

u gemovima 5:5, onda jedan od igrača mora osvojiti dva gema uzastopce da bi osvojio set. Da bi se izbjeglo igranje unedogled, može se primijeniti tzv. taj-brejk. Za dobivanje meča igrači moraju osvojiti 3 seta, a igrači 2. Meč traje bez prekida, osim što poslije 3 seta igrači (igračice nakon 2) imaju pravo na 10 min odmora. U igri parova na početku svakog seta utvrđuje se red serviranja, koji se u tom setu ne može promijeniti, ali se može u narednom. O svakom meču vodi brigu vrhovni sudac koji sjedi unutar ograde igrališta, donosi odluku o početku i prekidu susreta, ako je to potrebno. On određuje suca za igru, suca za mrežu i linijske suce. Brigu o razvoju t. u svijetu vode ILTF i WCT, a u našoj zemlji Teniski savez Jugoslavije. T. je bio na programu OI 1896–1924. Najvažnija natjecanja u svijetu su Davis Cup, Wimbledon, međ. prvenstva SAD, Francuske i Australije, Federation Cup, Wightman Cup, King's Cup, Galea Cup, Dablier Cup i Valerio Cup.

Tenis, jugoslavenska teniska revija; izlazi dvomjesečno od 1978; prosječno na 44 str., format 20 cm x 28 cm. Izdavač: Teniski savez Hrvatske u Zagrebu; gl. urednik: dr Drago Krnoul.

tenis oko štapa, rekreativna igra između dva igrača. Na vrhu štapa, duž. 2–2,5 m, privezan je jedan kraj konopca, a na drugom kraju konopca je gumena loptica. Igrači stoje jedan nasuprot drugome na udaljenosti dužine konopca; udarcem reketa po loptici nastoje omotati konopac oko štapa, što se vrednuje kao pogodak (1 poen).

Tenis sport, časopis, mjesečnik izlazio u Zagrebu (1932–36). Podnaslov: Vjesnik Akademskog teniskog kluba Zagreb, Revija za sport i turizam. Službeno glasilo Jugoslavenskog teniskog saveza u Zagrebu, Jugoslavenskog zimsko-sportskog saveza u Ljubljani, Jugoslavenskog table tennis saveza u Zagrebu, Zagrebačkog zimsko-sportskog podsava u Zagrebu. Od 1935 nosi naslov: Sport. Urednik: Marcel Sojat.

tenisil, sintetički materijal za gornji sloj teniskih igrališta.

teniski lakat, oštećenje koje se javlja u području lateralnog epikondila nadlaktične kosti, tj. u području hvatišta ekstenzora skupine mišića podlaktice. Nastaje zbog prekomjernog naprezanja mišića podlaktice, osobito ekstenzora i rotora. Rezultat tog prekomjernog naprezanja su mikrotraumatske promjene na prijelazu mišića u tetivu, u samoj tetivi i na hvatištu tetive za kost. Ovo oštećenje se najčešće javlja kod tenisača. Pokret koji uzrokuje ovo oštećenje je ekstenzija lakta uz istovremenu dorzalnu fleksiju šake i supinaciju podlaktice iz položaja pronacije. Znakovi t.l. mogu se pojaviti iznenada nakon određenog pokreta ili nastaju postupno forsiranjem prije navedenih kretanja. Bolnost se javlja na palpaciju hvatišta tetive ekstremnih mišića podlaktice na lateralnom epikondilu nadlaktične kosti. T.l. se liječi fizikalnom terapijom (naročito ultrazvukom i masažom), povećanjem snage mišića i gibljivosti zglobova ruku, promjenom tehnike udaranja lopte i promjenom teniske opreme (pravilan izbor debljine drška reketa, manja napetost mreže na reketu i dr.).

Teniski savez Jugoslavije, udruženje republičkih i pokrajinskih teniskih saveza, osn. 1922 u Zagrebu pod nazivom Jugoslavenski teniski savez i kao takav djelovao je do početka Aprilskog rata 1941. Član je ILTF od 1923. Poslije Oslobođenja zamjenjuje ga Tenički odbor FISA J, a 1948 obnavlja se pod sadašnjim nazivom, sa sjedištem u Beogradu.

teniski servis, odbojka: vrsta gornjeg servisa. Igrač okrenut licem prema mreži, najprije izbacuje loptu iznad ramena udarne šake, oko 1,2 m vis. i nešto ispred sene, a zatim rukom savinutom u laktu zamahuje unazad preko ramena; trzajem podlaktice prema naprijed ispruža ruku i udara loptu, prebacujući je u protivničko polje. Rad ruke je isti kao u smeču, samo što se lopta ne obara. Udarcem prema naprijed lopta rotira (spin rotacija), čime se skraćuje njena putanja.

teniski top (engl. ball machine), tenis: mehanički električni uređaj za izbacivanje lopti; izbacuje 10–40 lopti (u min) igraču koji stoji na suprotnoj strani igrališta. Koristi se kao mehanički suigrač, naročito u obučavanju tehnike.

Teniski turnir Istarska rivijera, svakogodišnje međ. natjecanje mladih tenisača i tenisačica; održava se od 1972 u rano proljeće u Portorožu, Poreču, Pulji, Umagu i Opatiji.

teniski zid, pomoćni objekt za trening; zid za odbijanje lopte s ucrtanom linijom mreže i ravnom podlogom (najčešće od asfalta) ispred t.z. na kojoj stoji igrač.

tensho (jap.: vrtanja ruke), karate: jedna od klasičnih kata stila gojuryu koji je stvorio Chojun Miyagi. Vježba je kratka, izvodi se u stavu sanchin, a sastoji se od izmjenične rotacije jedne i druge ruke, te konačno od rotacije objiju ruku odjednom.

Tenzing, Norgay (1914), nepalski alpinist, pripadnik plemena Šerpa, koji je sudjelovao u više himalajskih ekspedicija i 1953 se popeo s E. Hillaryjem prvi put na Mount Everest. Poslije toga je bio na Čelu Instituta za alpinizam u Darjeelingu (Indija).

Teodori, tal. cesta za auto-moto brdsko-brzičke utrke kod Terama; duž. 10,2 km, visinska razlika 150 m, cilj na 698 m nadmorske visine.

Teodozijeve dekret, ukaz rim. cara Teodozija Velikog kojim je 394 zabranio daljnje održavanje OI.

Teogen iz Thasosa (< V st.), jedan od najpazbenijih grč. atleta, šakač i pankratist, ugledni političar. Dva puta pobjednik na OI, tri puta na Pitijskim igrama, 10 puta na Istarskim i 9 puta na Nemejskim. Navodno je ostvario oko 1400 sp. pobjeda. Dvostruki periodonik, čašćen kao poluboganstvo.

teoretski remi, šah: poznata i detaljno proučena pozicija u završnici, koja neminovno vodi remiju u slučaju točne igre strane koja se brani.

Ter-Ovanesjen, Igor (1938), sovj. reprezentativac u atletici (1956–72), zaslužni majstor sporta. Nastupio na pet OI (1956–72). Na OI 1960 i 1964 osvojio brončane medalje u skoku udalj. Zlatne medalje osvojio je na PE 1958 (7,81 m), 1962 (8,19 m) i 1969 (8,17 m). Na PE 1966 i 1971 osvojio srebrne medalje.



TEODORI,
auto-moto
cesta

Bio je drugi na PE u dvorani 1971. SR u skoku udalj oborio je 1962 (8,31 m) i 1967 (8,35).

Teran, Janez (1941), veterinar; reprezentativac u stolnom tenisu, član STK Triglav (Kranj), zaslužni sportski Jugoslavije. Višestruki prvak Slovenije. God. 1962 pobjednik na PE u igri parova (s V. Marković). Savezni kapetan reprezentacije 1971–72.

terapeutska gimnastika → kineziterapija

tercio de muerte (španj.), borbe s bikovima: trublji znak koji objavljuje početak trećeg (posljednjeg) čina borbe — ubijanje bika.

tercio de banderillas (španj.), borbe s bikovima: trublji znak na koji se pikadori pojavljuju iz arene.

Tereba, Václav (1918), čehosl. reprezentativac u stolnom tenisu. Na PS osvojio 17 medalja (4 zlatne, 4 srebrne i 9 brončanih); međ. prvak Engleske 1947.

terenski skok, skijanje: element tehnike skijanja za svladavanje prepreka na stazi, kao što su terenske neravnine, grbe i prijelomnice. Iz ravnog spusta skijaš, se počevši spušta u niži stav; kod manjih brzina ubodom štapova u visini vrhova skija, snažno se odrazi opružanjem koljena. U zraku se koljena privuku grudima, a neposredno prije doskoka opet opružaju. T.s. se može izvesti i bez pomoći štapova, naročito pri većim brzinama, tako da skijaš neposredno prije neravnine prijede u dublji počevanje, snažno se odrazi nogama i trupom u smjeru gore i naprijed, uz istovremeno privlačenje koljena. Doskok mora biti mekan i elastičan u koljenima s iskorakom jedne skije naprijed.

terensko jahanje, utakmica na zemljištu s preponama ili bez njih, na stazi od 25 do 35 km koju treba prijeći bez prekida u jednom danu. Staza može biti obavezna ili slobodna (u drugom slučaju postavljaju se kontrolne stanice); može biti podijeljena na više nezavisnih dijelova koje treba prijeći u određenoj ili slobodnoj brzini (po putovima, individu-