

a. Vị trí và tư thế đứng của người đỡ phát cầu:

+ *Vị trí đứng trong đánh đơn:* Vị trí đứng trong đánh đơn ở vào chỗ cách đường phát cầu khoảng 1.5m. Ở khu vực đỡ phát cầu bên phải thì đứng gần với đường trung tâm. Ở khu vực phát cầu bên trái thì đứng vào giữa. Chủ yếu là đề phòng đối phương trực tiếp tấn công phía bên trái tay. Nói chung, tư thế đứng thì chân trái đứng trước, chân phải đứng sau, hai đầu gối hơi khụy, bụng và ngực hơi hóp, trọng tâm cơ thể rơi vào chân trước, gót của bàn chân sau hơi kiễng lên, một bên của thân người hướng về lưới, vợt đưa về phía trước thân, hai mắt nhìn chăm chú vào đối phương.



+ *Vị trí đứng trong đánh đôi:* Do khu vực phát cầu trong đánh đôi ngắn hơn khu vực phát cầu trong đánh đơn là 0.76m, nên phát cầu trong đánh đôi kiểu cao sâu dễ bị đối phương đập vụt. Do vậy phát cầu trong đánh đôi thường sử dụng kỹ thuật phát cầu ngắn sát lưới là chính. Khi đỡ phát cầu trong đánh đôi cần đứng ở vị trí gần với đường phát cầu gần.

Tư thế chuẩn bị khi đỡ phát cầu trong đánh đôi trên cơ bản giống với tư thế chuẩn bị đỡ phát cầu trong đánh đơn, chỉ có điểm hơi khác là thân người ngả ra trước lớn hơn, trọng tâm cơ thể có thể tùy ý muốn đặt lên chân nào cũng được, vợt có thể đưa lên hơi cao một chút. Điểm đánh cầu là vào lúc cầu bay sang đang có độ cao nhất thì tranh thủ chủ động đánh cầu. Nhưng cũng cần chú ý đề phòng khu vực sân bên phải đối phương phát cầu nhanh ngang bằng tấn công vào

