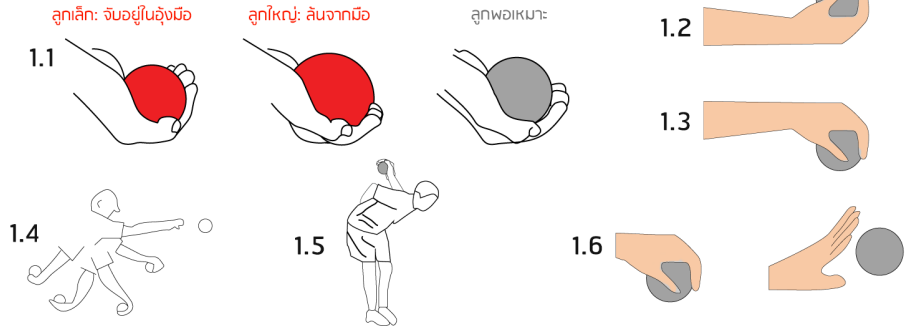


# วิธีเล่นเปตอง



## 1 การจับ และ การโยนลูกเปตอง แบบฝึกพื้นฐานเปตองสู่มืออาชีพ • PONGPANSPORT.COM

- 1.1. ขนาดลูกที่พอเหมาะกับมือผู้เล่น
- 1.2. ลูกวางบนฝ่ามือ นิ้วชิดกัน หัวแม่มืออยู่ด้านข้างไม่ทำแน่น
- 1.3. ปล่อยลูกด้านหน้าจากตำแหน่งใต้มือ
- 1.4. การเคลื่อนไหวขณะโยนลูก
- 1.5. จังหวะเตรียมการโยนลูก
- 1.6. จังหวะเปิดมือขณะโยนลูก



## 2 ท่าเริ่มของผู้เล่น



2.1. ท่านั่งโยน (วางหรือยิงลูก)

2.2. ท่ายืนโยน (วางหรือยิงลูก)

2.3. ท่าแฉ่งเท้า

2.4. การโยนลูก

2.5. การโยนลูกในท่านั่ง

2.6. การโยนลูกในท่ายืน

## 3 การวางลูก หรือ การยิง



3.1. การวางลูก

3.4. การวางลูกแบบโค้งสูง ลูกเปตองถูกโยนไปใกล้ลูกแก่น

3.2. การคลึง วางลูกแบบเลื่อนไป ลูกเปตองคลึงเข้าหาลูกแก่น

3.5. ยิงหน้าลูก ลูกเปตองถูกโยนไกลเป้าหมาย

3.3. การวางลูกแบบโค้งครึ่งส่วน ลูกเปตองถูกโยนไปครึ่งทางระหว่างผู้เล่นและลูกแก่น

3.5. ยิงตรงลูก ลูกเปตองถูกโยนบนเป้าหมาย