



4 SARAN “BORING” SOAL POSITIONING

**YANG HAMPIR GAK PERNAH DIOMONGIN. JUSTRU KARENA
KELIHATAN SEPELE, HAMPIR SEMUA PEMAIN REKREASIONAL
NGELEWATIN INI.**

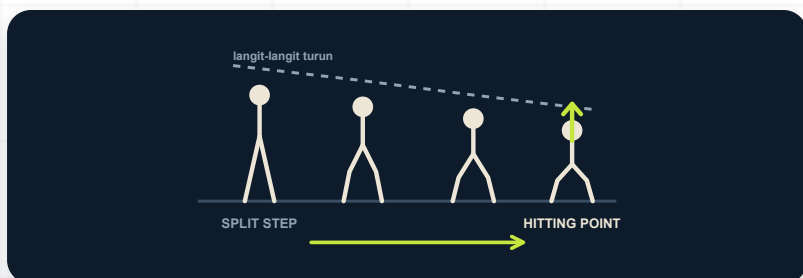
DEVELOPED BY

KNITLAB TEAM

DAFTAR ISI

- 1 **COIL** load power lebih efisien
- 2 **JALUR L** masuk dengan tenaga
- 3 **TITIK EKUILIBRIUM** titik netral di lapangan
- 4 **MAGNET MOVE** jemput, jangan tunggu
- 5 **1 HAL YANG BANYAK ORANG LEWATKAN**

#1 COIL

Apa itu Coil?

Selama bola hidup badanmu rendah, dan kamu turun bertahap **sambil** jalan ke bola, bukan pas udah sampai.

Kenapa ini ningkatin gameplay saya?

Kita semua udah tahu: **tenaga pukulan datang dari kaki, bukan tangan**.

Yang jarang disadari: kalau kamu baru *coiling* pas udah sampai di bola, **itu telat**.

Makanya jarak dari split step ke hitting point kamu pakai buat *coiling* bertahap.

Jadi pas bola sampai, tenaganya udah kesimpenn, tinggal lepas.

Cara implementasi

Tekuk lutut, turun makin dalam sambil mendekat ke bola.

Pas kontak, lepas: naik nembus bola, itu tenaganya keluar.

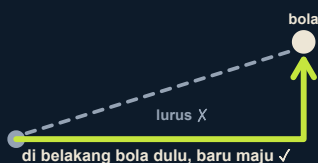
Split step cuma pantulan buat balik ke posisi rendah lagi.

TANDANYA BENAR

Pandangan matamu lebih rendah dari biasanya.

#2

JALUR L

Apa itu Jalur L?

Jalan ke bola nggak lurus nyamperin.

Sampai di belakang bola dulu, baru melangkah maju ke arah bola.

Kenapa ini ningkatin gameplay saya?

Lari lurus ke arah bola bikin kamu pukul dengan open stance. Open stance bukan berarti buruk, tapi cenderung butuh effort lebih dan nguras stamina.

Tujuan jalur "L": biar pas hitting point kamu bisa mukul dengan **close stance**, artinya weight shifting penuh ke arah bola, pukulan lebih bertenaga.

Paling kepakai pas kamu ofensif dan punya waktu. Kalau bola cepet dan kamu kepepet, open stance malah lebih aman.

Cara implementasi

Syaratnya: **jangan berdiri pas di garis baseline**, mundur setengah sampai satu langkah. Tanpa ruang itu jalur "L" nggak terbentuk.

Langkah cepat ke belakang bola, langkah terakhir maju ke bola (close / semi-open stance).

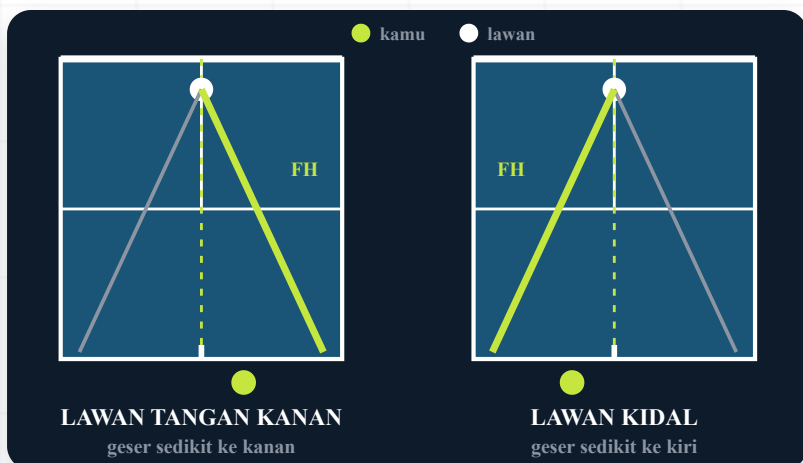
Kalau bola kecepatan, open stance, stabil, jangan maksa maju.

TANDANYA BENAR

Langkah terakhir mendarat ngarah ke bola. Kamu pukul dengan close, atau minimal semi-open stance.

#3

TITIK EKUILIBRIUM

Apa itu Titik Ekuilibrium?

Tempat berdirimu bukan di tengah lapangan, tapi di garis tengah antara **dua pukulan terbaik** yang bisa lawan lakuin.

Kenapa ini ningkatin gameplay saya?

Berdiri di titik ekuilibrium motong jarak lari kamu ke bola berikutnya sampai separuh.

Dari titik itu, ke mana pun lawan mukul jaraknya kira-kira sama, jadi kamu selalu lebih cepat sampai ke hitting point.

Cara implementasi

Habis mukul cross, titik ekuilibriumnya geser ke kanan.

Habis mukul down-the-line, lari cepat ke sisi berlawanan.

Wajib **sudah sampai** di titik itu pas lawan mukul, bukan masih di jalan.

Soal kedalaman: berdirinya **setengah sampai satu langkah di belakang baseline**, bukan pas di atas garis.

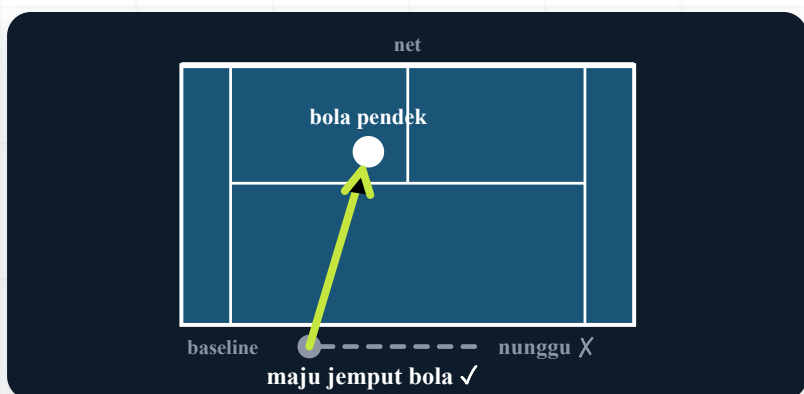
Ini yang bikin jalur "L" (#2) bisa kepakai.

TANDANYA BENAR

Kamu berdiri sedikit lebih kanan atau kiri dari center mark, bukan pas di tengah. Dan kakimu ada di belakang garis baseline, bukan di atasnya.

#4

MAGNET MOVE

Apa itu Magnet Move?

Ini gerakan khusus buat **short ball**.

Short ball itu bola lawan yang mendarat jauh di depan baseline, umumnya di sekitar atau di dalam service line.

Patokan praktisnya, kalau kamu **harus melangkah maju** buat ketemu bolanya, itu udah pendek.

Posisi berdirimu sendiri setengah sampai satu langkah di belakang baseline (#3). Jadi bola yang jatuh 1 sampai 1,5 meter di dalam garis pun udah kehitung pendek.

Dan bola pendek itu di-**jemput**, bukan ditunggu.

Kenapa ini ningkatin gameplay saya?

- Kamu bisa mukul dengan *full power*.
- Kamu bisa pukul di apex atau on-the-rise, motong waktu lawan buat recover ke posisi netral.
- Kamu makan ruang lawan, jadi bisa masuk ke killing zone.

Cara implementasi

Hampiri pantulannya, seberapa banyak langkah yang perlu (satu ya satu, dua ya dua). Ke samping, gerak bentuk "V" (potong lintasan bola dan potong baseline), bukan lari sejajar baseline.

TANDANYA BENAR

Kamu mukul dengan neutral atau close stance.

SATU HAL YANG SAYA HARAP TAHU DARI DULU.

Coba perhatiin lagi empat saran tadi:

Coil

Jalur L

Titik Ekuilibrium

Magnet Move

Semuanya balik ke satu hal yang sama. **Footwork.**

Tapi ada satu hal yang telat banget saya sadari.

Saya udah ngerti keempatnya. Tapi tiap dipraktekin, hasilnya nanggung. Kaki kaya berat, dan saya nggak tahu kenapa.

Saya baru ngeh pas lagi shadow di rumah:

- Tanpa sepatu.
- Tanpa kaos kaki.
- Kaki nempel langsung ke keramik.

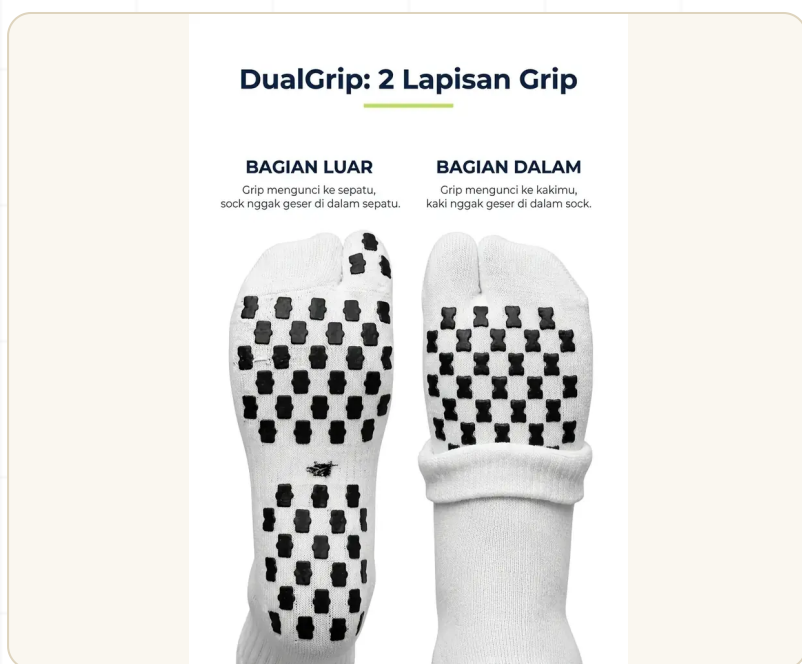
Gerakannya beda. **Cepat, enteng, jauh lebih eksplosif** dari pas main di lapangan.

Awalnya saya kira cuma perasaan. Tapi tiap balik ke lapangan, berat lagi. Sampai akhirnya nyambung:

YANG AKHIRNYA NYAMBUNG

- Bukan footwork saya yang kurang.
- Ada **jeda antara niat dan gerakan** saya.
- Tiap berhenti atau ganti arah, kaki **slip** di dalam sepatu.
- Separuh tenaganya bocor di situ.

Jadi saya bikin yang waktu itu saya cari.



KNIT LAB

Compression Dual-Grip™ Socks. Khusus naikin daya ledak footwork tenis, lewat anti-slip luar-dalam yang ngilangin jeda antara niat dan gerakan.

- **2X daya ledak, langsung terasa**

Grip anti-slip motong jeda antara niat dan gerakan.

- **Main 2 jam, telapak tetap nggak pegel**

Bantalan meluk di telapak dan tumit, redam tiap langkah. Besok bisa main lagi tanpa pegel.

- **Berhenti dan ganti arah tanpa goyang**

Pakai sistem heel-cup buat ngunci kaki jadi solid.

Coba 14 hari.

Tidak puas, uang kembali 100%. Boleh dibalikin walaupun sudah dipakai.

Coba Aja Dulu →

✓ Diuji ke **87 pemain** upper beginner sampai intermediate sebelum rilis.