

Introduktion til Spinfire boldmaskinen



HUSK: Når du har anvendt boldmaskinen, skal du **ALTID** rengøre banen omkring boldmaskinen. Der findes koste på banen eller i boldrummet.

Boldmaskinen kan betjenes hhv. på:

- **Betjeningspanelet på boldmaskinen**
Hovedafbryderen er placeret på betjeningspanelet, og skal altid hhv. tændes inden fjernbetjening eller App kan anvendes.
- **Fjernbetjeningen**
Fjernbetjeningen skal altid opbevares sammen med boldmaskinen efter brug.
- **App på mobiltelefonen**
Du kan bruge din mobiltelefon som fjernbetjening, og f.eks. anvende dine egne øvelser.

Mulighederne er beskrevet på de efterfølgende sider. Leverandørens manualer kan downloades fra <https://www.btk.dk/boldmaskine>



Betjeningspanelet



Hovedafbryder

Den sorte knap i bunden af betjeningspanelet er hovedafbryderen. Der er følgende indstillinger:

- Til højre: Tændt og kører på strøm fra stikkontakten – **Skal altid vælges.**
- I midten: Boldmaskinen er slukket.
- Til venstre: Tændt og kører på batteri – Kan ikke anvendes med den strømforsyning, som findes ved boldmaskinen.

Power

Knappen anvendes til at tænde og slukke for boldmaskinen. Hold knappen inde et par sekunder for hhv. at tænde eller slukke.

Menu

Tryk på knappen Menu for at få adgang til at indstille hhv.

- **Interval**
Det er muligt at justere hvor hurtigt boldene skal affyres efter hinanden.
- **Ball Speed – hastighed**
Det er muligt at justere hvor hårdt boldene skal affyres.
- **Spin**
Det er muligt at vælge om boldene skal affyres med topspin eller underskru. Tal med + angiver topspin, mens tal med – angiver underskru.
- **Elevation – højde**
Det er muligt at justere hvor højt over nettet boldene affyres.

Når du trykker på knappen Menu, blinker menuen og du kan benytte piletasterne Op og Ned for at vælge menupunkterne. Benyt piletasterne Højre og Venstre til at ændre indstillingerne på det valgte menupunkt. I stedet for at vælge en værdi, er det også muligt at vælge Random, dvs. tilfældigt. Tryk på knappen OK, hvorefter det er muligt at aktivere/deaktivere Random.

Når menuen ikke blinker kan du klikke på piletasterne Højre og Venstre for at vælge retningen på boldene. Du kan vælge mellem Narrow, Medium, Wide eller Off. Med andre ord kan du vælge om boldene kun skal affyres lige ud (Off) eller ud til siderne.

Feed

Når boldmaskinen er tændt, kan man starte og stoppe affyringen af bolde. Der går nogle sekunder fra Feed er aktiveret, til første bold afsendes.

Vertical

Når der trykkes på knappen Vertical, vil boldene blive affyret tilfældigt i højden. Værdien for højden vil ændre sig med 4 trin.

Horizontal

Når der trykkes på Horizontal, vil boldene blive affyret tilfældigt fra side til side, dvs. ikke i bestemte retninger.

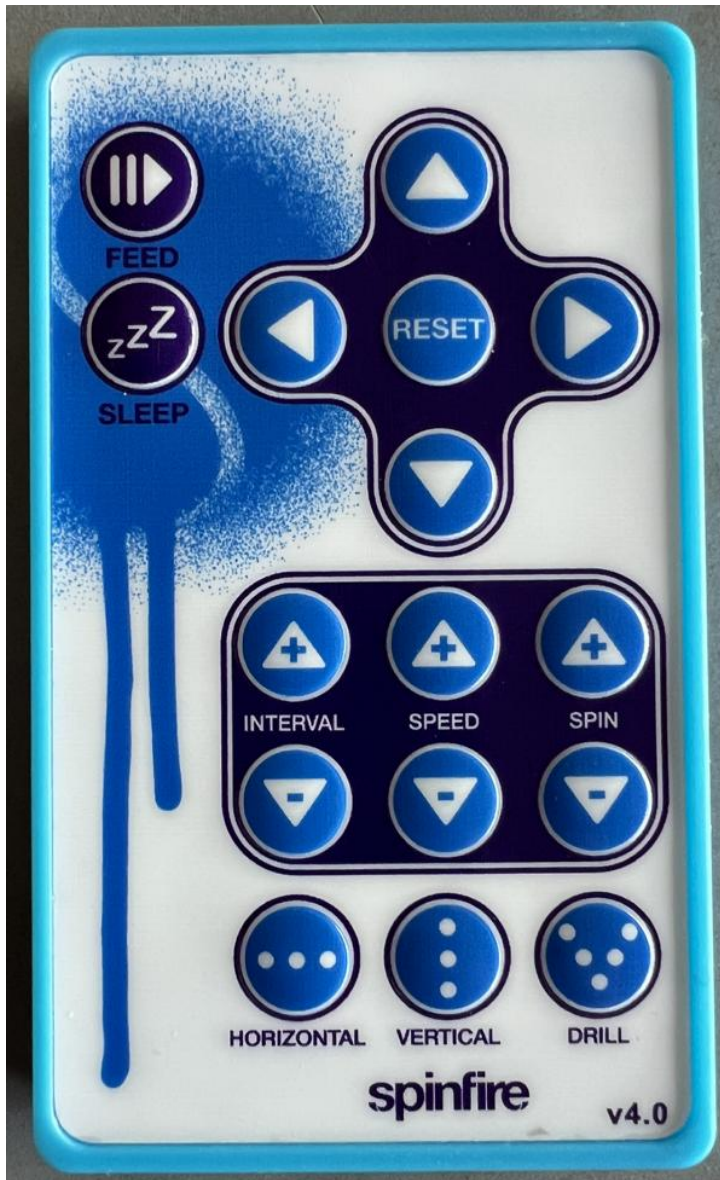
Drills

Når der klikkes på knappen Drills kan du vælge retningen på boldene. Du kan vælge mellem Narrow, Medium, Wide eller Off. Med andre ord kan du vælge om boldene kun skal affyres lige ud (Off) eller ud til siderne.

Fjernbetjening

Fjernbetjeningen skal altid opbevares sammen med boldmaskinen efter brug.

Fjernbetjeningen indeholder stort set de samme funktioner, som findes på betjeningspanelet, men i en mere enkel oversigt.



App på mobiltelefonen

Med App'en Spilfire Pro 2 kan du betjene boldmaskinen og herudover oprette og anvende dine egne øvelser.

<https://www.spinfiresport.com/spinfire-app-guide/>



Øvelser

Spinfire Pro 2 boldmaskinen kan manuelt indstilles til øvelser, der egner sig til både individuel træning og træning med flere deltagere. Udover muligheden for at indstille boldmaskinen manuelt, er boldmaskinen forud programmeret med nogle øvelser, som man blot kan vælge.

De er beskrevet på Spinfiresports hjemmeside:

<https://www.spinfiresport.com/support/spinfire-pro-2-ball-machine-drills/>



Inspiration til øvelser med boldmaskinen

Nedenfor beskrives nogle øvelser og tilhørende indstillinger af boldmaskinen.

Prøv dig frem med de forskellige indstillinger. Det er ofte en god idé kun at justere på én knap ad gangen og se hvordan resultatet bliver efter at boldmaskinen har affyret et par bolde.

Notér eventuelt de enkelte tal for indstillingerne af f.eks. Interval, Speed og Elevation, når du har fundet en øvelse, der passer dig. Så er det nemt at indstille boldmaskinen næste gang.

Øvelse med langsomme og bløde bolde

Hvis man ønsker god tid til hvert slag, og hastigheden på boldene skal være lav, kan man forsøge sig med følgende indstilling:

- Placér boldmaskinen inde på banen mellem baglinjen og servelinjen, og ude i siden mellem single- og doublelinjen, så der er plads til en anden øvelse i den anden side af banen.
- **Horizontal** slås fra, så boldene affyres lige ud hele tiden.
- **Speed** sættes ned, så hastigheden på boldene reduceres.
- **Feed** sættes lavt, så der er god tid mellem hver bold.
- **Elevation** sættes højt, så boldene affyres i en høj bue over nettet.
- **Spin** sættes til 0.

Øvelse med hurtige og hårde bolde

Hvis man ønsker kort reaktionstid til hvert slag, og hastigheden på boldene skal være høj, kan man forsøge sig med følgende indstilling:

- Placér boldmaskinen foran baglinjen (jo tættere på servelinjen, jo kortere reaktionstid), og ude i siden mellem single- og doublelinjen, så der er plads til en anden øvelse i den anden side af banen.
- **Horizontal** slås fra, så boldene affyres lige ud hele tiden.
- **Speed** sættes op, så hastigheden på boldene øges.
- **Elevation** sættes lavt, så boldene affyres i en lav bue over nettet.
- **Feed** sættes højt, så boldene affyres hurtigt efter hinanden.
- **Spin** sættes til en smule topspin, så boldene dykker ned inden baglinjen.

Øvelse med hurtige og topspundne bolde

Hvis man ønsker kort reaktionstid til hvert slag, og meget topspundne bolde, kan man forsøge sig med følgende indstilling:

- Placér boldmaskinen foran baglinjen, og ude i siden mellem single- og doublelinjen, så der er plads til en anden øvelse i den anden side af banen.
- **Horizontal** slås fra, så boldene affyres lige ud hele tiden.
- **Speed** sættes op, så hastigheden på boldene øges.
- **Spin** sættes højt, så der kommer meget topspin på boldene.
- **Elevation** sættes lidt højt, så boldene affyres i en lav bue over nettet. Jo mere topspin, jo højere skal elevation sættes.
- **Feed** sættes højt, så boldene affyres hurtigt efter hinanden.

Øvelse med bolde fra side til side

Hvis man ønsker at boldene skal modtages i hhv. højre og venstre side, kan man forsøge sig med følgende indstilling:

- Placér boldmaskinen omkring baglinjen.
- **Swipe** aktiveres, så boldene affyres fra side til side.
- **Random** slås fra så der altid affyres en bold i hver side.
- **Feed** sættes højt, så boldene affyres hurtigt efter hinanden.
- **Wide – Narrow** justeres alt efter hvor yderligt boldene skal affyres. **Bemærk:** Jo større bredde (Wide), jo længere tid går der mellem hver bold.
- **Speed** sættes op, så hastigheden på boldene øges.
- **Spin** drejes meget til højre, så der kommer meget topspin på boldene.
- **Elevation** sættes lidt højt, så boldene afsendes i en lav bue over nettet. Jo mere topspin, jo højere skal elevation sættes.

Øvelse med bolde der skal afgøres

Hvis man ønsker at træne vindslag på korte halvhøje bolde, kan man forsøge sig med følgende indstilling:

- Placér boldmaskinen omkring baglinjen.
- **Swipe** slås fra, så boldene affyres lige ud hele tiden.
- **Speed** sættes ned, så hastigheden på boldene nedsættes.
- **Spin** drejes til højre, så der kommer topspin på boldene.
- **Elevation** sættes højt, så boldene afsendes i en høj bue over nettet og lander omkring servelinjen. Jo mere topspin, jo højere skal elevation sættes.
- **Feed** sættes lavt, så boldene affyres langsomt efter hinanden.
- Spilleren starter ved baglinjen og løber frem til bolden og slår et vindslag, f.eks. skiftevis cross og longline.

Øvelse med bolde i forskellige retninger

Hvis man ønsker at boldene skal affyres i tilfældige retninger, kan man forsøge sig med følgende indstilling:

- Placér boldmaskinen omkring baglinjen.
- **Swipe** aktiveres, så boldene affyres fra side til side.
- **Random** aktiveres så der affyres bolde i forskellige retninger.
- **Feed** sættes højt, så boldene affyres hurtigt efter hinanden.
- **Wide – Narrow** justeres alt efter hvor yderligt boldene skal affyres. **Bemærk:** Jo større bredde (Wide), jo længere tid går der mellem hver bold.
- **Speed** sættes op, så hastigheden på boldene øges.
- **Elevation** sættes lidt højt, hvis man skal slå grundslag, og lidt lavere hvis man skal flugte til boldene.

Udnyt øvelserne på mange måder

Alle øvelser kan varieres på mange måder med den samme indstilling af boldmaskinen. Når der deltager flere spillere, er mulighederne endnu flere.

Øvelserne kan f.eks. varieres på følgende måder:

- Skift mellem at slå forhånd og baghånd for at træne et hurtigt fodskifte.
- Skift mellem et sliced slag og et slag med topspin.
- Slå første bold som grundslag og løb frem til nettet og slå anden bold som flugtning.
- Slå boldene skiftevis longline og cross.
- Slå alle bolde længere end servelinjen.
- Slå boldene skiftevis som grundslag og lob.
- Ved nettet skiftes mellem almindelige flugtninger og stopbolde.

Øvelsesvarianter med boldmaskinen kombineret med en spiller, der fodrer bolde:

- Slå første bold som grundslag og løb frem til nettet og slå anden bold som flugtning. Herefter løbes ud til siden, hvor du først får leveret en bold til en flugtning, og herefter et lob, som du skal smashe på.
Spilleren, der fodrer bolde, kan i stedet blot fodre med bolde, forsøge at spille boldene. Hvis det mislykkes, skal spilleren have en reservebold i hånden, som så kan anvendes.
- Slå første bold som grundslag og løb frem til nettet og slå anden bold som flugtning. Herefter løbes ud til siden, hvor du først får leveret en bold til en flugtning, og herefter et lob som du ikke må smashe på, men i stedet for løbe tilbage og slå et grundslag.
- Slå første bold som grundslag og løb frem til nettet og slå anden bold som en stopbold. Herefter løbes ud til siden, hvor du først får leveret en bold til en stopbold, og herefter et lob som du ikke må smashe på, men i stedet for løbe tilbage og slå et grundslag.