракета.

Ракеты выбираются соответственно силам. Не следует брать особо тяжелых. Для мужчины нужна ракета от $13\frac{1}{2}$ до $14\frac{1}{2}$ унций, для женщин достаточен вес 13— $13\frac{1}{2}$, для подростков и детей, конечно, значительно легче. Нужно избегать ракет с очень толстой ручкой. Такая ракета сильно утомляет кисть руки. После игры нужно, дабы охранять ракету от искривления, зажимать ее в специальный пресс. Надо помнить, что ракета не любит сырости. Струны должны быть натянуты до предела возможного. Сила нанесенного ракетой удара находится в зависимости от степени натяжки струн. Так как удары наносятся центром ракетки, то в середине струны натянуты гуще. Струны ракетки время от времени смазывают жировым веществом и покрывают лаком.

Лучшая ракета английского производства, хотя ракетки производства русских мастеров мало чем им уступают.

Сетки, столбы и щиты. Центральная сетка, разделяющая корт пополам, прикрепляется концами к вершинам двух столбов, отстоящих на расстоянии 3 футов = 91 сант. от боковых линий. Высота сетки составляет около столбов 3 фута 6 дюймов = 1 метр 7 сант., а в середине 3 фута. Для точного соблюдения этих условий следует пользоваться столбами с приспособлением для регулирования высоты сетки. Устройство этих столбов следующее. Один столб снабжен крепким крючком, к которому прикрепляется конец медного каната (троса), на котором держится сетка, на другом столбе имеется регулирующий аппарат—небольшой ворот, снабженный коленчатой ручкой и пружинящим крючком; при помощи этого аппарата канат сильно натягивается. Чтобы сетка имела в середине надлежащую высоту, пользуются особым регулятором, состоящим из ремня, перекинутого через середину сетки. Конец ремня прикрепляется к крючку, вделанному в землю. Ремень тянет сетку вниз и с помощью его можно придать сетке надлежащую высоту. При игре вдвоем на площадке, устроенной для игры вчетвером, нужно иметь еще особые подпорки, подставляемые под сетку в коридорах, для того, чтобы сетка имела в концах надлежащую высоту, именно $3\frac{1}{2}$ фута. Дело в том, что сетку над коридорами следует поднять, так как столбы у площадок, устроенные для игры вчетвером, отстоят от боковых линий, ограничивающих площадку для игры вдвоем, не на 3 фута, а на $3 +$ ширина коридора. Высота употребляемой для этого подпорки равняется высоте столба, т. е. $3\frac{1}{2}$ фута; подпорка состоит из доски с горизонтальной подставкой на одном конце и с закругленным вырезом, подпирающим сетку с другой. Эти подпорки ставятся в коридорах на тех местах, где должны были бы стоять столбы на площадке для игры вдвоем, т. е. на расстоянии 91 сант. от боковых линий сервиса.

Сама сетка, длиною 42 фута, шириною 3½ фута, изготовляется из просмоленных крепких веревок, при чем верхний край ее обшивается полосой из какого-либо белого материала шириною в 4—5 сант. Сетку на ночь и во время дождя следует снимать и хранить в сухом помещении. Как было уже указано выше, сзади боковых, на расстоянии 12 футов, и задних линий, на 21 фут, ставят проволочные сетки, дабы мячи не вылетали и не укатывались далеко. Если площадки расположены рядом, то между ними сеток обычно не ставят, а ограничиваются установкой невысоких, длиною приблизительно метра 2, заборчиков у задних сеток, чтобы мячи с одного корта не укатывались на другой. Нужно здесь еще упомянуть, что вдоль задних сеток устанавливаются щиты-доски, окрашенные в темный, лучше всего в зеленый, цвет, которые должны служить фоном, на каковом лучше заметны в игре мячи.

Заграницей во многих местах, во время дождя корты покрывают брезентом, чтобы после прекращения дождя сейчас же можно было без потери времени приступить к игре.

Обувь. Обувь, во избежание порчи площадок, должна быть непременно без каблуков. Лучше всего иметь туфли на резиновой тонкой подошве. Туфли должны быть легки, так как игрокам приходится очень много бегать и прыгать, а потому лишний вес к концу продолжительной игры дает себя почувствовать. Нужно помнить мудрое правило ходоков, что лучше нести за спиной лишний килограмм, чем на ногах грамм.

Туфли должны быть удобны, по ноге, и ни в коем случае не коротки. Если привыкнуть, то можно играть и босиком, но, конечно, при этом легко сорвать кожу на подошве, например, когда во время быстрого бега нужно резко остановиться.

Одежда. Одежда, подобно обуви, должна быть легкой. Так как играют очень много на солнце, то лучше всего употреблять на костюмы белый цвет, как рассеивающий лучи солнца. Обычный костюм теннисиста на корте: мужчины—брюки, без нижнего белья, и легкая рубашка с расстегнутым воротом и засученными рукавами; женщины—короткая, широкая юбка и блузка из легкой материи.

В последнее время указывают на желательность употреблять для игры мужчинам трусики с майкой или лишь одни трусики, женщинам—шаровары, без чулок и блузку безрукавку. Действительно, в таком костюме играть очень легко и приятно, и полезно, так как тело дышет и загорает. Но имеются и отрицательные стороны. Сильный удар, нанесенный мячом по голому телу (что неоднократно случается), вызывает жгучую боль. В случае падения, да еще с прокатом по корту, можно встать совсем без кожи. Костюм в значительной степени от этого предохраняет, а равным образом и от пыли. Вместе с тем нужно помнить, что вначале лета необходимо постепенно привыкать к солнцу, иначе получится ожог тела; между тем игрок в теннис пребывает на площадках на солнцепеке, если имеет к этому возможность, целый день то играет, то тут же сидит, дожидаясь своей очереди, и, конечно, получит без костюма опасные ожоги; вечером же, когда резко изменяется температура, а также к концу сезона (в сентябре—октябре), легко простудиться даже закаленному человеку, конечно не в процессе игры, а во время вынужденного перерыва в ожидании очереди.

IV.

Правила игры.

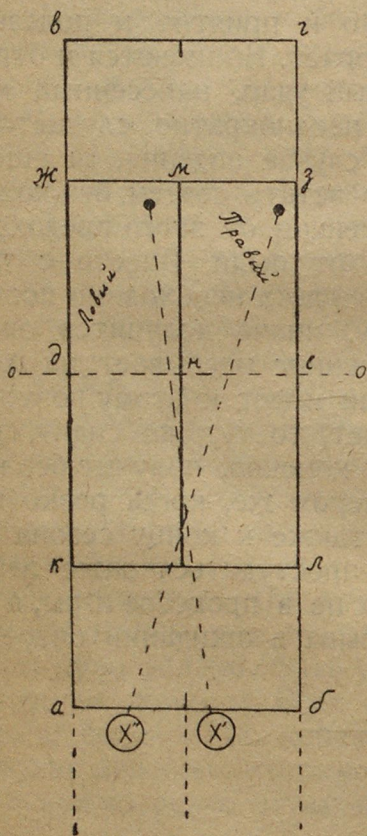
**Правила игры
для двух.**

Выбор стороны и подача мяча. Выбор стороны площадки и право сдавать или принимать в первой игре решается по жребию; при этом, если выигравший по жребию выберет право сдавать или принимать, то другому игроку предоставляется выбрать сторону, и наоборот: выигравший по жребию может предоставить первый выбор своему противнику.

Начало игры. Игроки должны находиться на противоположных сторонах сетки; игрок, сдающий мяч первым, называется сдающим (сервирующим), его противник — принимающим.

По окончании первой игры (гейм) принимающий становится сдающим, а сдающий — принимающим, и таким образом они чередуются в продолжении всех игр партии (сет).

Положение игрока при подаче. До начала сдачи сервирующий должен стоять обеими ногами за задней линией (вне площадки) и в пределах воображаемого продолжения средней и боковых линий [черт. 5, положения сервирующих обо-



Чертеж 5.

значены (X^I) и (X^{II}]); он не имеет права сдавать с разбега, шагая или прыгая. Во время сдачи игрок может поднять одну ногу (и затем при желании ее опять опустить) но с тем, чтобы до окончания сдачи нога находилась за задней линией (вне площадки). Кроме ступней любая часть тела, а также и ракета могут быть вынесены за черту.

Как производить подачу. Сдавать следует поочередно из правого и левого отделения, начиная в каждой игре с правого. Обычно принято, что сдающий подбрасывает мячик перед собою одной рукой, ракетой же, находящейся в другой, наносит удар по мячу, который должен упасть в прямоугольнике, ограниченном средней, боковой линией и линией сдачи и находящейся диагонально напротив отделения, из которого сдается мяч, или же может коснуться одной из названных линий (см. черт. № 5).

Пример: Если сдает игрок из точки X^I , т. е. справа, то мяч должен попасть в левый прямоугольник д ж м н, если из точки X^{II} , то в правый прямоугольник н м з е. Лишь при сдаче мяч должен попасть в столь ограниченный прямоугольник; в дальнейшем играть легче, так как игроки мячами должны уже попадать в гораздо большую площадь, а именно один в пределы прямоугольника д в г е, а другой в пределы а д е б, т. е. половину корта, расположенного за сеткой.

Ошибки при сдаче. Ошибками считаются: нарушение правила «о положении игрока при подаче»; сдача мяча не из надлежащего отделения; падение мяча вне указанного выше прямоугольника. Сдача считается состоявшейся, когда сервирующий хотя бы слегка прикоснулся к мячу ракетой. Промах по мячу при сдаче в расчет не принимается.

Неверно сданный мяч не должен быть принят.

После первой неправильной сдачи сервирующий вторично сдает из того же отделения, но если замечено, что первый мяч, по недосмотру, сдан не из того

отделения, из какого следовало, то для сдачи второго мяча сервирующий переходит в надлежащее отделение.

Заявление об ошибке при сдаче не принимается, если уже сделана следующая сдача.

При сервисе мяч не может быть отдан принимающим раньше, чем он коснется земли, хотя бы и было очевидно, что он упадет вне надлежащего прямоугольника.

Мяч не должен быть сдан, пока принимающий не готов. Если последний все-таки попытается принять мяч, то считается бывшим наготове. Если, однако, принимающий заявит, что он не готов, когда мяч уже сдан, но не успел еще коснуться земли, то сдача эта не считается за ошибку ни непринявшего, ни сервирующего, хотя бы мяч и сдан был им неверно. Удар этот аннулируется и переигрывается.

Мяч в игре. Мяч считается в игре с момента правильной подачи и перестает быть в игре:

а) когда принимающий взял мяч при сервисе с воздуха;

б) когда мяч не перелетел через сетку или упал вне площадки;

в) когда мяч коснулся одного из игроков, его одежды или какого-либо предмета, исключая ракеты, при нем находящегося;

г) когда мяч тронут ракетой игрока более одного раза сряду;

д) когда мяч окажется пойманным на ракету игроком, который подойдет к сетке и перебросит мяч через нее, так как это нельзя считать ударом;

е) если игрок бросит свою ракету в мяч, хотя бы мяч, вследствие этого упал в должное место.

Примечание. Разрешается переключивать ракету для производства удара из одной руки в другую, т. е. можно играть попеременно правой и левой рукой. Также допускается при ударе держать ракету обеими руками.

ж) когда мяч отбит прежде, нежели он перелетел через сетку;

з) если мяч коснулся земли, не долетев до сетки;

и) когда мяч коснулся земли два раза подряд на любой стороне сетки, хотя бы во второй раз и вне площадки.

Удар переигрывается. Удар в счет не принимается и переигрывается:

а) если мяч при сдаче тронет сетку (случается, что таких мячей переигрывают несколько подряд);

б) если мяч сдан (хотя бы и неправильно), когда принимающий еще не готов (см. правило на предыдущей странице).

в) если игрок встретит препятствие, которого не мог предвидеть, за исключением случая, когда препятствием является предмет, постоянно находящийся на месте; такими препятствиями считаются: скамьи и стулья, находящиеся около площадки, занимающие их лица, а также судьи на вышке и на линиях; если во время игры мяч тронет постоянный предмет около площадки (кроме сетки и столбов), перед тем, как коснуться земли, очко потеряно; если это случится после прикосновения к земле, удар считается.

Примечание. Удар не в счет не отменяет бывшей перед тем неправильной сдачи.

г) если судья ошибочно скажет «ошибка» и сейчас же, поправляясь, обьявит «играйте» или «правильно», и игрок не отобьет мяча.

Удар считается правильным в следующих случаях:

а) если мяч, хотя и тронет сетку или столб, но перелетит через них и упадет внутри площадки;

б) если игрок, отдав перелетевший через сетку мяч, занесет ракету по ту сторону сетки;

в) если сданный или отданный мяч упадет в правильное отделение и затем, вследствие вращения или от ветра, перелетит обратно через сетку, и игрок нагнется через сетку и ударит по мячу, при условии

что ни он, ни его одежда или ракета не коснулись сетки;

г) если отданный мяч перелетит вне пространства между двух столбов, либо выше, либо ниже уровня сетки, и упадет в надлежащее отделение площадки, хотя бы тронув столб;

д) если игроку удастся отбить мяч, который попал в другой мяч, лежащий на корте.

Когда игрок теряет очко. Любой из игроков проигрывает удар: если мяч во время игры тронет его, его одежду, или какой-либо предмет при нем находящийся, кроме ракеты; если игрок, отбивая мяч до прикосновения его к земле, отдаст его неправильно, независимо от того, стоял ли он внутри или вне площадки; если игрок ударит по мячу ракетой более одного раза подряд; если игрок поймает мяч на ракету и подержит его на ней, хотя бы пустячный промежуток времени, и затем сбросит мячик через сетку; если игрок бросит свою ракету в мяч, хотя бы последний и упал затем в надлежащее место; если игрок или его ракета (будь она в руке или нет) тронут сетку, какое-либо из ее укреплений или землю внутри площадки противника, пока мяч в игре; если игрок отдаст мяч с воздуха прежде, чем он перелетел через сетку.

Когда очко засчитывается в пользу сдающего. Сдающий выигрывает очко за удар:

а) если противник примет мяч до соприкосновения его с землею;

б) если противник не отобьет сданного мяча или мяча в игре, кроме мяча не в счет (см. правило «удар переигрывается» на стр. 23).

в) если противник отдаст мяч так, что он упадет вне линий, ограничивающих площадку, по другую сторону сетки;

г) если противник потеряет очко, согласно указанному выше правилу.

Когда очко засчитывается в пользу принимающего. Принимающий выигрывает очко: если противник при подаче мяча сделает две последовательных ошибки или не отобьет находящегося в игре мяча или отдаст его неправильно или пошлет его так, что он упадет вне пределов площадки, по другую сторону сетки или проиграет удар, согласно правилу (смотри: «когда игрок теряет очко»).

Счет очков в игре. После выигрыша первого очка одним из игроков считается 15 в его пользу, после выигрыша второго очка тем же игроком считается 30 в его пользу; после же выигрыша им третьего очка считается 40 в его пользу—при этом не требуется выигрыша рядовых очков; заработок игроками очков может чередоваться, напр., счет последовательно может сложиться так: вначале у обоих игроков (назовем их А и Б) по нулю, затем

у А + 15	у Б + 0
у А + 15	у Б + 15
у А + 15	у Б + 30
у А + 30	у Б + 30

Четвертое очко дает счет 50 и выигрывает игру—гейм, но если оба игрока заработали по три очка, т. е. счет у обоих по 40, то игра считается «поровну» или «ровно» и следующее очко считается «преимуществом» игрока, добывшего его, но не делает еще выигрыша гейма—игры. И если только тот же игрок заработает и следующее очко, то он выигрывает и игру; если же он потеряет следующее очко, то счет снова становится «поровну» и т. д., пока один из игроков не выиграет двух очков подряд после «ровно», чем и достигнет выигрыша гейма—игры.

Выигрыш партии (сэт). Выигравший первым шесть игр выигрывает партию (сэт), но если оба игрока имеют по 5-ти геймов (подобно счету очков, указанному в предыдущем правиле), то игра считается поровну и следующая выигранная одним из игроков игра дает ему лишь преимущество. Если тот же

игрок заработает еще одну следующую игру, то он выиграл и партию, если же потеряет игру, то опять счет—«поровну геймов» и т. д., пока один из игроков не выигрывает двух игр подряд после счета «поровну», чем и выигрывает партию.

Примечание. — Игроки могут согласиться между собой кончать партию выигрышем одного гейма после счета «поровну».

Перемена игроками сторон площадки. Игроки должны обмениваться сторонами (это правило принимается для уравнивания шансов игроков, так как одному может мешать солнце, другому встречный ветер и т. п.) после первого, третьего и всех последующих нечетных геймов партии, а также и после каждой партии, если таковая закончилась после нечетного гейма. Однако же игрокам, по взаимному на то соглашению, если они играют ряд партий, при осведомлении о том судьи до начала второго гейма, разрешается вместо обмена в конце каждого нечетного гейма обмениваться сторонами лишь после каждого целого сэта (т. е. игроки целую партию—сэт играют каждый на своей стороне), кроме последнего, если таковой придется нечетным, в котором игроки обязаны меняться сторонами по окончании каждого нечетного гейма этого сэта.

Примечание. Обязательство меняться сторонами применяется, конечно, только во время состязаний.

Когда играют ряд партий, то игрок, бывший сдающим в последней игре какого-либо сэта, становится принимающим в первой игре следующего.

Все описанные выше правила относятся также и к играм для трех и четырех игроков, но лишь на расширенной на $4\frac{1}{3}$ фута с каждой стороны, т. е. на ширину коридоров, площадке (см. черт. 2)

**Правила игры
для трех и че-
тырех.**

Порядок сдачи. При игре втроем игрок, играющий один, сдает через каждую игру.

При игре вчетвером пара игроков, имеющая право сдавать в первой игре, сама решает, который из партнеров будет сдавать, а противная сторона пользуется этим правом во второй игре. Партнер игрока, сдающего в первой игре, сдает в третьей, а партнер игрока, сервирующего во второй игре, сдает в четвертой и т. д. в том же порядке во всех последующих играх партии.

Игроки должны принимать сервируемый мяч поочередно в каждом гейме; игрок не имеет права ни сдавать, ни принимать мяч при сервисе взамен своего партнера; порядок сдачи и отдачи мяча, раз установленный, не может быть изменен, а принимающие не имеют права до окончания сета меняться между собою выбранными ими для принятия сдачи местами.

Откуда и куда производить подачу. Сервирующий должен стоять за задней линией в пределах воображаемого продолжения средней и боковой линии (т. е. включая коридоры) и сдать мяч в то же самое диагонально противоположное отделение, как и при игре вдвоем.

Ошибки. Считается ошибкой, если сдающий или отбивающий мяч во время игры заденет таковым своего партнера, его одежду или какой-либо находящейся при нем предмет (включая ракету). Если же мяч, как при сервисе, так и в игре, заденет кого-либо из противников, то очко выигрывается.

Если игрок сдает не в очередь, судья, когда обнаружится ошибка, обязан приказать сдавать игроку, которому следовало, но при этом считаются все сыгранные удары и всякие ошибки до момента обнаружения неправильной сдачи. Если игра-гейм кончится до того, как ошибка замечена, то партнер игрока, сдавшего не в очередь, должен сдавать в последующей игре и т. д. в том же намеченном порядке.

Гандикап. В соревновании в беге, на велосипеде, в гребле и других видах спорта, чтобы уравнивать шансы неодинаковых по силам участников, дают слабому вперед расстоянием или временем, например: хороший бегун бежит всю дистанцию 400 метров, другой же бегун, получающий вперед 25 метров, пробегает лишь 375 метров. В теннисе выравнивание—гандикапирование сил игроков производится дачею вперед очков. Приведу пример: худший игрок получает от лучшего во всех геймах сэта очко, т. е. считается как будто им уже выигран в каждом гейме первый удар и у него счет 15, а у лучшего 0; так же может быть получено вперед во всех геймах 30 (два очка) и 40 (три очка). Это ясно и просто, но сплошь и рядом нужно более тонко уравнивать силы играющих, именно вполне достаточно худшему получать счет 15 не во всех шести геймах, а лишь в трех, то в таком случае говорят игрок получает вперед $+3/6$ пятнадцати (если получает в двух геймах, то обозначают $+2/6$ пятнадцати и т. п.). Сейчас укажу, как этот гандикап в размере шести распределяется по геймам. Очки «получаются вперед» (очки плюс) в каждой группе шести игр, начиная с четных, т. е. получающий $1/6$ получает одно очко (счет 15), во второй игре каждой группы шести игр; получающий $2/6$ —во второй и четвертой играх-геймах, получающий $3/6$ —во второй, четвертой и шестой. По использовании четных игр, очки получают вперед, кроме того, в нечетных играх, начиная с первой, т. е. получающий $4/6$ получает вперед очко ($1/6$) сверх $3/6$ (как указано выше) еще в первой игре каждой группы шести игр; получающий $5/6$ —сверх $3/6$ еще в первой и третьей играх.

Следующая таблица (см. стр. 29) показывает, в каком порядке получают очки.

Пример: игрок $+1/6$ пятнадцати ничего не получает в 3-й и 5-й играх, а в 1, 2, 4 и 6 играх сэта получает по $+15$.

		И Г Р Ы.					
		1-я.	2-я.	3-я.	4-я.	5-я.	6-я.
Плюс $\frac{1}{6}$ пятнадцати	$(+\frac{1}{6})$. . .	—	15	—	—	—	—
» $\frac{2}{6}$ »	$(+\frac{2}{6})$. . .	—	15	—	15	—	—
» $\frac{3}{6}$ »	$(+\frac{3}{6})$. . .	—	15	—	15	—	15
» $\frac{4}{6}$ »	$(+\frac{4}{6})$. . .	15	15	—	15	—	15
» $\frac{5}{6}$ »	$(+\frac{5}{6})$. . .	15	15	15	15	—	15

Примечание. Таблица не показывает более шести игр, так как в следующих играх сэта (если таковой не окончится в шесть, а в большее количество игр) очки вперед повторяются в том же порядке.

Указанные дробные очки могут быть получаемы сверх нижеследующих очков вперед: + 15—одно очко, получаемое вначале каждой игры партии; + 30—два очка; + 40—три очка.

Пример: игрок получает 15 и $\frac{2}{6}$ пятнадцати. Это означает, что во всех геймах он имеет + 15, а во втором и четвертом, согласно таблице, еще по 15, т. е. в означенных геймах получает + 30.

Всех игроков, получающих вперед, можно разделить следующим образом:

Класс	0	—	нуль		0
»	I	—	получает	одну шестую 15-ти	$(+\frac{1}{6})$
»	II	—	»	две шестых 15-ти	$(+\frac{2}{6})$
»	III	—	»	три шестых 15-ти	$(+\frac{3}{6})$
»	IV	—	»	четыре шестых 15-ти	$(+\frac{4}{6})$
»	V	—	»	пять шестых 15-ти	$(+\frac{5}{6})$
»	VI	—	»	15	(+15)
»	VII	—	»	15 $+\frac{1}{6}$ 15	(+15.1)
»	VIII	—	»	15 $+\frac{2}{6}$ 15	(+15.2)
»	IX	—	»	15 $+\frac{3}{6}$ 15	(+15.3)
»	X	—	»	15 $+\frac{4}{6}$ 15	(+15.4)
»	XI	—	»	15 $+\frac{5}{6}$ 15	(+15.5)
»	XII	—	»	30	(+30)
»	XIII	—	»	30 $+\frac{1}{6}$ 15	(+30.1)
»	XIV	—	»	30 $+\frac{2}{6}$ 15	(+30.2)
»	XV	—	»	30 $+\frac{3}{6}$ 15	(+30.3)
»	XVI	—	»	30 $+\frac{4}{6}$ 15	(+30.4)
»	XVII	—	»	30 $+\frac{5}{6}$ 15	(+30.5)
»	XVIII	—	»	40	(+40)

При встрече двух игроков, получающих очки вперед, игрок, получающий меньше вперед, начинает с нуля. Число очков, получаемое другим игроком вперед, определяется следующим образом:

1) Если оба игрока получают менее $15 \cdot 4$, то они играют при разнице между получаемыми ими вперед очками.

Пример: игрок А получает $+ 15 \cdot 3$, а игрок Б $+ 2/6$, то вычитая $2/6$ из $15 \cdot 3$ [$15 + 3/6$ 15-ти] получаем $15 + 1/6$ 15-ти [$+ 15 \cdot 1$] и, следовательно, игрок Б начинает с нуля, а игрок А получает $+ 15 \cdot 1$.

2) Если он состоит в классе X—XVIII, число очков определяется по прилагаемой таблице I дифференциального гандикапа. Римские цифры этой таблицы налево от горизонтальных столбцов показывают классы игроков, начинающих с нуля; римские цифры над вертикальными столбцами—классы игроков, получающих очки вперед. Очки показанные в отделении, в котором оба столбца пересекаются, получают игроком, которому назначено больше очков, чем его противнику.

Пример: игрок Д получает $+ 15 \cdot 3$ (класс IX), а игрок Е $+ 30 \cdot 1$ (класс XIII). Нужно взять горизонтальный столбец, во главе которого показан класс игрока Д, и вертикальный столбец, во главе которого показан класс игрока Е. Число очков в отделении, где эти столбцы пересекаются, а именно $+ 15$, получается игроком Е, игрок же Д начинает с нуля.

Когда разница в очках между лучшим и худшим игроками очень значительна (более $+ 30$), представляется желательным уравнивать игроков таким образом, чтобы лучшие игроки давали очки вперед, т. е. стояли не на нуле, а меньше нуля (например—15). Такому игроку, чтобы добраться до счета 0 (нуль) из отрицательного числа—15, необходимо выиграть удар (очко) в каждом гейме сэта; игроку же, стоящему на—2/6, нужно заработать по очку лишь в двух геймах сэта и т. п. Но порядок распре-

Таблица дифференциального гандикапа I.

Очки *получаются* вперед (плюс).

	X 15.4	XI 15.5	XII 30.	XIII 30.1	XIV 30.2	XV 30.3	XVI 30.4	XVII 30.5	XVIII 40.
I .1	15.3	15.4	15.5	30.	30.1	30.2	30.3	30.4	30.5
II .2	15.3	15.4	15.5	30.	30.1	30.2	30.3	30.4	30.5
III .3	15.2	15.3	15.4	15.5	30.	30.1	30.3	30.4	30.5
IV .4	15.1	15.2	15.3	15.4	30.	30.1	30.2	30.3	30.4
V .5	15.	15.1	15.2	15.4	15.5	30.	30.1	30.3	30.4
VI 15. .5	15.1	15.2	15.3	15.4	15.5	30.1	30.2	30.3	30.4
VII 15.1	.4	.5	15.	15.2	15.3	15.4	30.	30.1	30.3
VIII 15.2	3.	.4	.5	15.1	15.2	15.4	15.5	30.1	30.2
IX 15.3	.2	.3	.4	15.	15.2	15.3	15.5	30.	30.1
X 15.4		.1	.3	.5	15.	15.1	15.3	15.5	30.
		XI 15.5	.1	.3	.5	15.	15.2	15.4	15.5
			XII 30	.2	.4	.5	15.1	15.3	15.4
				XIII 30.1	.2	.3	.5	15.1	15.3
					XIV 30.2	.2	.4	15.	15.2
						XV 30.3	.3	.5	15.1
							XVI 30.4	.2	.4
								XVII 30.5	.2

деления этих (—) минус шестых по геймам не совпадает с указанным выше размещением (+) плюс шестых, а именно: очки «даются вперед» (очки минус) в каждой группе шести игр, начиная с последних

нечетных игр, т. е. дающий 1/6 дает очко в пятой игре каждой группы шести игр; дающий 2/6—в пятой и третьей играх; дающий 3/6—в пятой, третьей и первой играх.

По использовании нечетных игр, очки даются, начиная с последних четных игр, т. е. дающий 4/6 дает очко, сверх 3/6, в шестой игре каждой группы шести игр, а дающий 5/6—в шестой и четвертой играх.

Следующая таблица показывает, в каком порядке даются очки.

	И Г Р Ы.					
	1-я.	2-я.	3-я.	4-я.	5-я.	6-я.
Минус 1/6 пятнадцати (—1/6) . .	—	—	—	—	15	—
» 2/6 » (—2/6) . .	—	—	15	—	15	—
» 3/6 » (—3/6) . .	15	—	15	—	15	—
» 4/6 » (—4/6) . .	15	—	15	—	15	15
» 5/6 » (—5/6) . .	15	—	15	15	15	15

Пример: дающий 4/6 пятнадцати дает очко в первой, третьей, пятой и шестой и ничего не дает во второй в четвертой играх.

Примечание. Таблица показывает лишь шесть игр, так как в следующих играх «очки вперед» повторяются в общем порядке.

Указанные очки могут быть даны сверх ниже-следующих очков, данных вперед: (—15)—это одно очко, данное вперед в начале каждой игры партии, (—30)—два очка, (—40)—три очка.

Пример: игрок дает вперед (—15) и еще (—2/6) пятнадцати, что означает, что во всех геймах этот игрок дает—15, а в пятом и третьем еще—15, т. е. в означенных геймах дает—30.

Игроков, стоящих на минусе (т. е. дающих вперед), следует распределить по следующим классам:

Класс	I	даёт	— $\frac{1}{6}$ 15-ти	(— $\frac{1}{6}$)
»	II	»	— $\frac{2}{6}$ 15-ти	(— $\frac{2}{6}$)
»	III	»	— $\frac{3}{6}$ 15-ти	(— $\frac{3}{6}$)
»	IV	»	— $\frac{4}{6}$ 15-ти	(— $\frac{4}{6}$)
»	V	»	— $\frac{5}{6}$ 15-ти	(— $\frac{5}{6}$)
»	VI	»	— 15	(—15)
»	VII	»	— 15 и $\frac{1}{6}$ 15-ти	(—15.1)
»	VIII	»	— 15 и $\frac{2}{6}$ 15-ти	(—15.2)
»	IX	»	— 15 и $\frac{3}{6}$ 15-ти	(—15.3)
»	X	»	— 15 и $\frac{4}{6}$ 15-ти	(—15.4)
»	XI	»	— 15 и $\frac{5}{6}$ 15-ти	(—15.5)
»	XII	»	— 30	(—30)
»	XIII	»	— 30 и $\frac{1}{6}$ 15-ти	(—30.1)
»	XIV	»	— 30 и $\frac{2}{6}$ 15-ти	(—30.2)
»	XV	»	— 30 и $\frac{3}{6}$ 15-ти	(—30.3)
»	XVI	»	— 30 и $\frac{4}{6}$ 15-ти	(—30.4)
»	XVII	»	— 30 и $\frac{5}{6}$ 15-ти	(—30.5)
»	XVIII	»	— 40	(—40)

При встрече двух игроков, дающих очки вперед (стоящих на минусе), дающий меньше очков вперед начинает с нуля. Число очков, даваемых другим игроком вперед, определяется следующим образом: если он состоит в классе X—XVIII, то число очков определяется по приводимой таблице II' дифференциального гандикапа, которой надлежит пользоваться таким же способом, какой был описан при таблице I-й. Если же оба игрока состоят в классе I—IX, т. е. дают менее 15 . 4, то они играют при разнице между даваемыми ими вперед очками.

Пример: игрок А даёт— $\frac{2}{6}$, а игрок Б—15 . 3, то вычитая— $\frac{2}{6}$ из—15 . 3 [—15 и $\frac{3}{6}$ 15-ти) получаем—15 и $\frac{1}{6}$ 15-ти [—15 . 1] и, следовательно, игрок А начинает с нуля, а Б даёт вперед ему во всех геймах—15 и в пятом—30.

Если разница в гандикапе между игроком, стоящим на нуле, и лучшим игроком составляет более—40, то разрешается установить дополнительные классы:

Класс	XXI	даёт	— 40 и $\frac{3}{6}$ 15-ти	(—40.3)
»	XXIV	»	— 50	(—50)
»	XXVII	»	— 50 и $\frac{3}{6}$ 15-ти	(—50.3)
»	XXX	»	— 60	(—60)

но только в клубных, а не открытых состязаниях. В этом случае при встрече двух игроков, стоящих

Таблица дифференциального гандикапа I'.

Очки даются вперед (минус).

	X 15.4	XI 15.5	XII 30.	XIII 30.1	XIV 30.2	XV 30.3	XVI 30.4	XVII 30.5	XVIII 40.
I .1	15.3	15.4	15.5	30.	30.1	30.2	30.3	30.4	30.5
II .2	15.2	15.3	15.4	15.4	15.5	30	30.1	30.2	30.3
III .3	15.	15.1	15.2	15.3	15.4	15.5	30.	30.1	30.2
IV 4	.5	15.	15.1	15.2	15.3	15.4	15.5	15.5	30.
V .5	.5	.5	15.	15.1	15.2	15.3	15.3	15.4	15.5
VI 15.	.3	.4	.5	15.	15.1	15.2	15.2	15.3	15.4
VII 15.1	.3	.3	.4	.5	15.	15.1	15.2	15.2	15.3
VIII 15.2	.2	.2	.3	.4	.5	15.	15.	15.1	15.2
IX 15.3	.1	.2	.2	.3	.4	.5	.5	15.	15.1
	X 15.4	.1	.2	.2	.3	.4	.5	.5	15.
		XI 15.5	.1	.2	.2	.3	.4	.4	.5
			XII 30.	.1	.1	.2	.3	.3	.4
				XIII 30.1	.1	.2	.2	.3	.4
					XIV 30.2	.1	.2	.2	.3
						XV 30.3	.1	.1	.2
							XVI X 30.4	.1	.2
								XVII 30.5	.1

на минусе, следует для определения числа очков, даваемых лучшим игроком вперед, пользоваться, аналогично с таблицами I и II', здесь помещаемой дополнительной таблицей II''.

Дополнительная таблица дифференциального гандикапа II.
Очки даются вперед (минус).

	XXI 40.3	XXIV 50.	XXVII 50.3	XXX 60
I .1	40.2	40.5	50.2	50.5
II 2	40.	40.3	50.	50.2
III .3	30.4	40.1	40.4	50.
IV .4	30.3	40.	40.2	40.5
V .5	30.2	30.5	40.1	40.4
VI 15	30.1	30.3	30.5	40.2
VII 15.1	30.	30.2	30.5	40.1
VIII 15.2	15.5	30.1	30.3	30.5
IX 15.3	15.3	15.5	30.2	30.4
X 15.4	15.2	15.5	30.1	30.3
XI 15.5	15.2	15.4	30.	30.2
XII 30.	15.	15.2	15.5	30.1
XIII 30.1	15.	15.2	15.4	30.
XIV 30.2	.5	15.1	15.3	15.5
XV 30.3	4	15.	15.2	15.4
XVI 30.4	.3	.5	15.1	15.3
XVII 30.5	.3	.5	15.1	15.2
XVIII 40.	2	.4	15.	15.1
	XXI 40.3	.2	.3	.5
		XXIV 50.	.2	.3
			XXVII 50.3	.2

При уравнивании игроков почти всегда приходится пользоваться одновременно как плюсовым, так и минусовым гандикапом, напр., лучший игрок стоит на —40, средний на нуле, а худший получает вперед +30.

Лицо, устанавливающее гандикап, должно быть опытно в игре и хорошо знать силы играющих,

уметь разобраться—в чем игрок сильнее: в одиночной ли игре, парной мужской или парной смешанной (есть игроки великолепные в одиночной игре и посредственные в то же время в парной), и произвести должную оценку сыгранности игроков в парных разрядах. К сожалению, за установку гандикапа берутся некомпетентные люди, и, конечно, составленные ими наугад гандикапы теряют всякий смысл и значение.

V.

Соревнования.

Виды соревнований.

Соревнования в теннисе, как и в других видах спорта, могут быть подразделены на следующие виды: клубные - кружковые соревнования, местные, открытые, межкружковые, междугородные и между отдельными государствами. Клубные соревнования устраиваются исключительно для членов данного клуба. Местные соревнования открыты для всех игроков, состоящих в местных клубах или организациях. В открытых соревнованиях могут участвовать все игроки, состоящие в каких-либо клубах, ведомствах или организациях. Одно лишь название остальных видов соревнований определяет характер таковых.

Указанные соревнования могут быть индивидуальные и коллективные. Индивидуальные—это такие соревнования, в которых принимаются во внимание достижения-победы отдельных личностей. Коллективные—когда в конечном итоге суммируются победы определенных групп (команд). Напр., какой-либо союз устраивает союзное первенство по теннису на началах коллективизма. Разыгрываются разряды по Олимпийской системе: 1) одиночный мужской, 2) одиночный женский и 3) парный смешанный. Первое место в каждом разряде оценивается в 3 очка, второе—в 2 очка и третье—в 1 очко. Каждый кружок имеет право записать в команду не более 6 лиц.

Выигрывает первенство союза кружков, заработавший в итоге наибольшее количество очков, добытых шестью его представителями.

Командами разыгрываются соревнования между отдельными кружками, городами (напр., Москва—Ленинград в 1920, 1922, 1923 и 1924 годах), государствами (Германия—Бельгия). Победитель определяется следующим образом. *Пример:* Торжок и Тверь выставляют команды из четырех человек.

Т в е р ь.		Т о р ж о к.
Игрок А	} — для одиночной игры —	{ Игрок Д.
Игрок Б		{ Игрок Е.

Игроки В и Г — для парной игры — Игроки Ж и К.

Игроки А и Б должны каждый отдельно сыграть с игроками Д и Е, а пара ВГ против пары ЖК; всего, следовательно, может быть разыграно пять игр. Выигрывает город, команда коего заработает 3 очка (три победы из пяти).

Проведение соревнований по различным системам. Состязания в теннис могут быть разыграны 1) по Олимпийской системе и 2) каждый играет с каждым.

1) По Олимпийской системе каждый игрок, по жребию, получает противника, с которым и играет. Проигравшие выбывают, оставшиеся опять попарно играют (о порядке составления пар будет сказано в правилах устройства соревнований), победители играют дальше, таким образом количество игроков все уменьшается и в конце остается один победитель. Олимпийская система незаменима при большой записи игроков.

2) При малом количестве участников может быть применена система игры всех игроков друг с другом. При чем каждый с каждым может играть: 1) определенное количество геймов [принято по 8-ми] или 2) по одному сэту и 3) по одному матчу-соревнованию победителем считается выигравший 2 из 3-х или 3 из 5-ти сэтов]. В первом случае выигрывает набравший наибольшую сумму геймов, во втором—

заработавший больше всего сэтов, а в третьем— одержавший побед больше других.

Укажу здесь, как происходит запись выигранных очков.

Фамилии игроков.	А	Б	В	Г	Сумма выигранных геймов.
А	—	5	5	4	14
Б	3	—	2	7	12
В	4	6	—	8	18
Г	4	1	0	—	5

Пример: Игроков 4, играют каждый с каждым по восьми геймов. Рисуем квадрат, делим его горизонтальными и вертикальными линиями на квадратики (как указано на табличке), в зависимости от числа участников и затем количество выигранных геймов проставляем в горизонтальных квадратиках каждого игрока в пересечении с вертикальными квадратиками его противников. Из изображенной таблички видно, что игрок А выиграл геймов: 5 у Б, 5 у В и 4—Г, а всего заработал 14 геймов; между тем игрок В набрал 18 геймов, следовательно победил В, а вторым А, третьим Б, набравший 12 и последним Г, выигравший всего лишь 5 геймов.

Правила для устройства соревнований. Условия розыгрыша соревнования, а также все подробности проведения такового определяются комитетом клуба, кружка или другой организации, устраивающей соревнование, или специально для этой цели назначенными двумя, тремя лицами (назовем их тоже комитетом).

Комитет, оповещая об устраиваемом соревновании, всегда указывает:

- а) день, час и место розыгрыша соревнования,
- б) разыгрываемые разряды,
- в) время и место приема записи,
- г) время и место жеребьевки, при производстве которой имеет право присутствовать любой игрок,
- д) какими мячами будут играть,
- е) число партий-сэтов, разыгрываемых в каждом разряде, с обозначением, — разыгрываются ли сэты с «преимуществом» или «без преимущества».

Комитет избирает главного судью (рефери), который в свою очередь имеет право назначить себе заместителя. Выбор последнего подлежит одобрению комитета. Заместитель необходим, если главный судья лично принимает участие в соревновании. Главный судья во время соревнования считается членом комитета.

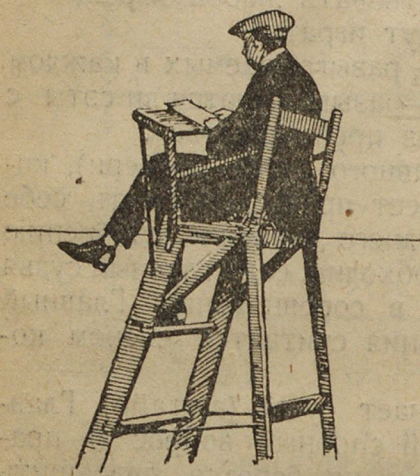
Главный судья назначает судей (ампайр). Главный судья решает всякий спорный вопрос о правилах игры, каковой судья не берется разрешить или с которым к нему—рефери—будут обращаться, вследствие несогласия с постановлением судьи. Решение главного судьи считается окончательным.

Главный судья приглашает игроков начать игру и отводит им площадки.

Главный судья ежедневно вывешивает список игроков, которым надлежит играть на следующий день в соревновании, скрепляя своей подписью с указанием разряда и, приблизительно, времени розыгрыша данного матча, по нижеследующему образцу:

Порядок распределения игр на _____ дня _____				
месяца _____ года.				
Время.	№ площадки.	Разряд.	Участник.	Судья.

Комитет способствует поддержанию порядка на месте игры, обсуждает и решает все вопросы, касающиеся соревнования. Комитет имеет право, обсудив провинность игрока, удалить его с места игры, если проступок окажется заслуживающим подобной меры. До приведения этого в исполнение провинившемуся предоставляется право объяснения.



Изображение 6.
Судья на вышке.

Обязанности судьи (ампайра) заключаются в следующем:

а) проверять правильность высоты сетки, измерять и поправлять ее во время игры, если пред'явлена будет о том просьба или если, по его мнению, высота сетки изменилась;

б) об'являть ошибки;

в) об'являть громко выигранные очки, повторяя их по просьбе

игроков и отмечая их в особой таблице (подробное об'яснение будет дано ниже);

г) об'являть результаты игры и партии по окончании каждой из них и отмечать их в своей таблице.

Примечание. По окончании игры - гейма результаты игры об'являются вместе с именем игрока, выигравшего больше игр. Например, четыре игры против одной А выигрывает или А «впереди» или А «ведет». Если число игр равно, счет об'является: «по три игры у каждого». По окончании каждой партии - сета последние об'являются таким же образом.

д) указывать игрокам, когда надо меняться сторонами;

е) когда к нему обращаются во время игры с вопросом, считается ли сомнительный мяч в игре или нет, объявлять «играйте» и, по окончании розыгрыша данного мяча, давать свое решение или требовать, чтобы игроки переиграли удар;

ж) решать все сомнительные или спорные удары, а также и все вопросы, касающиеся правил;

з) в соревнованиях с гандикапом объявлять «очки вперед» до начала каждой игры и

и) подписывать таблицы очков и сдавать их лицу, назначенному главным судьей.

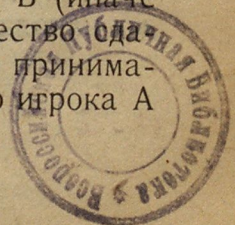
Неисполнение судьей какой-либо из вышеупомянутых обязанностей не меняет результата игры или соревнования.

Очки отмечаются (см. §§ в и г) в отделениях таблицы под словом «очки» следующим образом:

Игра.	Инициалы игроков.	О Ч К И.										Игру— гейм вы- играл.		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	А	1	1		1	1								
	Б			1		1								А
2	Б		1		1	1		1			1	1	1	
	А	1		1			1		1	1				Б

Таблица эта показывает, что в первой игре очки считались и подлежали объявлению следующим образом: 15—нуль, 30—нуль, 30—15, 40—15, 40—30, игра в пользу игрока А.

Во второй игре: нуль—15, 15—15, 15—30, 30—30, 40—30, «равно», преимущество игрока Б (иначе для сокращения говорят вместо преимущество принимающего—«больше», а вместо преимущество принимающего—«меньше»), «равно», преимущество игрока А



меньше), «ровно», преимущество игрока Б (больше), игра в пользу Б.

Первыми должно указывать очки сдающего. При счете в гандикапных соревнованиях очки, получаемые вперед (плюс), отмечаются крестиками направо от первой перпендикулярной толстой линии, до начала каждого гейма следующим образом:

Игра.	Инициалы игроков.	О	Ч	К	И.	Игру—гейм выиграл.
1	А		+			
	Б					
2	Б					
	А		+++			
3	А		+			
	Б					
4	Б					
	А		++			
5	А		+			
	Б					
6	Б					
	А		++			

В приведенном примере игрок А получает вперед + 15 и $\frac{3}{6}$ пятнадцати (+ 15 . 3).

При очках, даваемых вперед (минус), они отмечаются налево от перпендикулярной толстой черты до начала каждой игры следующим образом:

Игра.	Инициалы игроков.	О Ч К И.				
1	А		1			
	Б					
	Б					
	А		1			
3	А	1	1			
	Б					
4	Б					
	А		1			
5	А	1	1			
	Б					
6	Б					
	А		1			

и вычеркиваются по выигрыше удары игроком, дававшим очки вперед, следующим образом (см. стр. 44).

В приведенном случае игрок А дает вперед—15 и $\frac{2}{8}$ 15-ти (— 15 . 2).

Судья на линиях (лайнсмен) обязан об'являть ошибки и решать правильность ударов, относящихся к этой линии, на которую он назначен судьей.

Лайнсмен должен кричать громко о всякой ошибке, хотя бы таковая была очевидно заметна и судье (ампайру).

О мячах, упавших за линией, кричат «аут», «за», «вне».

О нарушении сдающим требования правильного положения игрока при сдаче (см. стр. 20) об'являют «ошибка ногой».

В больших открытых соревнованиях желательно иметь шесть судей на линиях в помощь судье, а именно: по одному для каждой задней линии, по одному для каждой линии сервиса и двоих для боковой линии, дальше расположенной от вышки судьи.

Игра.	Инициалы игроков.	О Ч К И					
1	А		×				
	Б						
2	Б						
	А		×				
3	А		×	×			
	Б						
4	Б						
	А		×				
5	А		×	×			
	Б						
6	Б						
	А		×				

Решение судьи считается окончательным по всякому вопросу факта, и игрок не вправе его оспаривать; но если судья сомневается в вопросе, касающемся правил игры, или если игрок не согласен с его решением, то по такому вопросу судья должен обратиться к главному судье, решение которого является окончательным.

Главный судья не имеет права держать пари относительно исхода игры; то же самое относится и

к судье матча, в котором он является судьей. Если по тому или иному поводу со стороны члена комитета или игрока поступит протест на главного или иного судью, до или во время соревнования, то начатое соревнование может быть немедленно приостановлено главным судьей или двумя членами комитета. Протест представляют на усмотрение комитета, который имеет право сместить судей. При этом решение большинства находящихся на лицо членом комитета считается окончательным, а судьи, против которых заявлен протест (если они состоят членами комитета), не имеют права голоса по этому вопросу.

Игрок не имеет права передавать свою запись другому лицу.

Жеребьевка производится путем записок, которые вынимаются наугад одни за другими. Имена игроков, значащиеся на записках, вносятся в список в том порядке, в котором были вынуты.

Если число игроков равно одной из степеней 2, а именно 4, 8, 16, 32, 64 и т. д., они состязаются попарно (смотри описание Олимпийской системы), согласно следующей таблице:

I круг	II круг	III круг
A }	B }	} ... Д
B }	Г }	
В }	Д }	
Г }	Д }	
Д }	Д }	
Е }	З }	
Ж }	З }	

Объяснение: играло 8 участников, в первом кругу проиграли А, В, З и Ж, а победители Б, Г, Д и З играли во втором кругу, выиграли и попали в третий (в данном случае финальный), Г и Д, победил из них Д.

Каким счетом разыгран сэт, обозначается дробью. А выиграл у Б первый сэт (А заработал 6 геймов, Б только 2), проиграл ему второй сэт (5 геймов у А и 7 геймов у Б) и выиграл третий решительный сэт (13 геймов у А и 11 геймов у Б). Перипетия этой борьбы отмечается так:

I круг		II круг	
A } B }	A 6/2; 5/7; 13/11	}
B }	Г 6/0; 6/1	
			Г 15/13; 7/5; 2/6; 3,6; 6/1

Когда число игроков не есть кратное 2-х, то в первом кругу часть участников не играет (свободна). Число не участвующих в первом кругу равняется разнице между числом игроков и ближайшей высшей степени 2-х. Если число неучаствующих четное, то их ставят в равном количестве над и под именами участвующих в 1 кругу пар, при чем должна быть соблюдена последовательность имен, определенная жребием. Если же число неучаствующих нечетно, то в конце списка игроков число неучаствующих на 1 больше.

Например: Серия I при 5—8 участниках.

- при 5-ти игроках — один неучаствующий сверху и 2 снизу
- » 6-ти » — » » » 1 »
- » 7-ми » — » » » снизу
- » 8-ми » — неучаствующих нет.

Пример: 5 игроков. После жеребьевки размещаются:

I круг		II круг	
А свободен	A	}	
B } B }		
Г свободен	Г	}	
Д свободен	Д		

Можно неучаствующих в первом кругу прямо вписывать во второй.

II серия

при 9—16 участниках.

При 9 игроках	— 3	неучаствующих	сверху	и 4	снизу
» 10	» — 3	»	»	3	»
» 11	» — 2	»	»	3	»
» 12	» — 2	»	»	2	»
» 13	» — 1	»	»	2	»
» 14	» — 1	»	»	1	»
» 15	» — 0	»	»	1	»
» 16	»	нет	неучаствующих.		

III серия

при 17—32 игроках.

При 17 игроках	— 7	неучаствующих	сверху	и 8	внизу
» 18	» — 7	»	»	7	»
» 19	» — 6	»	»	7	»
» 20	» — 6	»	»	6	»
» 21	» — 5	»	»	6	»
» 22	» — 5	»	»	5	»
» 23	» — 4	»	»	5	»
» 24	» — 4	»	»	4	»
» 25	» — 3	»	»	4	»
» 26	» — 3	»	»	3	»
» 27	» — 2	»	»	3	»
» 28	» — 2	»	»	2	»
» 29	» — 1	»	»	2	»
» 30	» — 1	»	»	1	»
» 31	» — 0	»	»	1	»
» 32	»	неучаствующих	нет.		

Если игрок, который согласно расписанию должен играть, отсутствует или откажется играть, или заявит заранее главному судье, что он не может играть в следующем кругу, то он выбывает, а его противник передвигается в следующий круг. Обозначается это так:

I круг	II круг
A }	A отказ.
B }

На листе соревнований должно быть отмечено: разряд, количество участников, срок окончательного розыгрыша, в скольких сэтах - партиях разыгрывается.

Р А З Р Я Д.				
Количество участников			Срок состязания	
1 круг	2 круг	полуфинал	финал	победитель
1 }	}	}	}	}
2 }				
3 }				
4 }				
5 }	}			
6 }				
7 }	}			
8 }				
9 }	}	}		
10 }				
11 }	}			
12 }				
13 }	}			
14 }				
15 }	}			
16 }				

В гандикапе очки вперед назначаются комитетом или лицом, для сего им назначенным—гандикапером.

Для гандикапных соревнований гандикап игроков должен быть установлен до производства жеребьевки.

На открытых соревнованиях надлежит игроков гандикапировать в пределах —40 до +30. Если силы игроков не могут быть уравнены в пределах указанных гандикапов, то следует игроков делить на классы и устроить для каждого класса гандикапный разряд.

Как сказано было выше, играют всегда сэты с преимуществом. Однако, по непредвиденным обстоятельствам или в целях выполнения программы соревнования к назначенному сроку, с согласия комитета, главный судья имеет право распорядиться играть короткие сэты, но только в гандикапных разрядах.

Если два игрока начали разыгрывать гандикап с неверными «очками вперед», соревнование считается в силе, кроме случая, когда это произошло вследствие ошибочного указания главного судьи или лиц, действующих по его указанию. В таком случае проигравший имеет право требовать, чтобы состязание было начато снова, но лишь тогда, если «очки вперед» были ошибочно назначены в пользу его противника. Требование это должно быть сделано своевременно.

Предыдущее правило применяется также в случаях, когда два игрока сыграют партию без «преимущества», если условиями соревнования, в котором они участвуют, предусмотрены партии с «преимуществом».

Разрешается принимать от кружков записи на парные разряды с указанием лишь одного игрока, с тем, чтобы имя другого игрока было сообщено до начала игры этой пары и до начала розыгрыша второго круга. Для парного гандикапного разряда гандикап такой пары устанавливается главным судьей; следовательно, в данном случае допускается изъятие из правила об установлении гандикапа до жеребьевки.

Если выдаются в соревновании призы, то проигравший в финале получает второй приз, а двое проигравших в полуфиналах по третьему призу; третьи призы должны быть равноценны.

Комитет может по просьбе игрока или по своей собственной инициативе отложить соревнование или какой-либо отдельный матч, или часть такового, если сочтет это желательным, в виду неблагоприятной погоды, освещения, состояния площадок или по другим каким-либо причинам.

Если соревнование откладывается из-за дождя, темноты или тому подобных причин, то впоследствии оно возобновляется с того удара, на котором оно было прервано. Начать же игру с начала можно только с согласия главного судьи.

Игры на соревнованиях должны прекращаться с заходом солнца, если только все участники данного матча не согласны продолжать игру. Момент захода солнца для каждой местности и времени года определяется по местному календарю.

Позже чем за полчаса до захода солнца нельзя начинать розыгрыш матча иначе, как по взаимному соглашению всех участников данного матча. В случае неблагоприятных условий освещения (облачности неба и т. п. причин) главному судье предоставляется право прекращать соревнование ранее указанных выше сроков.

О судьях. Судья-ампайр должен обладать хорошим зрением и хорошо знать правила игры. Функции судьи достаточно утомительны, так как требуют длительного и сосредоточенного внимания. Вследствие этого судить не интересное соревнование (между слабыми игроками) находится мало желающих. Судья обязан строго и точно выполнять все изложенные выше правила. Судья должен быть авторитетен, ему надлежит заставить игроков беспрекословно себе подчиняться и никогда не разрешать им вступать с собою в спор, и не допускать возражений. В случае сомнительного мяча он должен предложить переиграть мяч или безапелляционно объявить свое решение (судьи могут ошибаться и фактически ошибаются), но ни в коем случае не обращаться к игрокам за разъяснениями.

Все произносимое судьей на вышке должно быть объявляемо громко и ясно. Игрокам приятно, когда голос судьи их подбадривает, а не усыпляет.

Порою судьи бывают небеспристрастны, подпадая под влияние нервного желчного игрока—боясь его обидеть, все сомнительные мячи засчитывают в его пользу.

Наиболее часто допускаемая судьями неправильность в исполнении своих обязанностей—не засчитывание делаемых подающими «ошибок ногой». Конечно,

как и во всем, чтобы сделаться хорошим судьей, необходима практика.

VI.

Техника игры.

Первые советы начинающим. Многих желающих начать играть в теннис пугают кажущиеся им очень сложными правила игры, путанность счета и трудность различных ударов по мячу. Но пугливые новички, побывав несколько раз на площадках, присматриваясь к игре, немедленно усваивают необходимые правила игры и счет (в сущности очень легкие) и, прельщенные этой прелестной, полной захватывающего интереса, сильных и грациозных движений игрой, сами решаются принять в ней участие.

Таким дебютантам следует являться на площадку, когда мало народу, чтобы иметь возможность накидаться вдоволь мячом. Никогда приступающему к игре не следует вступать четвертым в партию уже умеющих, так как он себя будет чувствовать беспомощным, а к тому же ему очень редко придется ударить по мячу.

Начинающий лучше всего сделает, если в начале попросит одного из опытных игроков показать ему, как держать правильно ракету, сервировать—сдавать мяч и отдавать таковой сильным простым ударом, а затем, соединившись с другими начинающими, совместно будет применять показанное на деле, практикуясь держать ракету и наносить удары. Конечно, важно, чтобы начинающий все время находился под наблюдением и руководством более опытных и никогда не стеснялся обращаться к ним за пояснениями, не оставляя неразъясненными ни одной мелочи, ни подробности. Начинаящий не должен пытаться изучить сразу трудные удары, как бы они ни ка-

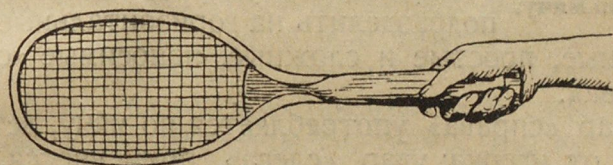
зались ему заманчивыми; предварительно надо в достаточной мере усвоить простые. О том, как держать ракету, корпус и ноги, а также об ударах будет сказано в дальнейшем, здесь же вскользь упомянем о правильной, наклоненной вперед, постановке туловища. Человеку, привыкшему к обуви с высокими каблуками, в особенности затруднителен переход к теннисной обуви (без каблуков), так как он инстинктивно, вследствие плоского положения ступни, будет держать свой корпус слишком прямо, что влечет за собою неподвижность. Между тем, хорошая игра в теннис находится в большой зависимости от быстроты передвижения и умения взять старт (мгновенно рвануться с места), для чего необходимо корпус держать всегда наклоненным несколько вперед, так, чтобы центр тяжести тела игрока приходился над пальцами ступни. Ошибка начинающего—это стойка, соединение пяток вместе и отклоненный назад корпус, что вызывает при быстроте движений резкость и порывистость таковых. Между тем, движения хорошего игрока всегда, при всей их быстроте, плавны, красивы и гармоничны, потому что такой игрок придает корпусу правильный наклон с выдвинутой одной ногой вперед, почти никогда не стоит на месте, а все время движется, а потому готов всегда к любому быстрому движению. Конечно, хорошие игроки гибки, подвижны, хорошо бегают и прыгают. Это современем вырабатывается от игры в теннис, но начинающим не мешает развить свой организм гимнастическими упражнениями и специально заняться бегом и прыжками.

Способы держания ракетки.

Перейдем к описанию способа держать ракету, что является первым камнем преткновения для новичков, которые в начале обычно держат ракету за середину ручки, а не за конец, и тем уменьшают радиус своих действий, неестественно выворачивают руку при нанесении ударов и столь слабо сжимают ракету, что

она вылетает из руки при встрече с сильным мячом противника.

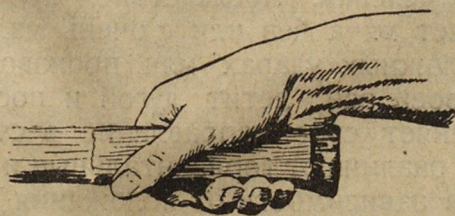
Как общее правило, нужно держать ракету таким образом, чтобы руке было удобно при нанесении любых ударов и не требовалось менять положения пальцев, охватывающих ракету, так как при быстрой игре (особенно мяч на лету) нельзя успеть это проделать. Не является ошибкой менять поло-



Чертеж 7.

Способ держать рукоятку для удара «справа» от себя.

жение ракету в руке для разных ударов, в особенности при сервисе и нанесении удара—драйва (прямой, сильный, низкий и длинный). Из чертежей №№ 7 и 8 видно как держать ракету, немного изменяя хватку руки для удара, наносимого слева от себя,—именно держа большой палец в согнутом виде вдоль рукоятки ракету.



Чертеж 8.

Способ держать рукоятку для удара «слева» от себя.

Ракету следует держать у конца рукоятки таким образом, чтобы мизинец плотно прилегал к полоске кожи, прибитой к краю ракету. Конечно, из книжки очень трудно выучиться держать ракету правильно,

нужен всегда руководитель, но в случае отсутствия такового рекомендую начинающему взять левой рукой ракету за середину рукоятки так, чтобы плетенка была в горизонтальном положении и затем, вытянув пальцы правой руки, наложить ее сверху на конец рукоятки так, чтобы пальцы почти сошлись на противоположной стороне рукоятки.

Различные удары по мячу. Игра в теннис состоит в комбинации всевозможных ударов, которые можно подразделить на горизонтальные и вертикальные, простые и сложные, наносимые «справа» и «слева».

Удар «справа» употребляется по мячу, летящему справа от игрока; удар «слева» применяется, когда мяч с левой стороны. Последний удар в начале затруднителен, так как рука не имеет полной свободы размаха (в особенности при неправильной постановке корпуса, о чем будет сказано дальше) и является менее привычным в жизни движением. У большинства игроков удар «слева» (бекхенд) всегда хромает сравнительно с ударом «справа» (форхенд). Многие игроки забегают сильно влево, если представляется возможность, чтобы отбить мяч справа. Но встречаются, правда редко, такие, которые предпочитают удар «слева». Последствием простого удара является полет мяча без или с очень малым вращением. При сложных ударах мяч производит вращение около своей оси, летит дугой и после падения на землю меняет свое направление в сторону вращения. Еще различают горизонтальные и вертикальные удары, в зависимости от положения ракетки при ударе. Чем дальше от игрока отдаваемый мяч, тем более применим горизонтальный удар. Чем ближе к играющему мячу, тем больше его следует отдавать ракеткой в вертикальном положении, так как нет уже места для размаха, необходимого для горизонтального удара. Перейдем к описанию самих ударов.

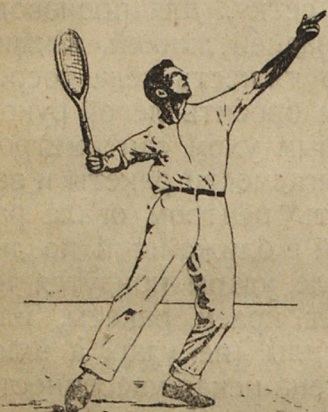
Подача—сервис.

Сервис является первым ударом, вводящим мяч в игру. Хороший сервис имеет первостепенное значение. Мой совет начинающим: гнать мячик сильным ударом, гнать его далеко от себя, не заботясь первоначально помещать его непременно в прямоугольник сервиса; лучше пусть мяч попадает в заднюю линию, но только не в сетку. Для производства подачи нужно встать за задней линией, выдвинув левую ногу вперед, а всю тяжесть тела сосредоточить на правой ноге, затем бросить левой рукой мяч в воздух, вверх над правым ухом сантиметров на 20—30 выше пределов досягаемости ракеты и затем опускающийся мяч ударить центром овала ракеты и послать его над сеткой в ближайший по диагонали прямоугольник. В начале удары придется по воздуху, или мяч будет задет краем ракеты, или удары будут наноситься без силы (не удар, а шлепок). Но когда будет приобретена некая уверенность в посылке мяча в желаемом направлении, нужно пытаться почти в тот же момент, когда бросается мяч в воздух, закидывать ракету за голову и, нанося удар по падающему мячу, как описано, перенести тяжесть тела с правой на левую ногу. От такого переноса и закидывания руки для размаха сила удара значительно увеличится, так как наносимый удар производится не только силой руки, но и всего корпуса, между тем начинающие настойчиво наносят удары по мячу, пуская в ход не всю руку, а лишь предплечье. При сервисе нужно стоять так, чтобы плечи составляли почти прямой угол с сеткой или вернее плечи должны быть параллельны линии по-



Изображение 9.
Сервис Дохерти, бывшего
много лет подряд лучшим
игроком мира.

лета мяча. Вместе с тем очень важно при подбрасывании мяча в воздух для подачи не спускать с него глаз и даже больше,—смотреть напряженно на ту точку мяча, по которой желательнее ударить. (См. изображения Дохерти, № 9 и Мак-Лефлина, № 10).



Изображение 10.
Подача Мак-Лефлина, славившегося своим сильным сервисом.

Так как при сервисе не первая, а лишь вторая ошибка увеличивает счет противника, то, конечно, первый мяч должен посылаться со всей возможной силой, второй же мяч, составляющий как бы резерв игрока, должен быть сервирован осмотрительно. Нужно выработать второй мяч подачи безошибочным, при чем не обращать уже столько внимания на силу подачи, а уметь поместить мяч в желаемое место (пласировать), а именно в слабые места противника, высмотренные в игре (напр., под «удар слева»).

Кроме описанной, так называемой верхней подачи, существует и нижняя, а именно, когда мяч бросают не над головой, а немного впереди левой ноги и ударяют по нему снизу. Впрочем, он выходит из употребления, им пользуются лишь женщины, да и то старой школы.

Отдача мяча прямым ударом.

Правильно сданный мяч, после одного прикосновения к земле, противник должен отдать (вернуть ударом над сеткой). Для того, чтобы отдать мяч в нужном направлении, неудобном для противника, и отдать его сильно, необходимо, конечно, поупражняться. Начинающему лучше всего заpastись то-

варищем, который и бросал бы мячи сначала легко, а затем усиливая их скорость полета то под «удары справа», то под «удары слева». Если нет такого помощника или инструктора, то не мешает посылать мяч о стену и, отпрыгивающий, снова отбивать в ту же стену.

Стенка должна быть гладкой, так как каждая неровность меняет направление мяча; площадка перед стенкой тоже должна быть ровной. Подобные стенки имеются в теннисных клубах, сделанные из дерева, выкрашенного в темный цвет (хорошо темно-зеленый), чтобы на таком фоне лучше выделялись мячи. На этих стенках на высоте метра проводится черта, обозначающая высоту сетки на площадке. Упражняться, пользуясь этими стенками, очень полезно не только начинающим, но и вообще всем, в особенности изучающим какой-либо специальный удар, так как во время процесса игры на их долю не перепадает большого количества мячей, удобных для нанесения тренируемых ударов. Доска же отражает мяч обратно так, как это нужно упражняющемуся.

Отражая мяч в игре, нужно, как и при подаче, всегда смотреть на то место мяча, по которому предполагается нанести удар; ударять мяч центром своей ракетки; переносить центр тяжести тела с задней ноги на переднюю (одну ногу всегда нужно выставлять вперед); провожать удар ракеткой, т. е. не останавливать ее при ударе, а двигать в том же направлении дальше. Кроме того, не нужно набегать на мяч, т. е. подбегать черезчур близко к месту падения мяча, не оставляя достаточно места между собою и мячом. Для удара по мячу имеется много времени, так как мяч, прыгнув от земли, поддается вперед и вверх (за исключением резанных мячей) и, достигнув кульминационного пункта подема, будет снижаться столько же времени, сколько ему понадобилось на подем. Об этом многие игроки забывают и не де-

лают попытки бежать к неблизко упавшему мячу, считая его недосягаемым. Между тем нужно пытаться брать все эти мячи, и многие игроки успевают, стремительно поддавшись в должном направлении, отбить мяч, который всем окружающим казался безусловно проигранным по своей недосягаемости.



Изображение 11.

Удар наносимый «слева» на бегу француженкой Ланглен, в продолжение десяти лет бывшей лучшей женщиной-игроком мира.

Повторяю, игрокам следует не набегать на мяч, а ждать, пока мяч подойдет до них, и ударить по мячу или во время достижения им высшей точки под'ема, или в некоторых случаях и в то время, когда он будет клониться ко второму падению на землю. Для производства удара справа ракету быстро отводят назад в горизонтальном направлении, а затем с размаху наносят удар по мячу. Удар должен быть нанесен с размаху, т. е. ракетка непременно должна идти навстречу мячу, а не мяч наткнуться на ракетку. При чем при ударе справа—«форхенд» левая нога должна быть впереди, и на нее во время удара переносится тяжесть тела с задней (правой) ноги. Левая рука (при описании всех ударов предположено, что игрок играет правой рукой, для левши всё сказанное должно быть перевернуто справа налево), при игре не должна быть мертвой, а, производя

мускульные движения, служить для поддержания равновесия игрока. Когда для удара отводят ракету назад, левая рука поддается вперед и возвращается назад после того, как удар будет нанесен и правая рука поддается вперед. Конечно, эти движения левая рука проделывает почти у всех игроков инстинктивно.

Игрок должен стараться всегда быть чуть в стороне от летящего на него мяча. Плечи должны быть параллельны линии полета мяча; после же нанесенного удара обязательно встать лицом к месту падения мяча на территории противника.

Удар «слева». Все указанное относится и к удару слева—бекхенду (см. изображение № 11, Ланглен), но в этом случае должна быть выставлена вперед правая нога, левая са́нтиметров на 50 позади. Ступни образуют при-



Изображение 12.
Американка Виллс, выигравшая первенство в теннисе на Олимпийских играх 1924 г., делает могучие шаги, догоняя мяч, чтобы отбить его ударом «слева». Для защиты от солнечных лучей надет специальный козырек, а не шляпка.



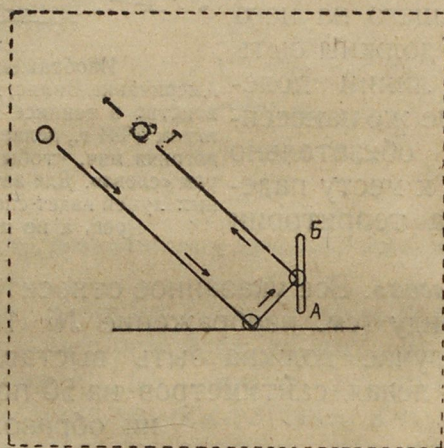
Изображение 13.
Лучший австралийский игрок Паттерсон.

близительно прямой угол. Иногда при ударе правая нога перебрасывается через левую—в такой момент игрок может очутиться спиной к сетке (см. изображ. № 12, Виллс).

Если при «ударе слева» игрок не будет заботиться о правильной постановке корпуса и ног, а будет

встречать мяч, стоя лицом к сетке, то при ударе он не сможет выбросить ракету вперед с размаху из-за стесненного положения руки, и в результате получается вместо удара какой-то короткий, судорожный толчок, настолько слабый, что мяч не перелетает через сетку (см. изображение № 13, Паттерсона в правильном положении).

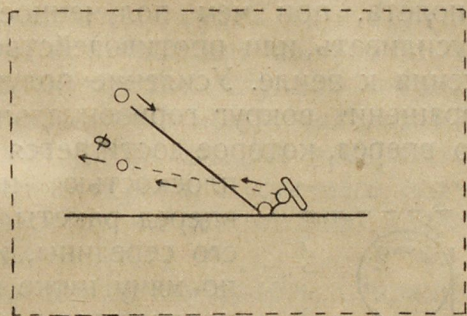
Вращение мяча. Сказанное относится к простым ударам, т. е. когда мяч ударяется плоскостью ракетки, перпендикулярной к направлению полета мяча. Такой мяч летит с минимальным вращением.



Чертеж 14.

По законам механики мяч после столкновения с ракетой должен отлететь от нее под таким углом, под каким он о нее ударился. Следовательно, если держать ракету АБ перпендикулярно (см. черт. № 14), то мяч, конечно, пойдет в направлении Т, между тем желательно ему придать другое направление, например, Ф (см. черт. № 15), для этой цели необходимо изменить направление плоскости овала ракетки, а именно придать ей наклонное положение, соразмерив угол падения и отражения. В этом случае ра-

кета встречает мяч не в самой точке предполагаемого продолжения направления его полета, а немного выше его, следовательно—эксцентрично, т. е. мяч получает вращение вокруг оси, перпендикулярной к



Чертеж 15.

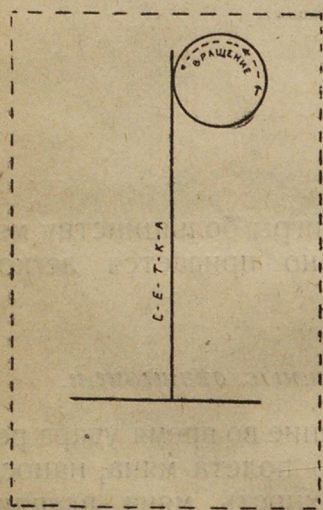
направлению удара. Во время игры большинству мячей совершенно бессознательно придается легкое вращение.

Крученые и фезаные мячи или с вращением.

При желании усилить вращение во время удара режут ракетой вкось траекторию полета мяча, нанося ему удар (в силу удара поверхность мяча вдавливается ракетой) как бы щеткой и, вызывая сильное трение в течение мгновения, сообщают ему движение в сторону и придают ему этим желаемое вращательное движение вокруг своей оси.

Существует много способов придавать вращение мячу, но фактически их можно подразделить на четыре основных удара: справа мяча, слева, сверху и снизу. Все остальные составляются из комбинации этих четырех. Удары сверху и снизу мяча заставляют его вращаться вокруг горизонтальной оси, а справа и слева—вокруг вертикальной оси. Все эти мячи с придаваемым им вращением вокруг своей

оси, так называемые крученые и резаные мячи, имеют целью изменить обычный полет мяча и направление после отражения от земли. Такие мячи, ращаясь, изменяют во время своего поступательного движения, в силу трения о воздух, направление начального полета, при чем полученное вращение может или усиливать, или противодействовать законам притяжения к земле. Усиление получается при даче мячу вращения вокруг горизонтальной оси по направлению вперед, которое достигается или ударом



Чертеж 16.

плоскостью наклоненной вперед ракеты мяча выше его середины, или ударом по мячу ниже его центра плоскостью ракеты отклоненной назад. В обоих случаях оттягивают ракету вверх. Мяч при этих ударах укорачивает траекторию своего полета, так как в силу трения, во время вращения о воздух, уклоняется по направлению наименьшего сопротивления, именно вниз. Полет мяча медленнее, отскок вертикальнее, выше и быстрее обыкновенного.

Эти особенности крученого мяча легко смущают противника, приготовившегося к отдаче нормального мяча. Такой мяч, ударяясь в сетку в нескольких сантиметрах ниже края сетки, в силу своего вращения вперед, прямо лезет по сетке вверх и затем переваливается по ту сторону (см. черт. № 16).

Обратного горизонтального вращения и связанного с этим замедления полета мяча и уплощения его траектории достигают ударом по мячу ниже его

середины плоскостью ракеты, отклоненной назад, с оттяжкой ее вниз. Вращаясь о горизонтальную ось в направлении, обратном полету, мяч проявляет свойство подыматься и тем противодействует законам тяжести. Такие сильно срезанные мячи, наглядно уменьшают быстроту полета, как будто их в воздухе что-то задерживает, и при падении на землю отпрыгивают низко, а в некоторых случаях—обратно (неоднократно во время игры можно наблюдать, как сильно срезанный мяч после отскока возвращается, к великому огорчению игрока, желавшего его отбить, обратно через сетку на территорию нанесшего столь коварный удар).

Подобно описанным ударам с вращением вокруг горизонтальной оси, можно достигнуть вращения мяча вокруг вертикальной, нанося удары с правой или левой стороны мяча и тем придавая соответствующее вращение. Такие мячи вследствие вращения о вертикальную ось изменяют прямую линию полета, удлиняют его, описывая полукруг, и после падения резко шарахаются в сторону приданного им вращения. Эти боковые подрезки применимы преимущественно к мячам, находящимся в воздухе не ниже уровня плеча, в особенности их удобно продолжать с мячами над головой.

Можно наносимым ударом комбинировать вращения вокруг горизонтальной и вертикальной осей, тогда ось вращения получится под углом к земле.

Американская подача.

Типичнее всего комбинированное вращение проявляется при так называемой американской подаче, при которой мяч ударяют косо наклоненной ракетой справа налево, придавая тем вращение слева направо, а так как при этом наносят удар выше центра мяча, то, следовательно, одновременно достигается и вертикальное вращение (около горизонтальной оси). Это

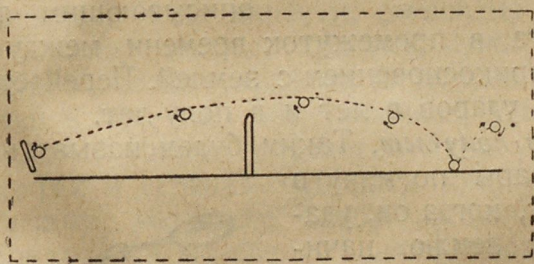
совместно с быстротой и силой наносимого удара заставляя мяч после падения на землю отпрыгнуть необычным образом и тем ставит принимающего в затруднительное положение, так как сумма производимых мячем движений мешает возможности с точностью его отбить. Очень часто такой мяч после подачи касается земли на боковой линии сервиса и затем вылетает в бок за пределы корта, куда приходится бежать и игроку, желающему его отдать. Этим движением данный игрок оставляет всю свою площадку открытой и тем проигрывает удар, так как отбитый им упомянутый мяч противник направит в такую точку его площадки, до которой ему не успеть добежать. Другой вариант своего сервиса американцы применяют, бросая мяч высоко над и за левым плечом, откидывая при этом верхнюю часть туловища налево; затем выпрямляются, нанося очень быстрый удар по мячу снизу вверх, что придает ему движение вертикального вращения и поступательного вперед с легким горизонтальным поворачиванием справа налево. В общем мяч движется вперед и вращается около оси, составляющей с землей угол в 45 градусов.

Мячи, которым придано вращение, необходимо отбивать, нанося им удар, а никоим образом не ждать, когда мяч ударит по ракетке, и в особенности, если его вращательное движение достигло своего максимального развития, ибо таковой мяч, врезавшись в струны ракетки, скользнет по ним и резко сорвется в сторону.

Плоский удар (драйв) «справа».

Драйвом называется прямой, сильный, низкий и длинный удар,—назовем его плоским ударом. Это самый драгоценный из всех основных теннисных ударов. Для нанесения этого удара ракетку двигают вперед и вверх в косом к траектории полета мяча на-

правлении и в момент удара сильно ракетой, как бы щеткой, трут по нем, оттягивая при этом ракету более или менее вверх вытянутой рукой так, чтобы плечо, рука и ракетка составляли приблизительно одну прямую, при чем особенную роль играет предплечье и кисть. Мяч получает сильное поступательное движение вперед с вертикальным вращением (вокруг горизонтальной оси). Главная особенность этого удара состоит в том, что момент, когда мяч еще сохранил всю силу движения вперед и производит впечатление, что должен вылететь, судя по траектории его полета, за пределы площадки, он неожиданно останавливается и ныряет, если можно так выразиться, как подстреленная птица и после падения резко поддается вперед, продолжая вращаться. См. чертеж № 17 изображение траектории полета мяча.

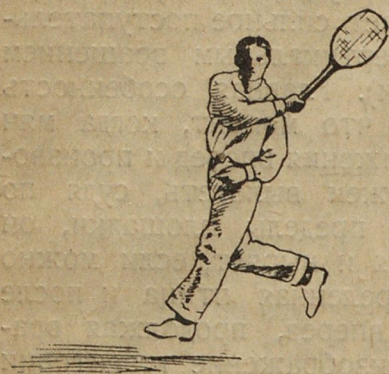


Чертеж 17.

Чтобы вложить как можно больше силы в удар, левую ногу и корпус выбрасывают вперед. Оттяжка вверх ракетки наглядно видна на прилагаемом изображении № 18 игрока Дохерти.

Драйв «слева». Все сказанное об ударах «справа» относится и к ударам «слева». Этот удар является одним из самых красивых, при чем играя драйв слева, с поднятием мяча, чувствуешь как-то больше уверенности, чем при таком же ударе справа. Мяч дол-

жен быть ударен ракетой отчетливо, ранее, чем он попадет в одну плоскость с туловищем. Верхушка ракетки наклонена к земле; рука производит быстрое движение вперед, а также косо снизу вверх в момент столкновения ракетки с мячом. При встрече с мячом поверхность ракетки почти вертикальна; после удара подается дальше и занимает положение как бы продолжения правого плеча (см. прилагаемое изображение № 19, Власто).



Изображение 18.
Драйв во время бега.

рию полета в промежуток времени между первым и вторым прикосновением с землей. Перейдем к рассмотрению ударов в лет и в полу-лет.

Удар в полу-лет. Таким будем называть в дальнейшем удары по мячу в тот момент, когда он, ударившись о землю, начинает отделяться от нее, но не успел еще подняться на несколько сантиметров. Это один из труднейших технических ударов, при попытке нанесения коего даже хорошие игроки часто или направляют мяч в сетку, или совсем не попадают по мячу. Конечно, начинающему нечего и думать о

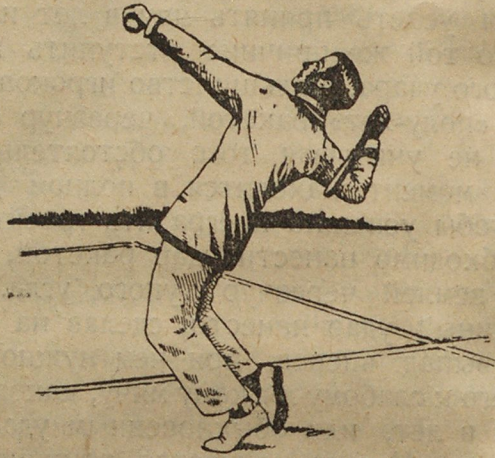


Изображение 19.
Французенка Власто заканчивает
драйв «слева».

нем. Удар этот очень ценен в игре, так как не дает противнику времени подготовиться к отдаче, ни определить предполагаемое направление полета вследствие отсутствия подготовительного размаха ракетой (если следить за движением ракетки игрока, то всегда можно угадать направление посылки мяча). Прибегают к ударам в «полу-лет» большей частью не нападая, а при вынужденной защите, когда уже пропущен случай, когда из-за недостатка времени нельзя успеть принять мяч в лет и нет возможности по той же причине отступить назад для обыкновенного удара. Большинство игроков производит удар в «полу-лет» ракетой, черезчур отклоненной назад, не учитывая того обстоятельства, что мяч в этот момент находится в полном движении вперед, и чтобы успешно преградить траекторию его полета, необходимо нанести удар ракетой, не составляющей с землей черезчур тупого угла. Удобнее всего указанный удар нанести, сделав на один шаг встречный выпад вперед, при чем нужно избегать применять его к слабому мягкому мячу, каковой лучше отбить или в лет, или обыкновенным ударом, т. е. после отскока. Иногда случается этим ударом как «справа», так и «слева» отбивать мяч, уже миновавший игрока, которому, чтобы успешно это сделать, приходится мгновенно занять положение спиной к сетке и, нагнувшись, перехватить мяч. Удар в полу-лет является чем-то средним между обыкновенным и ударом в лет.

Удар в лет. Ударом в лет называют удар по летящему в воздухе от противника мячу прежде прикосновения последнего к земле. В зависимости от высоты полета можно подразделить эти удары на верхние удары в «лет», наносимые над головой; горизонтальные — на уровне плеча; низкие — ниже пояса, как «справа», так и «слева». Ударам этим быстро выучиваются и успешно их применяют лица, обладающие хорошим зрением и верным прицелом.

Они являются незаменимыми, так как неожиданностью и быстротой возвращения мяча, да тем более в неизвестном для противника направлении, застают его неподготовленным к отдаче, заставляют его изменить занятую им выгодную позицию на корте, а часто и совсем приканчивают мяч. Принимают эти мячи или во время бега к сетке (например, сервирующий после сдачи), или ожидают их, стоя лицом



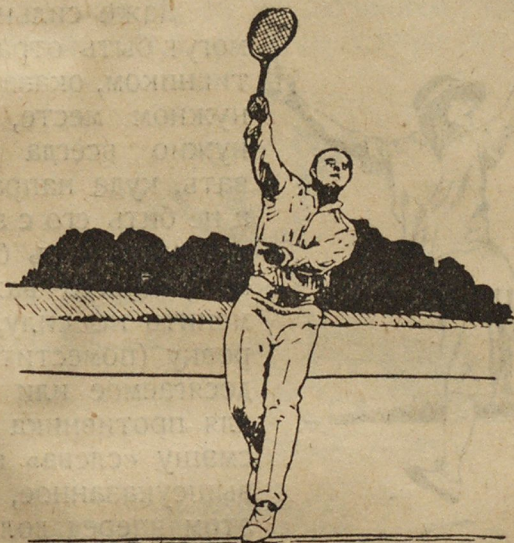
Изображение 20-а.
До «смэша».

к ней, расставив ноги приблизительно на пол-метра, согнув слегка колени, голова и плечи наклонены вперед, ракетка перед игроком в горизонтальном положении, легко поддерживаемая левой рукой за верхнюю часть овала.

Верхние удары в лет. Такими ударами считаются удары по мячу выше уровня плеча. Все вышеописанное относительно сервиса вполне применимо к ним; разница лишь в том, что приходится ударять по мячу прилетающему от противника, а не подкинутому вверх самим игроком, а, следовательно, к такому удару труднее подготовиться, так как неизвестен

момент, когда его придется применить, к тому же нужно большею частью сдвигаться с места, подавшись вперед, назад или в сторону, чтобы их перехватить.

Смэш. Удары, наносимые с плеча по летящему или отпрыгнувшему выше головы мячу, направленные непосредственно в землю площадки противника с такой стремительностью и силой, что мяч отска-



Изображение 20-б;
После «смэша».

кивает от земли столь высоко, далеко и быстро, что противник не может до него дотронуться, называются «смэш». Удачно сыгранный смэш доставляет истинное удовольствие исполнителю и удручающе действует на противника (если нет спасения, лучше иногда направить удар в сетку, чем под смэш — убивку противника, дабы его не подбадривать). Игрок, готовящийся нанести смэш «справа», должен принять следующую позу: левая нога немножко выдвинута вперед, центр тяжести тела на правой (во время удара переносится на левую, чем увеличивается стре-

мительность и сила), которая слегка согнута в колене, готовая подать корпус вперед, голова откинута, туловище отклонено, правое плечо снижено, ракетка сильно сжата в правой руке, левая рука напряжена

и помогает корпусу удерживать равновесие (см. изображения № 20-а и № 20-б, до и после смэша).

Даже сильные смэши могут быть отражены противником, оказавшимся на нужном месте, а потому нужно всегда высматривать, куда направить мяч, а не бить его с закрытыми глазами, лишь бы посильнее. Иногда важнее применить не силу, а пласировку (поместить мяч в недостижимое или неудобное для противника место). К смэшу «слева» применимо вышеуказанное, но при этом вперед должна быть выдвинута правая, а не левая нога. Этот удар применяется лишь тогда, когда встречается настойчивая



Изображение 21.
Смэш на отмашь в исполнении знаменитой Виллс.

необходимость, при чем желательно его играть косо через поле противника. Изображение № 21 наглядно показывает, как производится этот удар на отмашь.

Горизонтальные и низкие удары в лет.

Высокие мячи легче отражать в лет, нежели летящие ниже уровня плеча, так как первые движутся медленно и тем дают время подготовиться к их приему, вторые же налетают быстро и неожи-

данно. Дабы успеть нанести удар в «лет» по таким мячам, нужно проделать столь шибкое движение, что оно производится только кистью и предплечьем, плечо же, рука, корпус почти не играют никакой роли. Иногда мячи, летящие ниже плеча, отражают сильным драйвом, иногда же их подрезают, когда желательнее укоротить их линию полета. При ударах в лет всегда нужно, чтобы ракета ударила по мячу, а не мяч по ракете, за исключением, когда игрок стоит у самой сетки. В этом случае игрок может

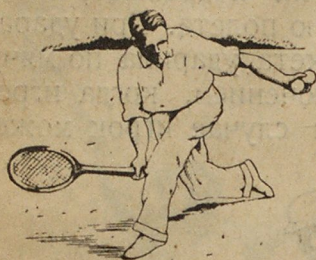


Изображение 22.
Француз Лакост.

не встречать мяч ударом, держа ракету неподвижной при его приближении, а затем, в момент столкновения, быстро ее оттянуть назад. Таким образом мяч, лишенный поступательного движения вперед, упадет по ту сторону сетки совсем без движения. Удары в лет ниже уровня плеча в противоположность высоким, легче производить слева, чем справа (изображение № 22, Лакост).

Если принимают в лет мяч очень низко над землей, то игрок или нагибается, или как бы вытягивается по корту (см. № 23, Ричардс), при чем ракету держит либо в горизонтальном положении, либо в вертикальном, плетенкой вниз. Иногда при этом не

ударяют по мячу, а лишь подставляют ракету, соответственно наклоненную, имея целью перебросить слабый мяч противника через сетку с минимальной силой так, чтобы он затем едва отпрыгнул от земли, что не даст времени противнику добежать до него.



Изображение 23.

Американец Ричардс, выигравший первенство на Олимпийских играх в 1924 г., готовящийся принять низкий мяч в лет справа около задней линии сервиса.

Вообще же удары в лет, за исключением указанных случаев, должны быть наносимы сильно и энергично. Удары в лет, являясь средством нападения, должны применяться в игре как можно чаще, а именно, нужно помнить мудрое правило: не давать летящему мячу коснуться земли, если есть разумная возможность нанести удар в лет.

Закончим отдел об ударах рассмотрением вопросов, связанных с мячами, направляемыми высоко на воздух, именуемыми «свечка», которые могут быть отражаемы как ударом в лет, так и после отскока.

Свечка.

Если игрок все время отражает мячи свечками, это ясный показатель посредственности его игры. Но суметь сыграть «свечкой» умело, в нужный момент, с падением мяча на заднюю линию площадки противника, требует большого искусства и навыка руки. Свечка — защитный удар, применяемый, когда нужно обойти противника, стоящего у сетки, и тем заставить его уйти от таковой, а самому, воспользовавшись продолжительностью полета мяча, занять удобную позицию или даже перейти в нападение к сетке. Многие, в том числе и хорошие игроки, делают постоянно очень высокие свечки, затрачивая

лишнюю энергию, помогая этим противнику, так как предоставляют в его распоряжение больше времени для подготовки к удару.

Для хорошей свечки вполне достаточно, если мяч пролетит над головой противника выше сферы влияния его ракеты и упадет у задней линии. Преимущество низкой свечки — сравнительно быстрый полет мяча. Плохие свечки, сделанные медленно, нерешительно, падают вблизи сетки и становятся добычей противника, приканчивающего их «смэшем». При сильном ветре следует избегать играть высокими свечками, так как ветер, в зависимости от направления, относит их или в сторону, или назад, или задерживает движение вперед, и может случиться, что свечка, рассчитанная на падение у задней линии, снизится в передней части корта противника. Полезны высокие свечки против игрока, которому солнце светит прямо в глаза. Не мешает, по возможности, «свечку» направлять противнику под удар слева. Для производства правильного удара «свечки» нужно непременно ракету подвести под мяч, а его метнуть в воздух. Удар не должен быть отрывист, а, наоборот, ракета следует за мячом. Свечка может быть произведена ударом по мячу после его отскока от земли или когда он летит. Последний удар очень труден и применяется редко.

Свечки можно производить ударами как с «форхенда», так и с «бэкхенда», — в последнем случае лучше удаются резаные свечки, которые являются самыми трудными для приема, так как мяч валится с высоты почти отвесно, а после прикосновения к земле прыгает — в силу приданного ему вращения — не вперед, где его ждет игрок, а назад по направлению к сетке.

Повторим, что сыграть хорошей свечкой очень трудно. Этот удар игрок должен уметь применять из любого положения на корте и в ответ на любой мяч. Свечки в особенности у места в парной игре.

Для женщины же в парной смешанной она незамедлительно, так как позволяет ей обойти игрока у сетки, который всякий другой ее удар мог бы легко перехватить. Большинство игроков не применяют свечек, считая их признаком плохой игры, но нужно отличать скверные свечки начинающих играть в теннис, пока они не выучатся применять другие удары, от свечек, уместно сыгранных на заднюю линию.

В дальнейшем мы рассмотрим, в какой момент эти удары удобнее применить в игре, а также лучшие положения, которые должны занять игроки на корте в различных случаях, т. е. рассмотрим тактику игры.

VII.

Тактика.

Приступая к рассмотрению тактики игры, надо указать игрокам, что им следует усвоить и твердо помнить:

- 1) правила игры;
- 2) быть внимательными во время игры и правильно вести счет;
- 3) во время удара всегда смотреть упорно на ту точку мяча, по которой хочешь ударить;
- 4) наблюдать за правильной постановкой корпуса;
- 5) не стоять прикованным к месту, а в любой момент быть готовым стремительно сорваться;
- 6) наблюдать за движениями ракеты противника, так как по ним уже можно определить направление полета мяча и приданное ему вращение;
- 7) не избегать принимать мяч «слева», подтреенировав в достаточной степени эту Ахиллесову пяту игроков;
- 8) в обыденной игре (не на соревновании) стараться играть не на выигрыш, а на усовершенствование своих ударов;

- 9) выработать хороший сервис;
- 10) не лениться бегать за мячом, но не суетиться;
- 11) не набегать на мяч;
- 12) чаще в нужные моменты бегать к сетке, там легче прикончить мяч;
- 13) не сводить игру исключительно на силу, так как можно быстро вымотаться, а больше заботиться о пласировке;
- 14) высматривать слабые места противника и направлять в эти уязвимые места свои мячи;
- 15) когда противник играет против солнца, давать побольше свечек, но избегать применять таковые во время ветра;
- 16) не волноваться, а всегда держать себя в руках;
- 17) не почитать на лаврах, если победа легко дается, так как распустив себя, предоставляешь противнику возможность оправиться, а в таком случае положение игры может резко измениться;
- 18) в случае, если выигрываешь надо продолжать тактику, если же проигрываешь — менять ее чаще;
- 19) в случае проигрыша не сваливать вину на судью, ракету, нездоровье и т. п., а признать превосходство игры противника;

20) беспрекословно подчиняться решению судьи. Изложив все эти советы, большинство которых тесно связаны с тактикой игры, которая заключается в умении в каждом отдельном случае применять тот или иной соответствующий удар и занять на корте наилучшую позицию, я должен указать, что удачное проведение ее на практике зависит от индивидуальной сообразительности игрока, его способности учесть требование момента.

Изложенное имеет значение как в игре вдвоем, так и вчетвером. Разберем в начале игру вдвоем.

Игра вдвоем. Собственно говоря, имеется лишь одна правильная система игры вдвоем, а именно: играть с середины задней линии и бежать к сетке с целью бить в лет по мячу, возвращаемому противником, только в случае определенной уверенности в трудной приемлемости сделанного сервиса или сдвига противника с занимаемой им позиции удачно направленным мячом.

Надо выбирать момент, чтобы занять нужное место у сетки, а не бегать туда после каждого мяча, как это делают многие, так как на слабый или удобный мяч последует ответ вдоль боковой линии, недостижимый для бегущего к сетке, или обвод свечкой на заднюю линию.

Конечно, к сетке бегать надо на каждый удобный мяч и как можно чаще применять удары в лет, производящие благотворный результат своей неожиданностью, но в меру и во-время, так как неудачные атаки обескураживают игрока. Играть только с задней линии можно рекомендовать новичкам и лицам, обладающим скверным зрением. Все остальные должны, конечно, сочетать игру сзади и у сетки. Иногда обидно бывает смотреть, как детина, чуть ли не хватающий ракетой до небес, стоит прикованным к задней линии и не рискнет двинуться к сетке; займи у нее позицию, он, казалось бы, мог бы сгрести своими длиннейшими лапами все мячи.

Вообще, игроков в теннис по методу игры можно разделить на атакующих и защищающихся. Первые бьют сильными мячами, подчас очень рискованными, желая непременно каждым ударом убить мяч. Вторые же ведут защитную политику, совершенно не рискуют, сами мяч не приканчивают, а лишь поддерживают его в игре, дожидаясь ошибки противника.

Конечно, хорошие игроки должны быть осмозрительными, зря не рисковать, пользоваться чужими ошибками, но и уметь во время провести сильную атаку.

Отсутствие должного расчета в игре и стремление свести ее на быстроту и силу в ущерб более тонким соображениям, не дает плодотворных результатов.

Далее рассмотрим, как нужно применять различные удары и ответы на таковые.

Значение сервиса в игре громадно. В первый мяч нужно вложить всю силу, второй мяч должен быть безошибочным. Сдавать лучше вдоль средней линии, дабы избежать косых ударов, при чем следует менять места, чтобы противник не привык; не мешает почаще сдавать в высмотренное слабое место, напр., под удар «слева». Желательно выработать несколько сервисов и варьировать с применением таковых. После хорошо удавшейся подачи бежать к сетке (см. изображение № 24) добивать мяч, и именно к самой сетке, а не останавливаться на пол-пути—на линии сдачи.



Изображение 24.

Лучший ответ на подачу—сильный плоский удар (драйв) на заднюю линию и косой на боковую, если сдающий бежит к сетке; если же нет, то драйв на среднюю линию, предпочтительно под левую руку. Этот удар имеет большие преимущества, в особенности, если желательно после него самому бежать к сетке, так как при этом легко прикрываются линии полета мяча на углы площадки, которые в ином случае оставались бы открытыми. Помещать мяч на среднюю линию еще тем хорошо, что в этом случае приходится лишь заботиться о длине его и нет опасности угнать его за боковую линию.

Стоять для возврата подачи нужно, соразмеряясь с силой таковой,—иногда несколько шагов за пределами площадки, иногда же впереди задней линии; но, как правило, лучше держаться позади, так как движение вперед более естественно. Ошибка многих заключается в желании с первого же удара выиграть—прикончить мяч силой, а в результате—мяч в сетке.

В дальнейшей игре важно: направлять мяч в то место, с которого игрок рванул, так как мгновенно вернуться очень трудно; заставлять противника бегать, направляя мяч из угла в угол; после ряда длинных ударов применить короткий, да к тому же резаный; направлять мяч в слабое место врага; если из сложившегося положения мало надежды обойти стоящего у сетки ударом вдоль боковой линии или свечкой, то применять сильный низкий драйв с поднятием мяча, целясь прямо в фигуру у сетки, как бы стремясь пробить мячем его насквозь; чаще бегать к сетке, запугивая этим противника; играя у сетки, с воздуха давать побольше косых ударов; если солнце светит в глаза, то дать свечке упасть и бить по ней после отскока; для обхода врага у сетки давать свечки, предпочтительно в косом направлении; не обнаруживать своих намерений, а стараться угадывать неприятельские; перед серьезным соревнованием, ознакомиться предварительно с игрой противника; минут пять проиграть перед началом соревнования, к которому с первого же момента отнестись серьезно, не производя зря ни одного движения.

Так как женщины должны стремиться играть как мужчины, то им надлежит придерживаться указанной тактики. Выработать особую тактику для женщин, которые не хотят постигнуть правильную игру, излишне и даже вредно.

Парная игра *). При игре вчетвером необходимо иметь в виду три важных обстоятельства: положение, занимаемое противниками, свое положение и, на что обращают всего меньше внимания, положение своего партнера. Кроме того, опытный игрок обратит внимание и на характер, и на способ игры как противников, так и своего партнера.

Важнейшим фактором в тактике игры для четырех мы считаем обращение достаточного внимания на занятие верной позиции по отношению к партнеру.

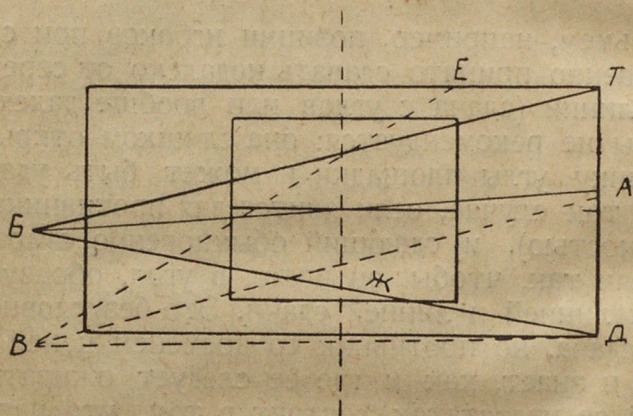
Возьмем, например, позиции игроков при сдаче. Обыкновенно принято сдавать недалеко от середины задней линии (сдача с углов или вообще далеко от середины не рекомендуется: она слишком открывает противнику углы площадки и может быть удачной лишь в том случае, если явится для противника неожиданностью), и сдающий обыкновенно старается сдать мяч так, чтобы он попал в угол, образуемый боковой линией и линией сдачи. Это безусловно хорошая сдача, но противник со временем к ней привыкает и знает, как и где ее следует ожидать; но главный ее недостаток состоит в том, что партнер сдающего может защитить лишь небольшую площадь у сетки, рискуя, что противник ответит ударом по боковой линии, а сам сдающий рискует, что противник ответит диагональным ударом, который не даст ему возможности во-время подбежать к сетке.

Вернее и выгоднее сдавать вдоль средней линии. В таком случае партнер сдающего может встать поближе к середине и защитить большее пространство, так как ответный удар вдоль боковой линии почти невозможен, а сам сдающий имеет большую возможность защитить свою часть площадки, так как мяч при диагональном ударе противника должен

*) Тактика парной игры приводится здесь в разработке Э. Бирса.

упасть почти у самой сетки, чтобы миновать его. Следующий чертеж № 25 доказывает правильность этого взгляда.

Мяч при сдаче летит по направлению А—Б. Принимающий находится у Б. Если сдача последовала по средней линии, то ответные удары Б—Г или Б—Д почти неминуемо попадут на ракету сдающего, подбегающего к сетке, или его партнера, находящегося у Ж. При сдаче в противоположный угол по линии



Чертеж 25;

А—В, принимающий у В может ответить ударом В—Е или В—Д, т. е. совершенно миновать противников и выиграть очко.

Весьма важно, чтобы сдающий при первой сдаче делал возможно меньше ошибок. Является безусловно предпочтительным сдавать менее неистово, но зато чаще попадать в верное отделение при первой сдаче, так как у большинства игроков вторая сдача много слабее первой. При слабой сдаче партнеру сдающего редко представляется случай отбить ответный удар противника у сетки, ему приходится отступить немного, и все преимущество сдачи—ведение атаки—пропадает. При слабой подаче сдающий может под-

бежать и занять выгодную позицию у сетки лишь в том случае, если мяч летит очень медленно, и он с уверенностью может рассчитывать подоспеть к сетке раньше, чем противник произведет удар, или же если сдача так спласирована, что противнику остается только один ответ, сообразно с которым сдающий и занимает позицию. Главное достоинство так называемой «американской» сдачи заключается в том, что она дает сдающему время подбежать к сетке после сдачи. Сдающий обыкновенно принимает все мячи, идущие по середине площадки или попадающие в ближайшее к нему отделение.

Партнер сдающего должен находиться у самой сетки и в таком расстоянии от боковой линии, чтобы он мог отбить мячи, данные вдоль боковой линии. Часто удается внезапным движением к середине убедить противника, что боковая линия не защищена. Быстрое возвращение к первоначальной позиции, когда противнику уже невозможно изменить направление своего удара, дает возможность выиграть очко. Если противник отвечает на сдачу постоянно лишь диагональным ударом, игнорируя боковую линию, то партнер сдающего смело может перебежать к середине сетки и тут же «убивать» мяч.

При слабой сдаче второго мяча партнеру сервирующего следует несколько отступить от сетки, но не далеко, и стараться брать у сетки все мячи, взять которые покажется возможным, или которые могут казаться недостижимыми для сдающего.

Принимающий, при более или менее сильной сдаче, стоит за задней линией, поближе к боковой линии, и должен помнить, что главная его задача — отбросить мяч через сетку, минуя, по возможности, противника. Многие игроки считают, что принимающий должен одним крайне сильным ударом покончить с мячом навсегда, и отвечают на всякую сдачу, независимо от ее характера, сильным ударом, от которого мяч часто летит прямо в сетку или далеко

за пределы площадки. Пласировка много важнее силы. Гораздо лучше ответить на сдачу ударом, причиняющим противнику массу неудобств, сбить его с позиции и самому повести атаку у сетки.

Из важнейших таких «неудобных ответов» укажем на следующие:

1) удар прямо вдоль боковой линии, если партнер сдающего занял позицию не на самой боковой линии, а несколько ближе к середине, или если принимающий сделал вид, будто он даст диагональный удар, и ввел противника в заблуждение, заставив его приблизиться к средней линии;

2) диагональный удар как можно ближе к сетке и по направлению к внешней боковой линии, чтобы сдающий не мог подоспеть и взять мяч налету;

3) сильный, низкий удар вдоль средней линии, особенно, если после нескольких диагональных ударов сдающий подбегает к сетке по боковой линии, а партнер его защищает свою боковую линию;

4) низкий и неожиданный удар, направленный прямо в партнера сдающего; этот удар следует применять лишь в редких случаях, так как главное его достоинство—неожиданность;

5) свечка через голову противника, стоящего у сетки. Этот удар можно применять с большим успехом, когда сдающий быстро подбегает к сетке каждый раз после сдачи. Если противникам и удастся взять этот мяч, отбежав к задней линии, то все-таки принимающий имеет то преимущество, что противники должны были отступить от сетки, и он сам может занять сильную атакующую позицию.

Партнер принимающего должен во время сдачи находиться за задней линией, почти в одинаковом расстоянии от сетки с принимающим. Это единственное правильное место для него; но редко кто, даже из опытных игроков, обращает внимание на важность этой позиции. Обыкновенно партнер принимающего становится у самой сетки или, что еще

неправильнее, близ линии сдачи и этим открывает противнику у сетки громадное пространство, куда направить мяч, если противнику удастся взять ответный удар принимающего с воздуха. Партнер принимающего может защитить свое отделение только с задней линии в момент сдачи. Немедленно после удара принимающего, если такой удар направлен удачно, он должен подбежать к сетке, чем оставить очень небольшую часть площадки, открытой для нападения противника. В остальном он должен стараться оказать содействие принимающему, который, находясь на большом расстоянии от сетки, не может сразу подбежать к ней, и в особенности должен соблюдать правило, что партнеры должны находиться всегда на одинаковом расстоянии от сетки, т. е. линия, проведенная через обоих игроков, должна быть параллельна сетке.

Это последнее правило чрезвычайно важно для всех моментов игры, за исключением момента сдачи, когда сдающий находится за задней линией и должен стараться возможно раньше поравняться со своим партнером. Нам часто приходилось наблюдать, даже на больших состязаниях, как один игрок стоит у сетки все время, между тем как противники не дают его партнеру возможности приблизиться к ней. Такой игрок все время будет бездействовать, потому что противники не дадут ему мяча у сетки, и никакой пользы своему партнеру не принесет. Открывая противникам большую часть площадки, он в то же время дает своему партнеру возможность направлять удары лишь в одну половину площадки противников, так как заслоняет собой большую часть сетки. Если игрок окажется в затруднительном положении, то партнер должен немедленно отступить ему на помощь. Такое отступление, действительно, даст противникам случай подойти к сетке, но зато не открывает такой площади для нападения. Противников можно заставить уйти от сетки, дав им

высокий удар через голову; после отступления противников игрок сам должен подбежать к сетке, чтобы использовать плоды своей тактики. Весьма полезным является также посредством сильных, низких ударов вдоль средней линии заставить обоих противников очутиться на середине площадки и ответить затем на их удар медленным, но осторожно сплассированным мячом вдоль боковой линии, перед которым противники при занятой ими позиции совершенно беспомощны.

Играя против опытных игроков, следует приложить все старания сначала к тому, чтобы сбить их с правильных позиций, а затем уже выигрышный удар последует сам собою. Сдающий может много способствовать достижению этой цели, если владеет различными способами сдачи или если он умеет неожиданно сдавать мяч то в тот, то в другой угол отделения, так что бок или середина площадки противников остаются не защищенными. Высокий удар через головы противников тоже часто сбивает их с позиции, при чем такие моменты следует использовать для того, чтобы не давать противникам возможности вернуться к нападению, а заставляя их защищаться все время. Поэтому игра у сетки много важнее при игре вчетвером, нежели при игре вдвоем. После удачного удара, ставящего противника в затруднительное положение, сетка должна действовать на игроков как магнит; от сетки отступать следует лишь в силу необходимости, помня, что при игре у сетки всегда в выгоднейшем положении будут играющие «мячи налету», сверху вниз, чем отбивающие, хотя бы тоже в лет, но снизу вверх.

Сыгранность, т. е. знание и понимание приемов своего партнера, имеет важное значение в игре вчетвером; чаще всего сыгранность сказывается в решении вопроса, кому брать мяч, идущий по середине площадки между игроками. Двое знаменитых в Англии братьев выработали правило, что в таких

случаях игрок, сделавший предыдущий удар, берет и следующий мяч, если он летит между игроками; но это не всегда применимо. На наш взгляд, лучше предоставить решение таких вопросов, как и вообще ведение тактики игры, более опытному из партнеров.

Игроку, поставленному в безвыходное положение, в котором он непременно должен проиграть очко, мы скорее советуем перебросить мяч за пределы площадки или в сетку, чем дать противнику возможность «убить» мяч у сетки, особенно по направлению к партнеру. Такой удар придает противнику уверенность, а партнера ставит в очень неприятное положение. Вообще следует обращать внимание на психологию партнера. Если он не в ударе или ему не везет, то замечания или упреки едва ли улучшат его игру, а скорее отразятся на его нервах. Также не следует забывать, что играют два партнера, и надо стараться брать все мячи, удобны они или нет. Нет ничего изящнее в теннисе разумной тактики хорошо сыгранной пары.

Парная смешанная игра.

Идеалом смешанной парной игры нужно считать такую, в которой женщины применяли бы тактику, указанную для мужчин в парной игре. Но в виду того, что, за очень малыми исключениями, женщины у сетки не играют, приходится строить несколько иначе расчет игры.

Разберем сначала сдачу и расположение игроков при таковой в смешанной игре:

а) При сдаче мужчины.

Сдающий и его партнерша стоят на задней линии, при сдаче в левый квадрат женщина слева в правый, наоборот. Женщина стоит, примерно, шага на два от коридора. Сдавать следует: 1) *на женщину* — косым мячом на боковую линию, дабы заставить ее удалиться от середины корта; обход по коридору не страшен, так как мяч примет партнерша сдающего; 2) *на мужчину* — применяясь к тактике пар-

ной мужской игры по средней линии. После сдачи как на женщину, так и на мужчину, сдающему следует идти к сетке.

б) При сдаче женщины.

Сдающая, как всегда, в 3—4 шагах от середины корта на задней линии. Партнер же ее у сетки, при сдаче в левый квадрат—слева, в правый—справа близ коридора. Сдавать следует по средней линии, дабы избежать косых ответов, весьма трудных для приема играющей сзади женщины.

Размещение принимающих:

При сдаче обыкновенно принимающая женщина—справа, мужчина—слева:

а) при сдаче мужчины: 1) на женщину—принимающий мужчина у сетки; 2) на мужчину—оба принимающих сзади;

б) при сдаче женщины: оба сзади, так как мужчина-партнер, сдающий находится у сетки.

Сдачи, по возможности, конечно, варьировать и не считать указанных выше положений исключительными. Ответы на сдачу в большинстве случаев выгодно давать на женщину, во-первых, рассчитывая на то, что она слабее мужчины, а во-вторых, что она находится на задней линии. Мужчине следует при первой возможности подходить к сетке и убивать все удобные для убивки мячи, но не забывать, что часто трудный для него мяч бывает совсем прост для ответа его партнерше. Подходить и стоять у сетки приходится очень внимательно, помня, что у сетки находишься один, а партнерша сзади, и что при неосмотрительном положении у сетки за ним открыта вся площадка для косых мячей, недостижимых для стоящей ближе к другой боковой линии партнерши. При отступлении от сетки противника выгодно играть по отступающему. Женщина должна отвечать: а) в случае нахождения противника у сетки против защищаемой ею половины корта, либо косыми ударами на противницу, либо прямой свечкой

по боковой линии через голову стоящего у сетки; б) при нахождении противника у сетки против другой половины площадки, прямыми ударами на женщину или косыми (только не свечкой), за играющего у сетки, если он стоит почти вплотную у таковой. Этими же косыми ударами за игрока, при положении у сетки обоих мужчин—следует пользоваться при убивке мячей в лет.

Заканчивая тактику парной смешанной игры, еще раз напоминаю все советы, данные в предисловии тактики, прибавляя, что мужчине ни в коем случае не следует пренебрегать партнершей и отбирать ее мячи или ставить ее куданибудь в угол, так как ему одному все равно не справиться и противники восторжествуют.

Хороших результатов в смешанной парной игре можно достигнуть лишь при сыгранности игроков в паре, полном их единении в игре и взаимном доверии к силам друг друга. Партнер или партнерша компаньона, сделавшего ошибку, должен его успокоить, подбодрить, но ни в коем случае не злиться и делать укоризненных замечаний, ибо таковые только нервируют и ухудшают результаты игры.

VIII.

Практические советы.

О тренировке. Лучшая школа для поднятия игры в теннис — это соревнование, которое способствует улучшению физических и умственных качеств играющих. Только во время соревнования — этого экзамена достигнутых успехов — применяют должную осторожность и тщательно взвешивают каждый удар, только в это время игрок узнает, что он способен, т. е. выявляет свой настоящий класс.

Чтобы выступить на соревновании во всеоружии, нужно к таковому подготовиться. Тренироваться можно во время повседневной игры, но при условии

не заботиться о выигрыше, а отражать мячи ударами, которые в особенности желательно усовершенствовать. Большую пользу может оказать стенка, описанная в отделе «отдача мяча прямым ударом». Подготовка при помощи стенки, хотя и скучна, но очень полезна. Практичнее, конечно, заручиться помощью другого игрока, который посылал бы мячи в определенное место, а самому тренируемому отбивать в заранее намеченную точку; при чем совершенствовать все удары, но в особенности, конечно, все слабые, большей частью удары в лет и «слева». Безусловно необходимо выработать хорошую подачу. Как ни важно набить руку к соревнованию, но при подготовке необходимо соблюдать меру, чтобы не перетренироваться. В работу нужно втягиваться постепенно и при утомлении немедленно прекращать. Существует местная усталость, когда болит, например, поработавшая нога или рука, или общая усталость, которую можно определить по внешним признакам, как-то: бледность лица, одышка, вялость в движениях, рассеянность и неверность удара. Следует учесть, что субъективное чувство усталости не всегда совпадает с объективной усталостью. Субъективное чувство очень ненадежный признак, оно часто проявляется как запоздалый показатель уже наступившего утомления, но остающегося в недоступном сознанию скрытом виде.

Поэтому во время серьезной тренировки нужно находиться под наблюдением опытного в научном контроле врача.

Тренирующийся должен вести регулярный образ жизни без излишеств и волнений, спать 8 часов, не курить, забыть о существовании спиртных напитков, хорошо питаться—побольше углеводов (сахар, мед, сладости) и легких фосфорных белков (яйца, рыба), меньше пить и пить не залпом, а глотками, а во время напряженной игры совсем не пить, а лишь полоскать рот. Перед состязанием нужно отдохнуть,

можно часок вздремнуть. Приступать к игре лишь спустя два часа после еды, при чем нужно поест так, чтобы во время соревнования не испытывать ощущения голода.

Дыхание. При тренировке многие совершенно забывают о дыхании. Хотя в теннис, как элементы, входят удары по мячу, прыжки, ходьба и бег, т. е. упражнения, развивающие легкие, но чтобы эти движения производить недурно, нужно научиться пользоваться дыханием правильно, а именно глубоко и ритмично. Дыхательная гимнастика должна быть хорошо усвоена, дыхательные движения, укрепляющие дыхательные мышцы и совершенствующие весь дыхательный аппарат, должны быть изучены и постоянно практикуемы.

В связи с делением дыхания на верхнее (шейно-ключичное), среднее (грудное) и нижнее (брюшное), для каждого такого рода дыхания применяется соответствующее дыхательное упражнение. Остановившись на этом вопросе нет возможности, но читателю настоятельно рекомендуется, в виду важности выработки правильного дыхания, ознакомиться со специальной литературой. Здесь упомянем, что дышать необходимо через нос, так как при этом достигается: а) дезинфекция воздуха от пыли и бактерий, оседающих на слизистой оболочке носовой полости; б) медленное, равномерное и постепенное дыхание, являющееся особенно ценным, как позволяющее более совершенно использовать каждую порцию вдохнутого кислорода; в) увлажнение воздуха, попадающего в легкие, предохраняющее от сухости во рту и сохраняющее правильную деятельность голосовых связок; г) массаж вдыхаемым и выдыхаемым воздухом слизистой оболочки и миндалин носоглотки, предохраняющий их улучшением кровообращения от набухания и связанного с этим ухудшения кровообращения в мозгу, последствием чего является понижение памяти, внимания и умственных способностей.

**Несколько со-
ветов.**

Одно из назначений кожи есть выделение летучих ядов, образующихся при обмене веществ в организме. Опасность этих ядов доказана физиологическими опытами, именно, если покрыть кожу животного лаком, оно через короткий промежуток времени умирает вследствие самоотравления задержанными кожными испарениями. Относительно человека известно из медицинских исследований, что достаточно вывести из действия $\frac{1}{3}$ поверхности кожи (например, ожог), чтобы он умер в мучениях при явлениях отравления.

Поэтому необходимо быть очень осторожным при пребывании на солнце (постепенно втягиваться), во избежание ожогов и содержать кожу в чистоте. После игры, конечно, необходимо смыть пыль и пот водой. При этом нужно остерегаться разгоряченным погружаться в очень холодную воду, что вызывает развитие артерио-склероза и нарушает нервную систему.

Следует иметь в виду—если случится растяжение связок, надо прибегнуть к согревающим компрессам и массажу, при нарушении кожных покровов—к иоду.

Так как теннисная игра может культивироваться (за исключением южных местностей), в СССР, вследствие неблагоприятных климатических условий, лишь ограниченное количество времени (4—5 месяцев), то остальное время года теннисисты обязаны не прекращать занятий спортом, а перейти на коньки, лыжи, хоккей, баскетбол, верховую езду, плавание в бассейнах и т. п. Имеется небольшое число лиц, которые круглый год играют в теннис в просторных гимнастических залах в свободные от занятий часы. Но эти залы бывают большей частью мало пригодны для игры вследствие непригодности освещения. Свет должен быть ровным и рассеянным, чего добиться очень трудно.

О Г Л А В Л Е Н И Е.

	СТР.
I. Значение игры, как средства физической культуры	5—9
Особые преимущества тенниса.—Краткие сведения о развитии тенниса.	
II. Площадки для игры в теннис	9—15
Различные типы площадок.— План площадки, с размерами.— Руководство по устройству площадок.— Уход за площадкой.	
III. Принадлежности теннисной игры: мячи, ракеты, сетки, обувь, одежда	15—19
IV. Правила: игры вдвоем, игры втроем и вчетвером; гандикапа, применяемого в теннисной игре с приложением таблиц дифференциального гандикапа.	20—36
V. Соревнования	36—51
Виды соревнований.—Проведение соревнований по различным системам.— Правила для устройства соревнований.— О судьях.	
VI. Техника игры	51—74
Первые советы начинающим.—Способы держания ракеты.— Различные удары, наносимые по мячу: подача—сервис; прямой удар «справа», удар «слева», крученые и резанные мячи с вращением, американская подача, плоский удар — драйв «справа» и «слева», удар в полу-лет, удары в лет «смэш», горизонтальные и низкие и «свечка».	
VII. Тактика: в одиночной игре, в парной мужской и парной смешанной	74—87
VIII. Практические советы: о тренировке, правильном дыхании и проч.	87—90

ИЗДАНИЯ

Ленинградского Губернского Совета Профессиональных Союзов

Редакционно - Издательский Отдел. Бульвар Профес. Союзов, д. № 21,
1-й этаж. Телефон № 6-25-62.

Журнал „Архив истории труда в России“: кн. 1-ая распродана;
кн. 2-ая, 3-ья, 4-ая и 5-ая по 60 коп.; кн. 6—7-ая—1 р.; кн.
8-ая, 9-ая и 10-ая по 1 р. 40 к.

Исторические сборники „Труд в России“: кн. 1-ая—2 р.; кн. 2-ая—
1 р. 50 к.

Историч. журнал „Труд в России“, 1925 г.

Малая энциклопедия профессионального движения и труда.

Ж. Ленин.—Профессиональное движение. 2-ое изд.

К. Майский.—Професс. движение на Западе. Основные типы.

Ю. Тессен и Э. Тершензон.—Хрестоматия по истории рабочего
класса и професс. движения. Том I—1 р. 75 к. Т. II—2 р. 50 к.

В. В. Святловский.—История професс. движения в России. 2-ое изд.

А. Застев.—Професс. союзы и организация труда.

Ж. Гледов (Авило).—Професс. союзы и Советское государство.

Его же.—Петроградские проф. союзы на страже интересов рабочих.
(Распродано).

Э. Тершензон.—Пролетарские кассы взаимопомощи.

Макс Гордон.—Очерк экономич. борьбы рабочих в России (3-ье изд.).

Л. М. Клейнфорт.—Русский рабочий-читатель.

Л. М. Василевский.—Гигиена женского труда.

Его же.—Пылевые профессии.

Его же.—Гигиена труда металлста.

С. Карташов.—Хронометраж.

Ж. Подкопаев.—Основы физиологии в применении к научной орга-
низации труда. 2-ое изд.

А. Хикитин.—Производств. труд и социальная гигиена.

Я. А. Канторович.—Коллективный договор. 2-е изд.

К. Пажитнов.—Из истории рабочих артелей на Западе и в России.
От утопистов до наших дней. (Распродано).

М. Лейсин.—Легкая атлетика для начинающих. (Распродано).

Э. Крадман и М. Содецкий.—Физическая культура зимой.

А. Мендельсон.—На пьяном фронте.

С. Лозинский.—Из истории классовой борьбы. Греция и Рим.

Г. Вейндерг.—Что такое тарифное соглашение, тарифная ставка, то-
варный рубль и тарифная сетка. Второе издание (Распродано).

М. М. Кулишер.—Очерк истории русской промышленности (Распрод.).

М. Гордон.—Наглядная таблица мирового професс. движения. 2-е изд.

Л. Ж. Михалевский.—Основы экономики труда. Фабричный рабо-
чий и его бюджет. (Распродано).

М. Солодников.—Рабочий в свете статистики. (Распродано).

Э-р Л. Вакс.—Труд и отдых рабочих. Обеденный перерыв. (Распрод.).

Сборник руководящих материалов по союзной работе. 25 к.

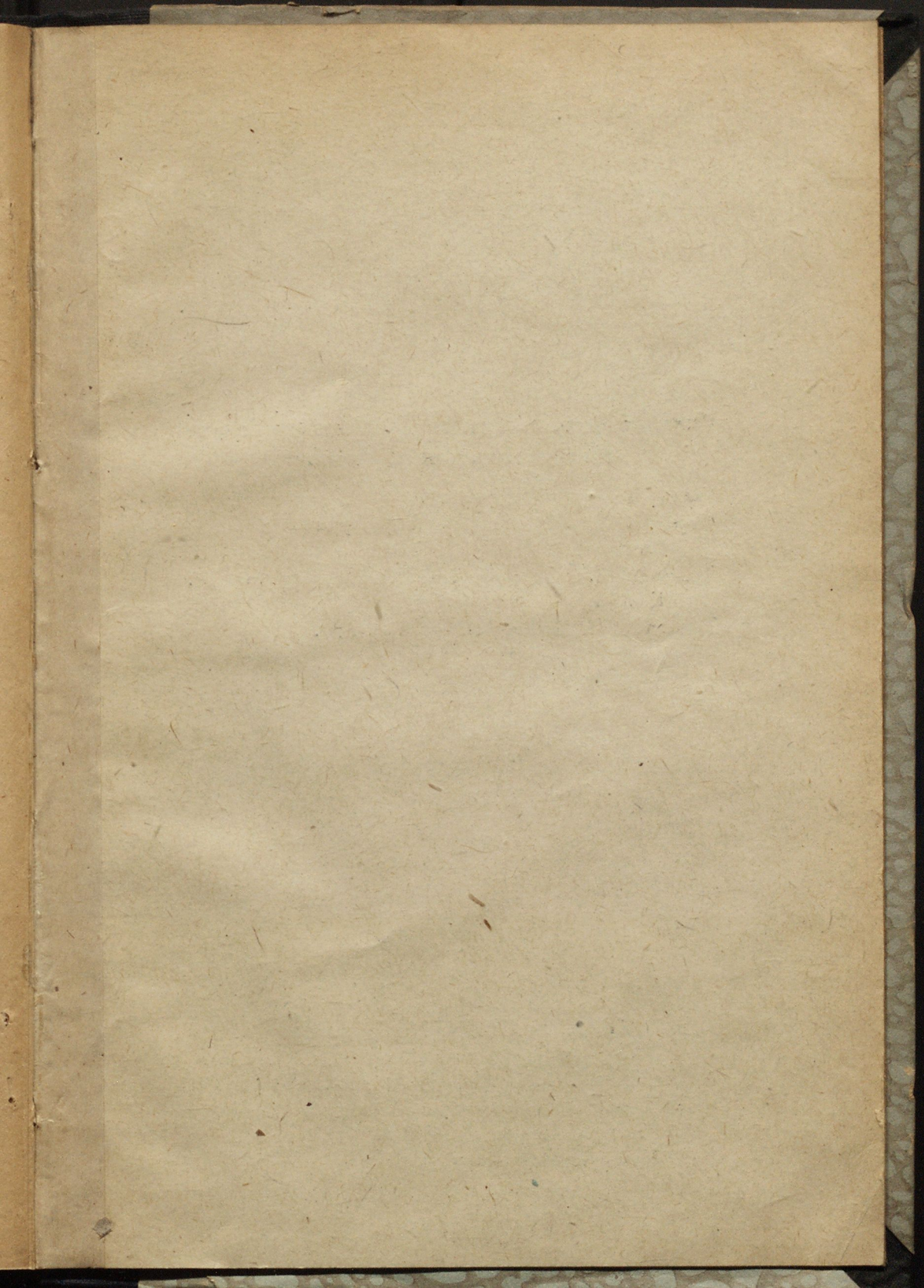
СКЛАД и ПРОДАЖА ИЗДАНИЙ:

в книжных магазинах

Ленинградского Губ. Совета Профессиональных Союзов

1) Просп. Володарского, д. № 51, телеф. 5-98-55.

2) Площадь Труда, д. № 1-39 „ 6-19-18.



Цена 60 к.

3

8/11

**Издания Ленинградского Губернского Совета
Профессиональных Союзов:**

Гальт, К. Легкая атлетика. Ц 40 к.

Королев, Н. Д. Основы физкультуры мужчины и женщины.

Крадман, Д. А. и Собоцкий, М. Физкультура зимой.
Ц. 60 к.

Усиков, П. и Лазак, Б. Гребной спорт.

СКЛАД и ПРОДАЖА ИЗДАНИЙ.

в книжных магазинах

Ленингр. Губ. Совета Профессион. Союзов

- 1) Просп. Володарского, 51, телеф. 598-55.
- 2) Площадь Труда, д. № 139 „ 619-18.
- 3) Международный пр., 124.

