

fußball training

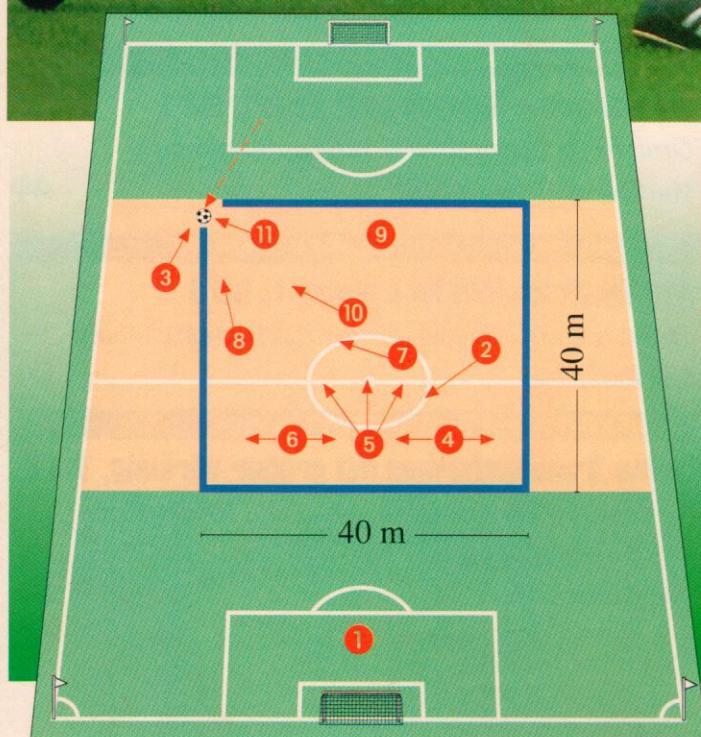


Herausgeber:
Gero Bisanz, Mitglied
des DFB-Lehrstabs

NOV./DEZ. 1995
13. JAHRGANG
DM 11,-

11/12

**Die Zeitschrift
für Trainer, Sportlehrer
und Schiedsrichter**



MODERN VERTEIDIGEN

**Viererkette –
die Erfolgsstrategie?**



Ein „Hans-dampf in allen (Fußball-)Gassen“!

Runde Geburtstage sind immer ein guter Anlaß, dem Jubilar nicht nur Glück zu wünschen für künftige Jahre, sondern auch dazu, Dank abzustatten. Gero Bisanz, Herausgeber dieser Zeitschrift seit ihrer Gründung, ist am 3. November 60 Jahre jung (siehe Foto) geworden. Und weil diese Zeitschrift und ihre Leser diesem Gero Bisanz

wirklich viel zu verdanken haben, müssen wir ihn – völlig gegen den Willen dieses so überaus bescheidenen Mannes – an exponierter Stelle dieser Doppelausgabe zum Ende des 13. Jahrgangs von „fußballtraining“ angemessen herausstellen!

Als wir 1982 als noch sehr junger Verlag an die Gründung dieser praxisnahen Fachzeitschrift für Fußballtrainer dachten, war eine der wesentlichen Fragen, wem wir die Aufgaben des Schriftleiters antragen sollten. Der Kandidat sollte einerseits ein absoluter Fachmann sein, zum zweiten ein ausgewiesener Praktiker, zum dritten von den Kollegen und im DFB anerkannt und zu guter Letzt möglichst noch ein Sympathieträger...

Nicht erst heute wissen wir: Es war ein glücklicher Griff, auf Gero Bisanz zuzugehen, der schon damals die Fußball-Lehrer-Ausbildung des DFB an der Kölner Sporthochschule lenkte und prägte. Er hat uns immer darauf hingewiesen, daß er mit Blick auf sein Zeitbudget eigentlich hätte „Nein“ sagen müssen – nur reizte es den bewährten Pädagogen und erfolgreichen Buchautor, mittels des dafür ideal geeignet scheinenden Mediums Zeitschrift Monat für Monat wirklich die Basis des Amateur-Fußballs hierzulande und – was ihm noch wichtiger war – die Jugendtrainer erreichen zu können. Auch als ihm der DFB das Amt des Frauen-Bundestrainers antrug und seine Zeit für

nebenberufliches Engagement damit weiter beschränkt worden war, hat sich Gero Bisanz bis ins Detail für die Weiterentwicklung dieser Zeitschrift eingesetzt. Wer schon seit Jahren zu unseren Lesern gehört – und das ist von den jetzt 16000 Abonnenten der Großteil –, hat verfolgen können, wie sich „fußball-

training“ seit der Erstausgabe 1983 in der Tat kontinuierlich weiterentwickelt hat. In vielen Redaktionssitzungen und Einzelgesprächen mit der Redaktion im Verlag hat Gero Bisanz immer wieder seine riesige Erfahrung als Pädagoge und Trainer eingebracht. Gott sei Dank hat er versprochen, das auch weiterhin zu tun – 60 Jahre sind schließlich für einen „Hansdampf in allen Fußballgassen“ wie ihn kein Alter. Danke, Gero Bisanz!

**Konrad Honig
Verleger**



Passend zu diesem Heft: Die „Viererkette“ von „fußballtraining“ mit (von links) Dietrich Späte (verantwortlich für die Trainerzeitschriften im Philippka-Verlag), Verleger Konrad Honig, Gero Bisanz und „fußballtraining“-Redakteur Norbert Vieth.

In diesem Heft

NOVEMBER / DEZEMBER 1995

SPIELANALYSE

Modern verteidigen – aber wie?

Eine Einführung in das Thema

Von Gero Bisanz und Norbert Vieth

PROFITRAINING

Mit System zum Erfolg

Das 4 – 4 – 2-System von Fortuna Sittard

3 Von Henny Kormelink und Tjeu Seeverens

37

SPIELANALYSE

Die Philosophie der Viererkette

Die Grundelemente dieser Spielkonzeption

Von Daniel Jeandupeux

JUGENDTRAINING

Verteidigen – Agieren „mit Auge“, Teil 1

Grundverhaltensweisen richtigen Abwehrens

6 Von Detlev Brüggemann

44

AMATEURTRAINING/HÖHERER BEREICH

Die Manndeckung ist out!

Vorstellung eines zeitgemäßen Spielkonzepts

Von Uwe Erkenbrecher

15

54

JUGENDTRAINING

In moderne Spielsysteme hineinwachsen!

Zur Spieldauffassung im Jugendbereich des VfB Stuttgart

Von Wolfgang Geiger

JUGENDTRAINING/GRUNDLAGENTRAINING

Alle Taktik beginnt im 1 gegen 1, Teil 1

Trainingsmöglichkeiten für die Zweikampfschulung

Von Ralf Peter

JUGENDTRAINING/LEISTUNGSTRAINING

Kleine Trainingsformen mit großer Wirkung, Teil 2

Anregungen für eine interessante und lernintensive Trainingsgestaltung

Von Norbert Vieth

60



Modern verteidigen – aber wie?

Einführung in das Schwerpunktihema.
Ein Beitrag von Gero Bisanz und Norbert Vieth.

FOTO: FOTOGENTUR STEPHAN

Die Diskussion um die „Viererkette“ greift zu kurz!

Noch nie wurde in den Medien so viel über Fußball-Taktik berichtet.

Selbst auf den Sportseiten der Tageszeitungen oder in den Fußball-Shows der Privatsender ist da plötzlich von „Pärchenbildung“, „Kontrollierter Offensive“, „Verschieben der Mannschaftsteile...“ und vor allem von der berüchtigten „Viererkette“ die Rede.

Über pseudowissenschaftliche Erklärungsversuche kommt der allergrößte Teil der Berichterstattung dabei aber nicht hinaus. Das interessierte Fußballpublikum ist nachher meistens nicht klüger als zuvor.

Nun muß dieses plötzliche Interesse der Fußball-Öffentlichkeit und der Sportmedien am „Sachlich-Fachlichen“, also an taktischen Zusammenhängen eine Ursache haben.

Unserer Meinung nach ist diese breite Taktik-Diskussion vor allem der Ausdruck grundsätzlicher Situationsmerkmale und Trends im deutschen und internationalen Fußball.

Das finden Sie in dieser Ausgabe

- Leitlinien für das moderne Abwehrspiel
- Konsequenzen für die Nachwuchsausbildung
- Beispielhafte Spielsysteme und -konzeptionen

Anleitungen für die Einführung eines neuen Spielsystems

- Praktische Trainingsanregungen für die individuellen und gruppentaktische Schulung des Abwehrverhaltens
- Tips für das mannschaftstaktische Defensivtraining

Entwicklung der Spielsysteme

Grundordnungen oder auch Spielsysteme verändern sich von Zeit zu Zeit. So hat sich auch im Zeitraum zwischen den Weltmeisterschaften 1990 und 1994 ein Trend zu einer bestimmten Grundformation vollzogen.

Spielten in Italien 1990 noch weit aus die meisten Mannschaften mit einem Libero, so verzichteten 1994 in den USA fast 50% der WM-Mannschaften auf einen Libero. Auch die WM-Finalisten Brasilien und Italien bevorzugten dieses Abwehrsystem.

Schwierigere internationale Wettbewerbssituation des deutschen Fußballs

Nicht nur das Abschneiden der Nationalmannschaft bei der letzten WM konnte nicht zufriedenstellen.

Vor allem muß auch registriert werden, daß die großen Erfolge deutscher Vereine bei internationalen Wettbewerben bereits einige Zeit zurückliegen. So ist es schon „eine kleine Ewigkeit“ her, daß 1983 mit dem HSV eine deutsche Mannschaft den Europapokal der Landesmeister holte.

Berti Vogts stellte so beim Internationalen Trainerkongreß in Leipzig fest: „Das Niveau stagniert. Andere Nationen haben uns längst eingeholt, und wir müssen aufpassen, nicht überholt zu werden!“

Nun greift aber unserer Meinung nach eine Schlußfolgerung aus diesen beiden parallelen Entwicklungen zu kurz: Nämlich die Feststellung, die Defizite des deutschen Fußballs würden allein aus antiquierten Spielsystemen resultieren.

Mit einer plötzlichen Umstellung vom „traditionellen“ 3-5-2-System auf ein angeblich moderneres 4-4-2 mit „Viererkette“ ist noch nichts erreicht.

Mit Schlagwörtern wie „Viererkette“ oder einer unkommentierten Gegenüberstellung von Spielsystemen werden nur wichtige Entwicklungstendenzen im Fußball verkürzt oder teilweise sogar verfälscht.

Grundsätzliche Trends beachten!

Vor einer Diskussion um Spielsysteme kommt es also zunächst darauf an, grundsätzliche Trends im internationalen Spitzfußball zu ermitteln.

Also: Wodurch zeichnet sich der Fußball von morgen aus?

Mit Blick auf den Defensivbereich sind dann diese Grundsatzfragen wichtig:

- Was sind die übergreifenden Grundmerkmale einer modernen Abwehr-Organisation?
- Welche individualtaktischen Grundlagen muß ein zukünftiger Spitzenspieler in der Defensive beherrschen?
- Aus welcher Abwehr-Organisation läßt sich am besten ein attraktives und erfolgreiches Angriffsspiel gestalten?

Diskussionen sind für eine Weiterentwicklung des deutschen Fußballs unerlässlich. Defizite in allen Bereichen des Spiels müssen ermittelt und aufgedeckt werden. Nur ist hierbei vor einer einseitigen, „Systemorientierung“ zu warnen.

Nur eine plötzliche Systemumstellung in allen Spielklassen kann nicht die Lösung sein – nach dem Motto „Die Viererkette als Allheilmittel!“

Ziele dieser Ausgabe von fußballtraining

Aus diesen Grundüberlegungen heraus hat dieses Schwerpunkt-heft von „fußballtraining“ zum Thema „Modernes Verteidigen“ vor allem diese Ziele:

- „fußballtraining“ möchte grundsätzlich Elemente einer effektiven und attraktiven Abwehrorganisation aufzeigen („Ballorientierte Raumdeckung“, „Zur-Ball-Verteidigung“)
- „fußballtraining“ möchte den übergeordneten Stellenwert der individualtaktischen Ausbildung unabhängig von allen Spielsystemen und die Konsequenzen für die Nachwuchsarbeit aufzeigen
- „fußballtraining“ möchte mit der Vorstellung verschiedener Spielsysteme und Deckungskonzeptionen zur Diskussion und zum Nachdenken über taktische Zusammenhänge und Konstellationen anregen. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, mit oder ohne Libero zu spielen, seine Aufgaben so oder so zu interpretieren
- „fußballtraining“ möchte verhindern, daß neue Trends in der Spielorganisation nicht richtig eingeschätzt und „blind“ übernommen werden.



„Jugendspieler müssen besser ausgebildet werden“

(Rolf Fringer und Aad de Mos über den Fußball in Deutschland im „kicker“)

Rolf Fringer zur Jugendarbeit:

„Grundsätzlich ist es schwierig, etwas zu imitieren. Jetzt spricht alles von Amsterdam, von der vorbildlichen Jugendarbeit. Vor fünf Jahren hat jeder vom AC Milan geschwärmt. Aber ich meine schon, daß auch in der Jugend so gespielt werden muß, daß man sich weiterentwickelt. Wenn einer fußballerisch was bringt, dann müßte das höher eingestuft werden, als wenn einer nur destruktiv arbeitet, nur zerstört. Wenn jeder kreativ ist, kommt man weiter. Jeder Spieler muß je nach Situation in der Defensive arbeiten können. Das müßte in der Jugend schon gelehrt werden.“

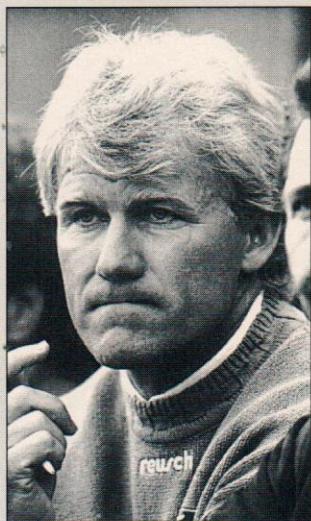
Rolf Fringer zur Taktik:

„Die Taktik, das System sind das eine ... Die Deutschen haben oft genug bewiesen, daß mit anderen Tugenden wie Kampfkraft, Willen und Moral Spiele auch zu gewinnen sind. Von daher darf man die ganze Taktik-Diskussion nicht überbewerten.“

„Man kann sich taktisch immer weiterentwickeln. In Deutschland wird schon seit jeher das geliebte System mit Libero, zwei Manndeckern und zwei Außenverteidigern gespielt. Doch es gibt auch weitere

Möglichkeiten. In der Schweiz wird flexibler gespielt. Da gibt es Mannschaften, die spielen nach dem deutschen Schema, andere praktizieren das klassische 4-4-2, wieder andere sogar das holländische 3-4-3, einige ein 4-3-3.“

Rolf Fringer zur Viererkette:
Was heißt Viererkette? Wichtig ist, daß man die Zusammenhänge sieht. Es gibt gewisse Vorteile im Spiel nach vorne, man ist zum Beispiel weniger konteranfällig. Doch man darf nicht den Fehler machen, die Viererkette isoliert zu betrachten.“



Aad de Mos zur Viererkette:

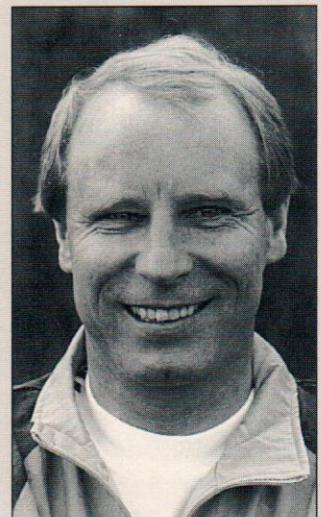
Man kann die Viererkette unterschiedlich spielen. In Brasilien habe ich Teams erlebt, die spielen mit vier Mann hinten, die anderen sechs sehr variabel. So ergeben sich viele Möglichkeiten, gerade um die Stärken der einzelnen herauszustellen.“

Patrik Andersson in einer „kicker“-Diskussion

Patrik Andersson zur Viererkette:

„Sie hat Vorteile: Ich muß in der Viererkette die Räume eng machen und mit dem Gegenspieler nicht so viel mitlaufen, er kommt automatisch zu mir.“

...
„Wir arbeiten viel zu wenig daran. In Schweden und England wird das mehr trainiert. Die vier hinten trainieren zusammen, als fester Block.“



Berti Vogts zur Nachwuchsarbeit:

„Wir müssen unten anfangen. Wenn wir im Jahr 2006 die WM ausrichten wollen, müssen wir heute an die Zwölfjährigen rangeln. Dazu sind Konzepte nötig, der Straßenfußball muß in den Jugendfußball integriert werden.“

Morten Olsen zur Taktik und Nachwuchsarbeit:

„Im taktischen Bereich müssen die Deutschen viel von den Holländern, Belgiern und Skandinavieren lernen. Die Ausbildung für das Raumsystem ist dort besser, mehr Spieler sind spielfähiger.“

...
„...daß Jugendmannschaften mit Libero spielen, halte ich für total blödsinnig, sie sind damit taktisch viel zu früh festgelegt.“

„Die Bundesliga ist fast naiv offensiv“

(Giovanni Trapattoni im „Kicker“)

„In der Bundesliga wird ohnehin schon so offensiv gespielt, daß es bis an die Grenze zur Naivität geht. In Italien dagegen wird viel attraktiver gespielt.“

„Ein bißchen dummer Fußball“

Wie gut ist der deutsche Fußball? – Trainer Morten Olsen, Bundestrainer Berti Vogts und Gladbach-Spieler

Spitzenniveau im Fußball von morgen erfordert ein systematisches, zukunftsorientiertes Training heute! Das ist der Leitgedanke des vom DFB-Trainerstab neu erarbeiteten Trainingskonzepts.

GESTALTEN SIE SCHON HEUTE DEN FUSSBALL VON MORGEN

Die jetzt mit Band 1 gestartete DFB-Lehrbuchreihe „Fußball von morgen“ zeigt,

- wie im DFB trainiert und gespielt werden soll: von den Anfängern bis zu den Profis,
- was Trainer der verschiedenen Lizenzstufen wissen müssen,
- wie erfolgreiche Nachwuchsförderung in der Praxis aussieht.

Band 1, „Grundlagen- und Aufbautraining“, stellt die Trainingsarbeit mit 6- bis 14jährigen Fußballern vor. Ob Sie als Trainer über eine Lizenz verfügen oder nicht – mit diesem Buch haben Sie in jedem Fall einen Leitfaden für effektive Trainingsgestaltung zur Hand: praxisnah, verständlich geschrieben sowie didaktisch durchdacht aufgebaut und illustriert. 132 Seiten, gebunden, DM 29,-



Die Autoren:

Gero Bisanz, Ausbildungschef des DFB, Herausgeber der Zeitschrift „fußballtraining“. Norbert Vieth, Vereinstrainer im höchsten Jugendbereich, Redakteur der Zeitschrift „fußballtraining“.

Weitere Bände erscheinen 1996 und 1997 zu den Themen Leistungstraining (höhere Jugendklassen, Amateure) sowie Coachen.

**FUSSBALL
VON MORGEN**

**Grundlagen- und
Aufbautraining**

1

OFFIZIELLES LEHRBUCH DES DEUTSCHEN FUSSBALL-BUNDES

philippa



Der BDFL stellte den Internationalen Trainer-Kongreß 1995 in Leipzig unter das Leitmotiv „Fußball International“. Die Grundüberlegung dabei war: Ideen, Konzepte, Spiel-auffassungen und -systeme anderer Nationen können immer als wertvolle Impulsgeber für eine Weiterentwicklung des deutschen Fußballs wirken. Auf großes Interesse beim Kongreßpublikum stieß vor allem das Referat des ehemaligen Schweizer Nationaltrainers zu einem momentan hierzulande von allen Fußballanhängern heftig diskutierten Taktikbegriff.

FOTO: FOTOGENTUR STEPHAN



Die Philosophie der Viererkette

Was sind die Grundelemente dieser Spielkonzeption und wie lassen sich diese effektiv trainieren und vermitteln? Ein Beitrag von **Daniel Jeandupeux**

Daniel Jeandupeux ist nach eigener Aussage schon seit der perfekten Demonstration der Viererkette durch die schwedische Mannschaft IFK Göteborg in Europapokalspielen Mitte der 70er-Jahre ein Anhänger dieses Spielkonzepts. Innerhalb seiner eigenen Trainertätigkeit als Nationaltrainer der Schweiz und Cheftrainer bei FC Zürich, SM Caen, FC Toulouse und Racing Club Strasbourg setzte er dann diese Spielkonzeption mit seinen Mannschaften um. Der Schweizer Profitrainer weiß also wovon er spricht, wenn er die Grundelemente der Viererkette in Theorie und Praxis vorstellt.

Einleitung

□ Die letzte Weltmeisterschaft in den USA 1994 hat verdeutlicht, daß hinsichtlich der Spielorganisation eine Entwicklung stattgefunden hat.

Denn 3 von 4 Halbfinalisten haben mit einer Viererkette gespielt. Vor allem aber ließen bereits die Erfolge sogenannter „kleiner Fußballnationen“ innerhalb der WM-Qualifikation, die dieses System bevorzugen, aufhorchen: So konnte etwa Norwegen England besiegen, die Schweiz schaltete Portugal aus und Irland qualifizierte sich relativ sicher für die WM.

□ Mit Anwendung der Viererkette verfolgt eine Mannschaft zunächst grundsätzlich das Ziel, in Ballnähe eine Überzahl herzustellen, um den Ball im Spiel 2 gegen 1 zurückzuerobern (häufig bedrängt der eine Spieler den Ballbesitzer und der andere erobert den Ball). Anstelle eines individuellen Zweikampfs zwischen Angreifer und Verteidiger tritt hier also im Defensivbereich ein Zusammenwirken von Postionsgruppen.

Diese Bewegungen in Richtung Ball (in der Viererkette folgt der einzelne Spieler nicht seinem direkten Gegenspieler) erlauben es, den jeweiligen Ballbesitzer der gegnerischen Mannschaft in idealer Weise einzukreisen und von allen Seiten anzugreifen.

Die Ziele der Viererkette

■ Das Herstellen eines kompakten Mannschaftsverbandes gegenüber Angriffsaktionen des Gegners.

Verengung der Spielräume durch eine abgestimmte Raumaufteilung und enge Verbindung zwischen den einzelnen Mannschaftsteilen.

■ Schnelle Balleroberung zur Einleitung eigener Angriffe.

■ Effektiveres und leichteres Umschalten auf Angriff aus einer bestimmten Grundordnung heraus.

GRUNDFORMATION

4 – 4 – 2-System

Die hier beschriebenen Grundverhaltensweisen eines Defensivkonzepts basieren auf einem 4–4–2-System.

Bei diesem 4–4–2-System in „Reinkultur“ wird mit 2 Viererreihen gespielt:

■ 4 Verteidiger („Viererkette“), wobei diese sich immer (fast) auf einer Linie mit dem Mitspieler aus der Viererkette bewegen, der gerade den Angriffsspieler der gegnerischen Mannschaft attackiert

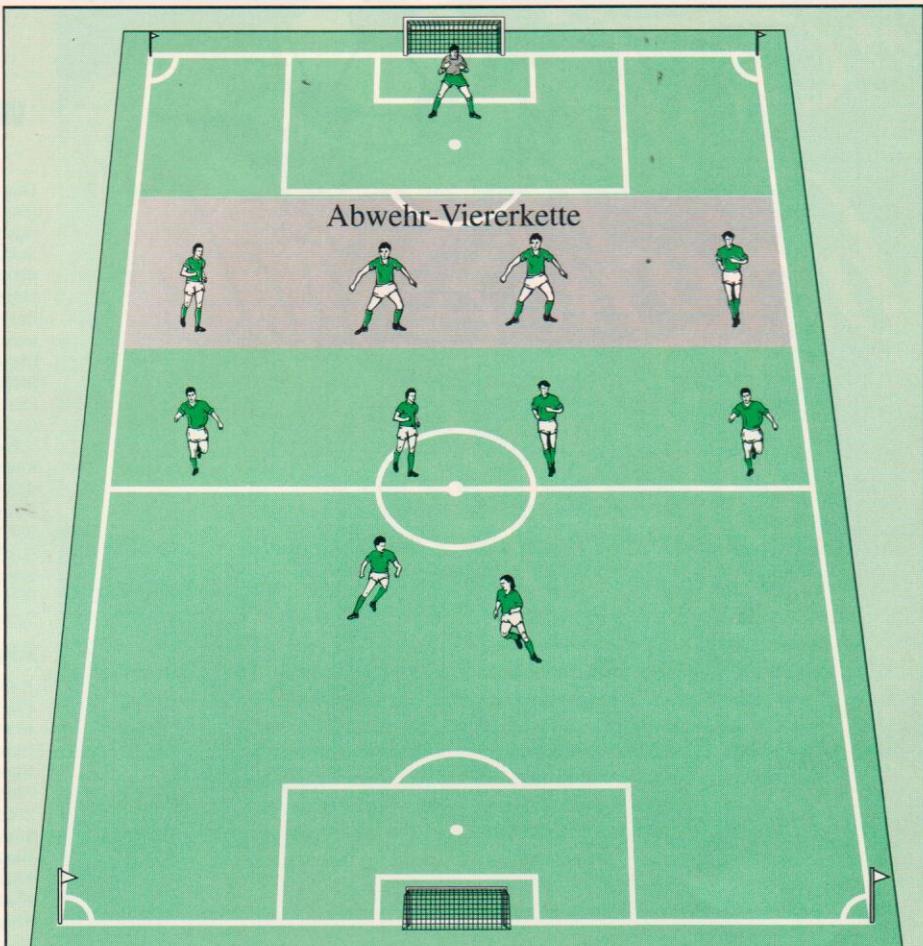
■ 4 Mittelfeldspieler, die sich ebenfalls immer auf die ballnahe Seite verschieben und in Abstimmung mit der hinteren Viererreihe den Ballbesitzer attackieren

■ 2 Angriffsspitzen

Das Verteidigen in der Raumdeckung in 2 Viererreihen durch Verteidiger und Mittelfeldspieler ist im Fußball kein Novum.

Vor allem die schwedische Nationalmannschaft demonstrierte diese „klassische“ Spielweise auf internationaler Ebene (so bei der Europameisterschaft 1992 im eigenen Lande) relativ erfolgreich.

Darüber hinaus lässt sich auch diese mannschaftstaktische Grundkonzeption selbstverständlich je nach Zielstellung und vorhandenem Spielerpotential kreativ verändern. So bekommt dieses Spielkonzept beispielsweise, je nachdem wieviele Spieler sich aus den beiden Viererreihen nach einer Balleroberung mit nach vorne einschalten, eine defensive bzw. offensive Ausrichtung.



ZUSATZINFORMATIONEN

Anforderungen an die Spieler und taktische Grundsätze

Was ist bei der Viererkette vor allem zu beachten? – Eine kurze Zusammenfassung

■ Diese Defensivkonzeption stellt hohe Anforderungen an die „Spielintelligenz“ und das Konzentrationsvermögen jedes einzelnen Spielers.

Keiner darf zu keinem Zeitpunkt im Verlauf des Spiels „abschalten“. Je nach Position von Ball, Mit- und Gegenspielern müssen alle Spieler das eigene Stellungsspiel überprüfen und korrigieren. Alle Spieler müssen sich also mit dem Ball verschieben.

■ Weitere Leistungsgrundlagen für diese Defensivkonzeption in Stichworten:

- Geistige Flexibilität
- Antizipation
- Lernbereitschaft
- Disziplin
- Kreativität
- Leistungswille
- Selbstkritik

■ Alle Spieler müssen bereit sein, in Offensive und Defensive Verantwortung zu tragen.

■ Das Spielen mit Raumdeckung und Viererkette schließt ein „Aktives Verteidigen“ ein: Das Angriffsspiel der gegnerischen Mannschaft wird von vornherein in Richtung bestimmter Spielzonen gesteuert (durch Lauf-

bewegungen und Stellungsspiel), in denen dann ein entschlossenes Attackieren des Ballbesitzers einsetzt.

Der Ballbesitzer soll so „eingekreist“, so „umzingelt“ werden, daß er sich nicht aus der bedrängten Spielsituation herausspielen kann und in Folge zu einem Ballverlust genötigt wird.

■ In Ballnähe wird also nicht der Raum gedeckt, wie es der Begriff „Raumdeckung“ zunächst vielleicht vermittelt, sondern die Spieler müssen im betreffenden Spielraum

den jeweils dort befindlichen Gegenspieler entschlossen im 1 gegen 1 oder sogar in der Überzahl 2 gegen 1 bekämpfen. In diesen „Pressing-Situationen“ muß jeder Spieler aggressiv den Zweikampf suchen.

Keiner darf sich dabei „ausklinken“ oder leichtfertig den Zweikampf verlieren, so daß sich der Gegner aus der Pressing-Situation herausspielen kann. Bei einer „Zur-Ball-Verteidigung“ gilt: Keiner weicht zurück oder wartet nur auf Fehler des Gegners!

So ein erfolgreiches Attackieren des Spielers am Ball kann aber nur dann gelingen, wenn neben dem Ballbesitzer auch dessen Mitspieler in Umgebung des Balls mit hoher Konzentration gedeckt und bekämpft werden.

Denn Abspiele, mit denen sich die andere Mannschaft aus der Bedrägnis befreien könnte, sind unbedingt zu vermeiden.

Das oberste Ziel der verteidigenden Mannschaft ist es immer, in Ballbesitz zu kommen!

■ Jeder Spieler ist dafür verantwortlich,

was vor und neben seiner Position passiert. Jeder Spieler ist in gewisser Hinsicht damit auch für seinen NebenSpieler verantwortlich. Also: Durchgängig miteinander sprechen, um optimal organisiert zu sein. Gegenseitiges, lautes Coachen ist ganz wichtig!

INTERNATIONAL YOUTH SOCCER ON GRASS

*"The
bright Side
of Life"*



HJØRRING

Kontaktpersonen des Dana Cups in Deutschland:

Kontakt mit einem Fussballtrainer, der selbst mit einer Mannschaft am Dana Cup teilgenommen hat:
Herr Jens Uwe Brodersen, Eichhorstweg 8, 23883 Dargow, Tel/Fax 4545 1431

Kontakt mit einer Reisebüro deutsche Fussballmannschaften nach Dana Cup geschickt hat:
**Borchers & Bockelberg, Hans Bockelberg, Dachsberg 5h, 2000 Hamburg 61,
Tel. 040/550 68 64. Fax 040/550 92 95**



Willkommen zum Dana Cup 22. - 27. Juli 1996

Das grösste Fussballturnier Dänemarks und das internationalste Fussballturnier für Jugendmannschaften der Welt findet dieses Jahr zum 15. Mal statt. Alle Spiele werden auf hervorragenden Rasenplätzen auf einem der schönsten Fussballanlagen Nordeuropas gespielt. Dieses Jahr erwarten wir wieder mehr als 20.000 Teilnehmer mit Trainern, Betreuern, Eltern und Schiedsrichtern. Die Teilnahme am Dana Cup bedeutet auch, dass die Teilnehmer die Möglichkeit haben, in einigen der schönsten Gebiete Dänemarks tolle Sachen zu erleben.

Da gibt es z.B. Hjørring, eine entzückende und idyllische Stadt mitten im Urlaubsland, die nur wenige Kilometer von den berühmten Badestränden der dänischen Nordseeküste und vielen anderen Touristenattraktionen entfernt ist.

Wir heissen Spieler, Trainer, Leiter, Eltern und Schiedsrichter u.a. in der Woche 30 in Hjørring willkommen. Nur Mannschaften, die Mitglied eines bei der FIFA registrierten Fussballvereins sind, können am Turnier teilnehmen.

Klasseneinteilung 1996

Klasse A Jungengeboren 1.1.77 oder später
Klasse B Jungengeboren 1.1.80 oder später
Klasse C Jungengeboren 1.1.81 oder später
Klasse D Jungengeboren 1.1.82 oder später
Klasse E Jungengeboren 1.1.83 oder später
Klasse F Jungengeboren 1.1.84 oder später
*Klasse G Jungen (7)geboren 1.1.84 oder später
*Klasse H Jungen (7)geboren 1.1.85 oder später
Klasse Q Mädchengeboren 1.1.77 oder später
Klasse R Mädchengeboren 1.1.79 oder später
Klasse S Mädchengeboren 1.1.80 oder später
Klasse T Mädchengeboren 1.1.82 oder später
*Klasse U Mädchen (7)geboren 1.1.84 oder später

Ein Spieler, der die entsprechenden Altersbestimmungen erfüllt, kann in zwei Altersklassen teilnehmen.

Ausnahmen von den Altersbestimmungen

In allen Klassen - außer A - können an einem Spiel drei Spieler teilnehmen, die zwischen dem 1. August und dem 31. Dezember des vorherigen Jahres geboren sind. Sonstige Ausnahmen von den Altersbestimmungen gibt es während des Turniers nicht. Eine Mannschaft kann im Verlauf eines Spiels maximal 16 Spieler einsetzen. Die Spieler können beliebig aus und wieder eingewechselt werden.

* In den Klassen G, H und U bestehen die Mannschaften aus jeweils sieben Spielern und beliebig vielen Ersatzspielern.

Die Teilnehmer müssen einen gültigen Ausweis vorlegen können.

Schicken Sie mir bitte Information über
DANA CUP, Hjørring. Kupon zurückzuschicken an:
DANA CUP, Postfach 151, 9800 Hjørring
Telefon + 45 98 91 13 00,
Telefax + 45 98 91 16 14

VEREIN: _____

NAME: _____

ADRESSE: _____

ORT: _____

STADT: _____

LAND: _____

TAKTISCHE LEITLINIEN

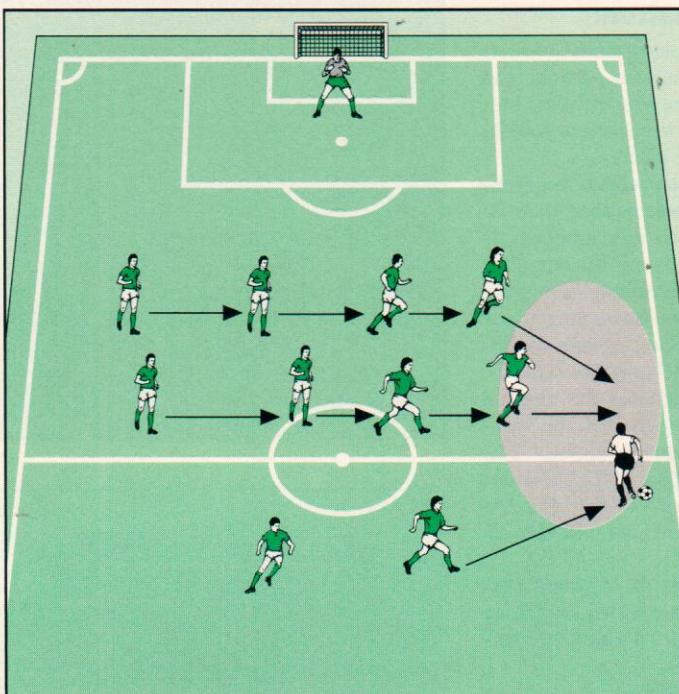
Leitlinie 1**Die Handlungsweise des Gegners bestimmen!**

Im defensiven Bereich ist es das grundsätzliche Ziel, nicht nur auf die Angriffsaktionen der gegnerischen Mannschaft zu reagieren, sondern durch bestimmte Verhaltensweisen die Angriffsmöglichkeiten des Gegners einzuschränken bzw. in eine bestimmte Richtung zu lenken.

Damit vergrößern sich die Erfolgsaussichten für eine Rückeroberung des Balles zur Einleitung eigener Angriffe in erheblichem Maße.

Zunächst gilt hierbei folgender *Grundsatz*: Jeder Spieler muß in der Defensive durch sein Stellungsspiel und Attackieren des Balls den gegnerischen Ballbesitzer in dessen eigener Hälfte dazu zwingen, den Ball zur Seite (nach außen) und in der Hälfte der verteidigenden Mannschaft nach innen zu spielen.

Generell muß jeder Spieler den Gegner dazu zwingen, in die Breite (quer) zu spielen und ein Spiel in die Tiefe verhindern.

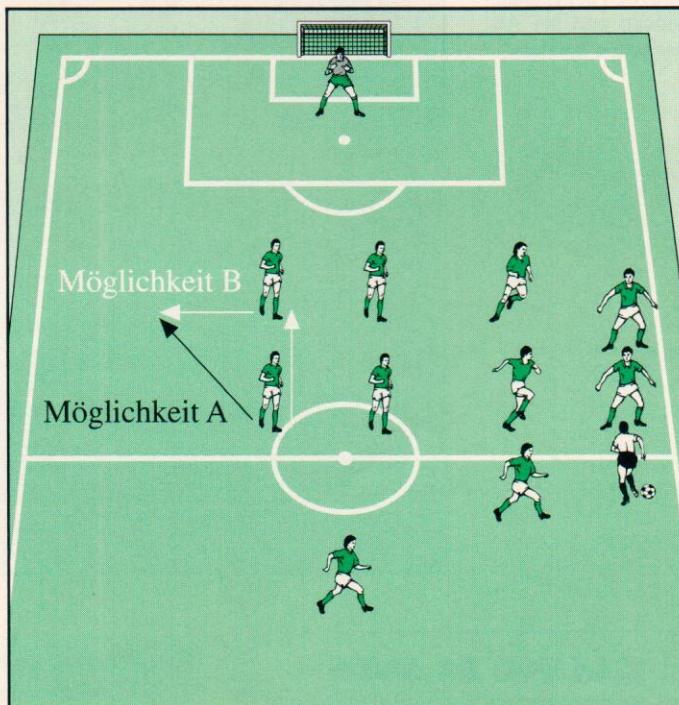
**Spielbeispiel**

- In der Hälfte des Gegners wird dieser zunächst so attackiert, daß er über außen spielen muß.
- Dort üben die beiden zentralen Spitzen Druck aus. Der linke Angreifer verhindert den Rückpaß.
- Der linke Mittelfeldspieler setzt den Außenverteidiger unter Druck. Gleichzeitig verhindert er einen Paß die Linie entlang.
- Dieser muß damit nach innen spielen, wo die Abwehrmannschaft bereits eine Überzahl um den Ball hergestellt hat!

Leitlinie 2**Sich auf systematische Spielverlagerungen des Gegners einstellen!**

Eine wirkungsvolle Möglichkeit für eine Angriffsmannschaft, sich aus Pressingsituations herauszuspielen, sind schnelle und zielgerichtete Spielverlagerungen. Viele Mannschaften versuchen deshalb, dieses Mittel gegen einen Pressing praktizierenden Gegner systematisch anzuwenden.

Die Mannschaft, die vom taktischen Grundkonzept her Pressing anwendet, muß sich damit wiederum auf diese gegnerischen Spielverlagerungen einstellen: Um dem Gegner möglichst wenig freie Spielräume für diese plötzlichen Spielfeldwechsel zu lassen, müssen nach einem abgestimmten Muster beim Verschieben zum Ball innerhalb des Mannschaftsverbandes Positionen untereinander getauscht werden.

**Möglichkeit A**

- Der Mittelfeldspieler rechts außen nimmt die Spielposition des Außenverteidigers ein (oder er antizipiert zumindest die Spielverlagerung in diese Spielzone).

Möglichkeit B

- Der Mittelfeldspieler rechts außen übernimmt die Position des rechten Innenverteidigers und dieser rückt gleichzeitig auf die Position des rechten Außenverteidigers.

Mannschaftsabschlußfahrten Mallorca

maßgeschneidert für Eure Teams!

3, 4, 5, 7 oder mehr Tage,
von wo Ihr wollt, wohin Ihr wollt!

Himmelfahrt/Pfingsten/Fronleichnam Flüge frei!

Top Sport Reisen, Nordstr. 27, 48149 Münster
Tel.: 02 51/27 33 73

Literaturhinweise

- Roy Hodgson:
Zonendeckung und Pressing (2/1994)
- Gero Bisanz:
Fußballtaktik im Wandel der Zeit (5+6/1993)
- Gero Bisanz:
Welches Defensivsystem ist das richtige? (10, 11/1993)
- Uwe Schaare:
„Pressing“ – im unteren und mittleren Amateurbereich unmöglich? (4/1993)

Leitlinie 3

Den Abstand zwischen den Spielern gering halten!

□ Für das richtige Funktionieren eines Defensivkonzepts mit 2 Viererketten (in Abwehr und Mittelfeld) ist ein Abstand von etwa 10 Metern zwischen den einzelnen Spielern sowohl in Breite als auch in Tiefe ideal!

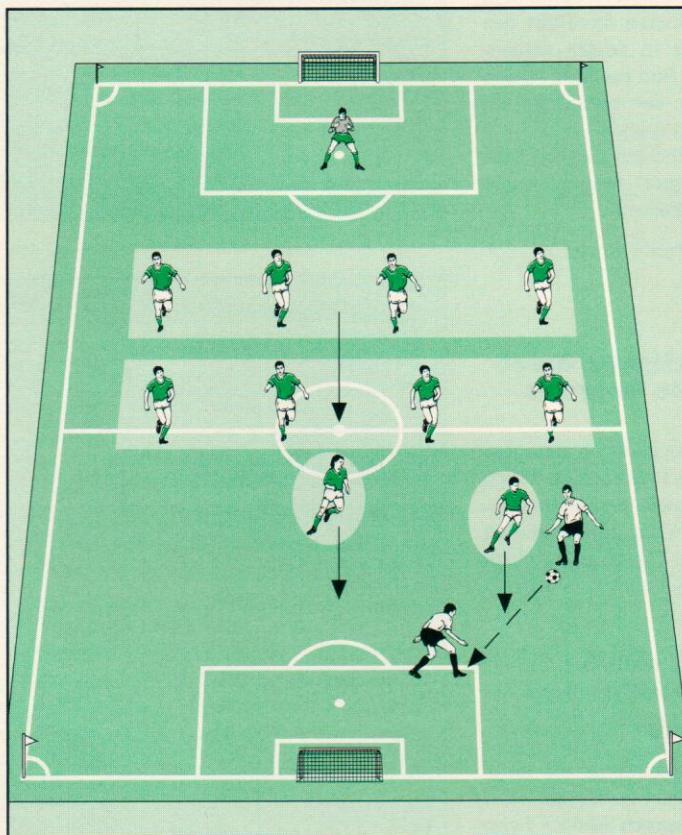
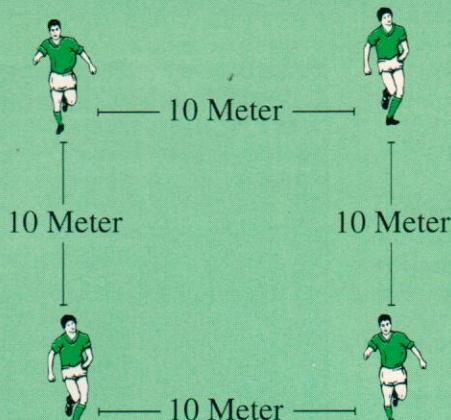
Das ist der Abstand, der einerseits eine gegenseitige Sicherung, andererseits aber auch zu jedem Zeitpunkt ein Eingreifen ermöglicht.

□ Eine weitere Voraussetzung für das Herstellen eines kompakten Deckungsverbandes sind die übereinstimmenden Bewegungen und Laufrichtungen aller Deckungsspieler in Abhängigkeit von der Spielrichtung des Balls.

Wenn sich der Ball in Richtung des eigenen Tores bewegt, so bewegt sich auch die komplette Mannschaft in Richtung eigenes Tor. Bewegt sich der Ball dagegen in Richtung des gegnerischen Tores, so rückt auch die Abwehrmannschaft geschlossen auf und vom eigenen Tor weg.

Nur auf diese Weise bleibt der Abstand zwischen den beiden Deckungsreihen möglichst gering, die Kompaktheit des Mannschaftsverbandes ist sichergestellt.

□ Nur in einzelnen Spielsituationen kann von diesem Grundsatz der gleichen Bewegungsrichtung von Ball und Mannschaft abgegangen werden: in Pressingsituationen und bei Abseitsstellungen eines gegnerischen Spielers.



Alle Spieler der Mannschaft müssen sich mit dem Ball verschieben, auch rückwärts. Ausgenommen davon sind Situationen des „Angriffspressings“, in denen der Ball mit aller Konsequenz attackiert und erobert werden soll.

Die Mannschaft muß in jeder Situation geschlossen auftreten. Beim seitlichen Verschieben muß jeder der 4 Abwehrspieler mitmachen. Außerdem darf auch der Abstand zwischen Abwehr- und Mittelfeldkette nicht zu groß werden (höchstens 10 Meter).



F.C. RACING BLANES UNSERE INTERNATIONALEN FUSSBALLTURNIERE

Ostern: 30.3.-6.4.1996

Ostern: 6.4.-13.4.1996

Pfingsten: 25.5.-1.6.1996

Ausgeschrieben für Senioren, A-, B-, C- und D-Jugend

Bitte -unverbindlich und kostenlos- Unterlagen bei unseren Vertretern für Deutschland anfordern:

Michael Komninos sen.
Postfach 50 06 42
D-70337 STUTTGART
Telefon und Fax: 0711/567237
von 15 bis 22 Uhr

Friedel Albert Verwold
Schützenstr. 11
D-48455 BAD BENTHEIM
Telefon: 05924/6530 Fax: 05924/8314

1

9

9

6

An unsere Abonennten

Trotz aller Bemühungen, die von uns nicht beeinflußbaren Kostensteigerungen beim Papier, bei der Herstellung, beim Personal und vor allen Dingen bei den Postgebühren durch Rationalisierungen usw. aufzufangen, müssen wir nach nunmehr zwei Jahren den Bezugspreis für diese Zeitschrift abermals leicht anheben.

Er beträgt ab 1996 im Inland DM 69,60 und für im Ausland wohnende Bezieher DM 76,80.

Wir bitten unsere Leser für diese unvermeidlichen Anhebungen des Bezugspreises um Verständnis und versprechen, auch im nächsten Jahr alles daran zu setzen, Ihnen eine unterhaltsame und nutzbringende Lektüre zu liefern. Bleiben Sie und gewogen!

Verlag und Redaktion

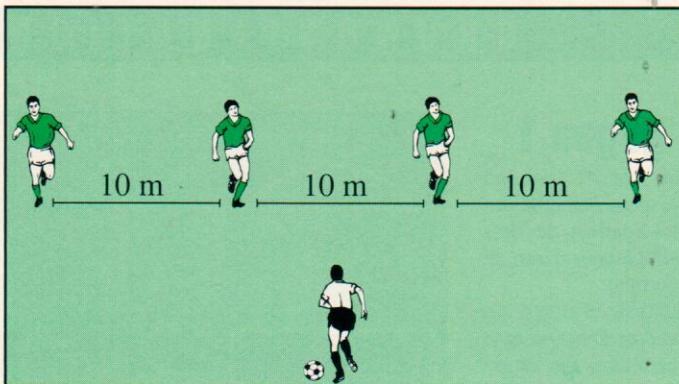
Leitlinie 4

In der Verteidigung nicht kreuzen – in seinem Raum bleiben!

Soweit dies eben möglich ist, dürfen die Abwehrspieler nicht die Laufwege mit einem Mitspieler kreuzen – sie müssen im eigenen Spielraum bleiben!

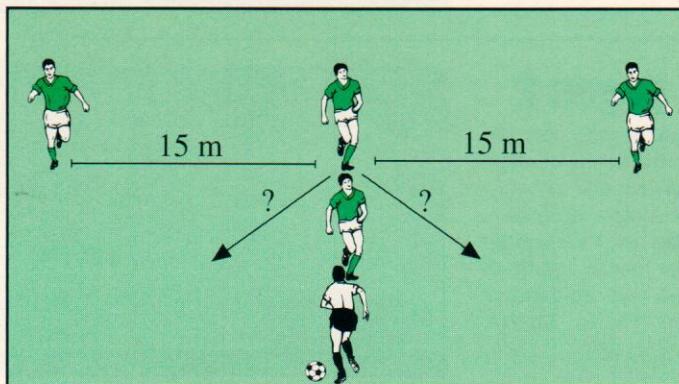
Denn ein Kreuzen hat 3 negative Folgen:

1. Eine Vergrößerung der Räume zwischen den beiden Verteidigern für Angriffsaktionen des Gegners
2. Eine schwierige Abstimmung der beiden Verteidiger untereinander: „Wird er rechts oder links eingreifen?“ „Muß ich links oder rechts antizipieren?“
3. Damit wird auch eine gegenseitige Sicherung und Rückendeckung fast unmöglich.



Richtig!

Zur Ballseite verschieben, dann aber möglichst nicht die Laufwege mit einem Mitspieler kreuzen!



Falsch!

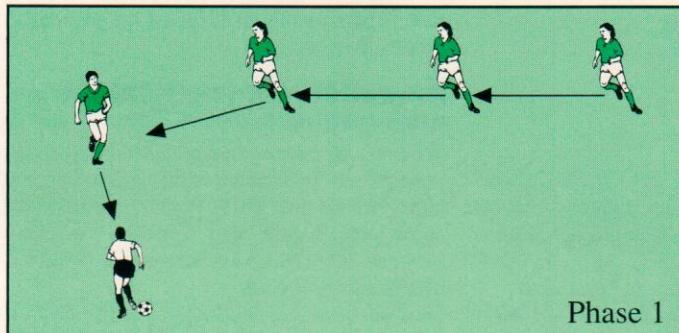
Durch ein Kreuzen eröffnen sich Spielräume für Angriffsaktionen des Gegners, außerdem wird die Abstimmung zwischen den verteidigenden Spielern schwieriger!

Leitlinie 5

Zum Ballbesitzer heraus-treten oder aber dem attackierenden Mitspieler den Rücken sichern!

In einer kompakten, vollständigen Deckungsreihe laufen bei Ballbesitz der gegnerischen Mannschaft diese Grundverhaltensweisen ab:

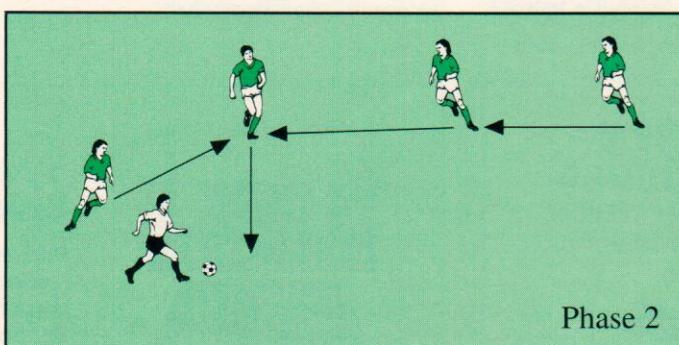
Phase 1: Bei einem Angriff über die linke Außenposition tritt der rechte Außenverteidiger aus seiner Position heraus und bedrängt den Ballbesitzer. Durch sein Stellungsspiel macht er dabei außen zu und er versucht, den Angreifer in Richtung seiner Mitspieler, die zur Sicherung herbeilaufen, nach innen zu drängen.



Phase 1

Der Spieler in der jeweiligen Zone tritt dem Gegner am Ball entgegen!

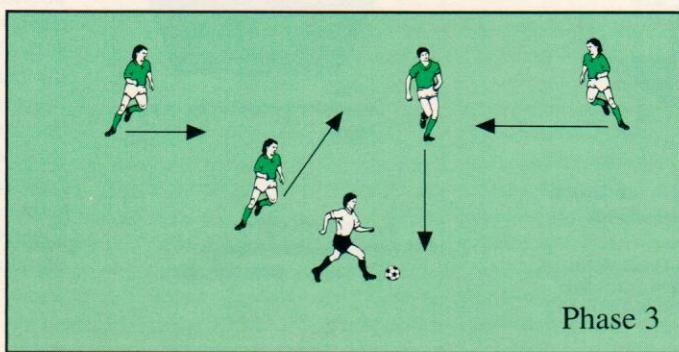
Phase 2: Wenn der Angreifspieler im weiteren Verlauf dann in den Bereich des rechten Innenverteidigers kommt, kommt dieser dem Ballbesitzer entgegen. Der rechte Außenverteidiger und der linke Innenverteidiger sichern nun ab. Der linke Außenverteidiger rückt gleichzeitig weiter nach innen nach und reiht sich an den linken Innenverteidiger an.



Phase 2

Nach seitlichem Verlassen der Zone wird der Ballbesitzer vom Nebenspieler übernommen!

Phase 3: Wenn der Angreifspieler anschließend in den Bereich des linken Innenverteidigers kommt, löst sich dieser und tritt dem Ballbesitzer entgegen. Der linke Außenverteidiger und der rechte Innenverteidiger sichern nun ab. Der rechte Außenverteidiger rückt wiederum nach innen und reiht sich an die Deckungsreihe an.



Phase 3

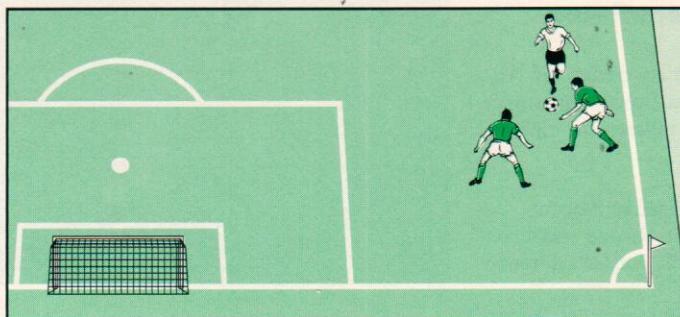
Der gleiche Ablauf wiederholt sich, wenn der Angreifer weiter am Ball bleibt und in die Nebenzone weiterdribbelt!

GRUNDSITUATIONEN

Defensives 2 gegen 1

Wenn sich der gegnerische Angriff über den Flügel entwickelt, ist es die erste Aufgabe des Außenverteidigers (oder des Spielers, der dessen Position einnimmt), den Gegner daran zu hindern, außen vorbeizukommen.

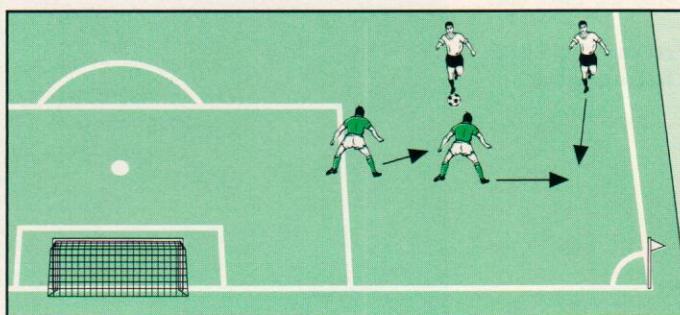
Gleichzeitig müssen die Mitspieler durch ein Verschieben in Richtung dieser Position eine Überzahl um den Ball herstellen, die es ermöglicht, im defensiven 2 gegen 1 den Ball zurückzuerobern.

**Defensives 2 gegen 1**

■ Durch sein Stellungsspiel zwingt einer den Gegner dazu, auf seinen Mitspieler zu stoßen. Jeder muß gleichzeitig auf „seiner Seite“ zumachen.

Defensives 1 gegen 2

Wenn sich z.B. bei einem Angriff über die Außenpositionen aus dem Rückraum ein weiterer Angriffsspieler einschaltet und sich deshalb auf dem Flügel eine Unterzahlsituation 1 gegen 2 entwickelt, so darf der Außenverteidiger (oder ein betreffender Spieler auf dieser Position) nicht weiter nur den Ballbesitzer attackieren. Grundprinzip ist es hierbei, „außen zuzumachen“.

**Defensives 1 gegen 2**

■ Der Außenverteidiger folgt dem Spieler, der sich ganz über außen in die Tiefe anbietet. Der Ballbesitzer wird vom einrückenden Mitspieler übernommen.

Forechecking-Situationen**„Balljagd“**

Bei einem Ballverlust in der Offensivphase jagt der betreffende Spieler zunächst einzig und allein den Ball (ohne sich um den Rückzug in die vorgegebene Spielposition und das Decken eines Gegenspielers zu kümmern).

Auch alle anderen Spieler, die sich auf dem Weg in die vorgegebene Defensivordnung im Umkreis von etwa 5 Metern um den Ball auf-

halten, beteiligen sich zunächst konsequent an dieser „Balljagd“.

Angreifer mit dem Rücken zum gegnerischen Tor

Wenn ein Spieler der anderen Mannschaft angespielt wird, der sich noch mit dem Rücken zum gegnerischen Tor befindet, so wird dieser sofort entschlossen und aggressiv bedrängt, bevor er Zeit hat sich zur gegnerischen Verteidigung hin zu drehen.

Dies gilt besonders in Situationen mit Beteiligung von Verteidigern und Mittelfeldspielern der gegnerischen Mannschaft!

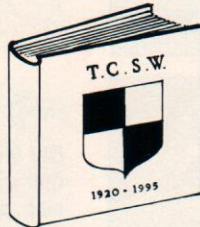
Mißlungenes Pressing

Wenn ein Pressing mißlingt, weil z.B. der äußere Mittelfeldspieler die Möglichkeit eines Passes nicht rechtzeitig geschlossen hat, so müssen die Verteidiger zunächst sofort bis vor den eigenen Strafraum zurückweichen, um dort wieder einen einigermaßen geschlossenen Deckungsverband herzustellen.

Der zentrale Verteidiger greift dann den Ballbesitzer an und wird dabei im Rücken von den Außenverteidigern gesichert, die dazu nach innen einrücken.

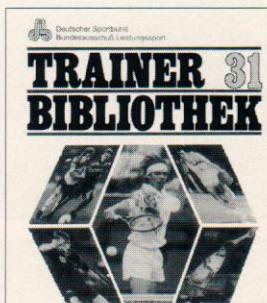
FOTOALBEN – GÄSTEBÜCHER

handangefertigt in Leder mit Wappen, Widmung, Farben



Ideal als Erinnerungs-, Jubiläums- oder Hochzeitsgeschenk

Geneviève Baronin von Hahn,
Holbeinstr. 18, 60596 Frankfurt
Tel.: 069/618692, Fax: 069/627492



Systematische Spielbeobachtung.
160 Seiten, DM 39,80

Systematische Spielbeobachtung

Wie erkennt man **Leistungsreserven** und wie **schöpft** man diese aus? Antworten auf diese Fragen gibt die **Wettkampfleistung** der Sportler. Hier setzt die systematische Spielbeobachtung an, aus der sich **konkrete Trainingsmaßnahmen** ableiten lassen. Der vorliegende Band macht Konzeption und Methodik der systematischen Spielbeobachtung transparent, zeigt ihre Anwendungsmöglichkeiten und Einsatzszenarien sowie mögliche Perspektiven. Interessierte erhalten erstmals einen globalen Überblick über diese Beobachtungsform einschließlich ihrer Chancen und ihrer Grenzen im Rahmen einer effizienten Trainingsplanung.

philippa

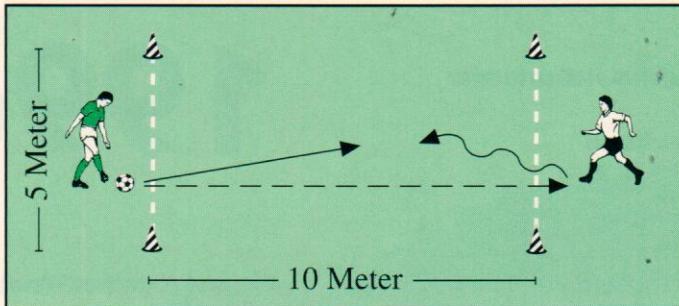
DAS TRAINING

1 1 gegen 1

Jeweils 2 Spieler verteilen sich auf markierte Felder von etwa 5 x 10 Metern. Jedes Paar hat einen Ball.

Ablauf

Die beiden Spieler stellen sich zunächst hinter den Grundlinien des Feldes gegenüber auf. A spielt einen langen Paß auf B und setzt diesen sofort unter Druck. 1 gegen 1 mit dem Ziel, die gegnerische Grundlinie zu überdribbeln.



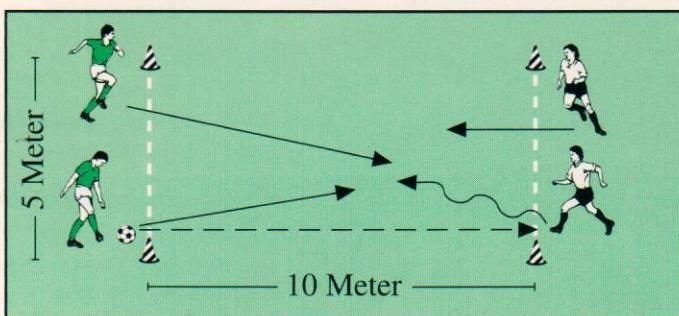
→ Dem Angreifer möglichst schnell entgegenlaufen, um Handlungsräum im Rücken zum eigenen Tor hin zu gewinnen! Seitlich versetzt stellen!

2 2 gegen 2

Gleiche Organisation wie bei der Übung zuvor. Nun stellen sich aber in jedem Feld 2 Paare zum 2 gegen 2 auf.

Ablauf

2 gegen 2 über Linien nach einem langen Zuspiel: Der Spieler gegenüber dem Ball bedrängt den Gegner, wobei er außen zumacht und den Angreifer nach innen drängt, wo dann sein Mitspieler eingreift.



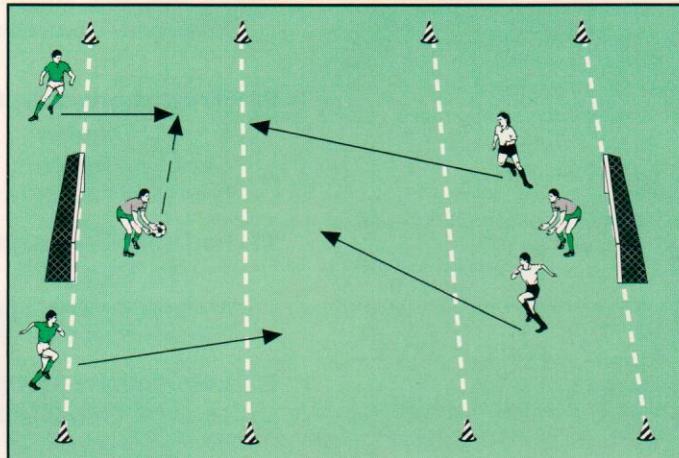
→ Den Gegner abgestimmt untereinander attackieren. Gegenseitiges Coachen!

3 2 gegen 2 auf Tore mit Torhütern

Zwei 8er-Teams werden jeweils in 4 Spielerpaare aufgeteilt. Die 4 Paare jeder Mannschaft stellen sich zunächst jeweils hinter dem eigenen Tor mit Torhüter auf. Das 2 gegen 2 läuft in einem Spielfeld von 20 x 40 Metern ab, das nochmals in 3 gleichgroße Zonen unterteilt ist.

Ablauf

Jeweils 2 Paare treten im schnellen Wechsel zum 2 gegen 2 auf die Tore an. Torhüter A spielt kurz einen der beiden Angreifer an. Die beiden Verteidiger des Gegners (zunächst etwa 5 Meter vor dem eigenen Tor) rücken schnell vor um die Angreifer zu bedrängen. Die Linie zwischen 1. und 2. Spielfelddrittel ist jeweils auch Abseitslinie.



→ Niemals in der Defensive kreuzen (auch nicht bei einem Hinterlaufen)! Gegner übergeben, sobald sie in den Raum des Partners kommen!
→ Den Gegner solange auf einer Seite spielen lassen, bis einer der beiden „abgeschnitten“ werden kann!

4 10 gegen 4 auf ein Tor mit Torhüter

Die Spieler werden in 2 Mannschaften aufgeteilt. Team A: 4 Verteidiger und 1 Torhüter. Team B: 10 Angreifer

Die Spielform läuft in einer Hälfte ab.

Ablauf

Die Aktionen werden jeweils mit einem Abwurf durch den Torhüter auf die Angriffsmannschaft eingeleitet. Die Angriffsmannschaft soll bei einer vorgegebenen Zahl an Angriffen aus einem 10 gegen 4 möglichst viele Treffer erzielen. Innerhalb der 4er-Deckungsreihe können die Spieler zwischen 2 Angriffsaktionen jeweils die Positionen tauschen.

→ Auf jeden Angriff neu konzentrieren! Alle verschieben sich zum Ball. Der Torhüter spielt aufmerksam mit, um mögliche Pässe der Angriffsmannschaft in die Tiefe abzufangen!

5 10 (8) gegen 6 auf ein Tor mit Torhüter

Die Spieler werden nun anders aufgeteilt. Team A: 4 Verteidiger + 2 Mittelfeldspieler + 1 Torhüter. Team B: 10 Angreifer

Die Spielform läuft wiederum in einer Hälfte ab.

Ablauf

Gleicher Ablauf wie bei der Spielform zuvor: Die Aktionen werden jeweils wieder mit einem Abwurf durch den Torhüter auf die Angriffsmannschaft eingeleitet. Ein besonderer Schwerpunkt wird nun auf die Schulung des 2 auf einer Defensivseite gelegt: Der jeweilige Außenverteidiger bedrängt bei gegnerischen Angriffen über den Flügel im Zusammenwirken mit einem der beiden Mittelfeldspieler den Ballbesitzer.

→ Den Angreifer durch das eigene Stellungsspiel in Richtung einer Spielfortsetzung nach innen steuern. Dort attackieren dann die Mitspieler den Ballbesitzer in Überzahl!

Internationale Jugend-Fußballturniere

1996

4. Leipziger Neujahrs-Hallenturnier

3. – 7. Januar
Leipzig/Deutschland
Preis: ab DM 220,-

7. Trofeo Mediterraneo

30. März – 4. April
Malgrat de Mar/Spanien
Paketpreis: DM 350,-

4. African-Football-Cup

29. März – 6. April
Dakar/Senegal
Preis: DM 1.780,- incl. Flug

10. Adria-Football-Cup

4. – 8. April (Verlängerung mögl.)
Rimini/Italien
Paketpreis: DM 375,-

2. Copa Santa

4. – 7. April
Malgrat de Mar/Spanien
Paketpreis: DM 280,-

4. Copa Maresme

7. – 13. April
Malgrat de Mar/Spanien
Paketpreis: DM 380,-

1. Rimini-Super-Cup

16. – 19. Mai
Rimini/Italien
Paketpreis: DM 285,-

2. Ostsee-Gold-Cup

16. – 19. Mai
Zinnowitz/Deutschland
Preis: DM 190,-

4. Friendship-Cup

18. – 25. Mai
Malgrat de Mar/Spanien
Paketpreis: DM 410,-

13. Internationales Pfingstturnier

25. Mai – 1. Juni
Malgrat de Mar/Spanien
Paketpreis: DM 410,-

2. Csepel Trophy

25. Mai – 1. Juni
Budapest/Ungarn
Paketpreis: DM 430,-

4. Cattolica-Football-Cup

25. Mai – 1. Juni
Cattolica/Italien
Preis: DM 335,-

1. „All together“-Football-Cup

6. – 9. Juni
Italien
Paketpreis: DM 285,-

2. Bavaria-Cup

6. – 9. Juni
Würzburg/Deutschland
Preis: ab DM 185,-

9. Copa Cataluña, Prov. Barcelona

29. Juni – 6. Juli
Malgrat de Mar/Spanien
Preis: ab DM 340,-

1. Euro-Gold-Cup

27. Juli – 03. August
München/Deutschland

2. Herbstsportwoche Cattolica

5. – 12. Oktober
Cattolica/Italien
Preis: ab DM 335,-

11. Herbstturnier Malgrat

5. – 12. Oktober
Malgrat de Mar/Spanien
Paketpreis: DM 410,-

2. Herbstturnier Rimini

12. – 19. Oktober
Rimini/Italien
Paketpreis: DM 335,-

12. Herbstsportwoche S. Vicenc de Montalt

12. – 19. Oktober
Malgrat de Mar/Spanien
Paketpreis: DM 410,-

Fordern Sie zu unseren Turnieren die Einzelausschreibungen an:

KOMM MIT – gemeinnützige Gesellschaft für internationale Jugend-, Sport- und Kulturgeggnungen mbH, Postfach 33 01 61, 53203 Bonn, Tel.: 02 28 / 43 23 03, Fax: 43 23 13

KOMM MIT-Nord, Sven Postels, Steinbeker Hauptstraße 45c, 22117 Hamburg, Tel.: 0 40 / 7 13 41 44

KOMM MIT-Nordost, Dr. Ullrich Zempel, Städtelner Straße 50-52, 04416 Markkleeberg, Tel./Fax: 03 41 / 3 58 69 34

KOMM MIT-Südwest, Andreas Müllers, Zum Mont Royal 5, 54536 Kröv, Tel.: 0 65 41 / 53 74 oder 68 02, Fax: 51 91

KOMM MIT-Baden-Württemberg, W. Gattringer, David-Spaeth-Weg 20, 73035 Göppingen, Tel./Fax: 0 71 61 / 2 54 32

KOMM MIT-Bayern, Harald Funsch, Schafhofstraße 9, 97080 Würzburg, Tel./Fax: 09 31 / 9 86 78



INTERNATIONALE JUGEND-FUßBALLTURNIERE 1996

Uwe Erkenbrecher stellt eine Spielkonzeption vor, die viele Komponenten modernen Fußballs in sich vereint. Exemplarische Trainingsformen veranschaulichen dann, wie diese Spielweise und -auffassung systematisch mit einer Mannschaft erarbeitet und perfektioniert wird! Ein Musterbeispiel für das enge Wechselverhältnis von Training und Spiel.

FOTO: GERO BRELOER



Die Manndeckung ist out!

Ein Beitrag von Uwe Erkenbrecher

Raumdeckung und Pressing

Stellenwert im modernen Fußball

Das moderne Fußballspiel entwickelt sich immer weiter in Richtung einer ökonomischen, raumdeckenden Spielweise. Auch in der Bundesliga wird von der veralteten Spielweise abgegangen, den Gegner manndeckend am Spielaufbau und erfolgreichen Spiel zu hindern.

Wegweisend sind die Spielsysteme und Spieldurchfassungen des SC Freiburg (trotz der momentanen „Flaute“) und von Borussia Mönchengladbach.

In diesem Zusammenhang ist besonders bemerkenswert, daß die großen Erfolge des SC Freiburg (unangefochterer Bundesliga-Aufstieg, Klassenerhalt und schließlich UEFA-Cup-Qualifikation) mit relativ unbekannten Spielern erreicht wurden, die sich willensstark, ehrgeizig und lauffreudig bedingungslos den Forderungen und Ansichten von Volker Finke unterstellen. In der Saison 92/93, dem Aufstiegsjahr des SC Freiburg, holte ich mit meiner Mannschaft, dem VfL Wolfsburg, übrigens als einzige Mannschaft 3 Punkte gegen Freiburg: zuhause 3:3, in Freiburg ein 3:1-Sieg.

Borussia Mönchengladbach erlebt zur Zeit eine neue Blütezeit des schnellen Konterfußballs und profitiert vom „Leitwolf“ Stefan Effenberg und der eingespielten 4er-Kette unter Regie des Schweden Andersson.

Wichtigste Vorteile der Raumdeckung

- Kürzere Laufwege, ökonomischere Spielweise
- Kompakteres Auftreten des Mannschaftsverbandes, besseres Kommunizieren und Kooperieren der Mannschaft und der Mannschaftsteile
- Schnelleres Umschalten von Defensive auf Offensive, da die Spieler gemäß der jeweiligen Veranlagung auf idealen Positionen agieren und der Mannschaftsverband geordnet ist
- Bessere Einsetzbarkeit taktischer Varianten (z.B. Abseitsfalle)

Grundsätzliche Anforderungen

- Raumdeckung und pressing hängen eng zusammen (ab einem bestimmten Spielraum wird der Gegner bedingungslos gepreßt, zum Ballverlust gezwungen).
- Alle Spieler hinter den Ball: Bei Ballverlust sprinten alle Spieler hinter den Ball, um eine optimale Verteidigungsposition zu erhalten. Es muß im Training immer wieder geübt werden, daß bei Ballverlust schnellstens die richtigen Positionen eingenommen werden, vor allem die Offensivspieler brauchen oft zu lange, das Defensivverhalten ist schlecht oder sie trauern einer vergebenen Chance nach.

Wenn alle Spieler dies beherzigen, hat der Gegner kaum Möglichkeiten, konstruktiv nach vorne zu spielen, muß entweder „hinterrum“ spielen oder riskiert gefährliche Ballverluste.

- Öffnen/Schließen: Bei Ballbesitz müssen alle Spieler öffnen, d.h. das Spielfeld in Länge und Breite so groß wie möglich machen, beide Seitenauslinien müssen sofort besetzt werden, die Stürmer müssen in die Tiefe gehen. Damit

wird Platz für den Spielaufbau mit Kurzpaßspiel und Überzahl im Mittelfeld durch den offensiven Libero erreicht.

Bei Ballverlust muß blitzartig geschlossen werden, d.h. die jeweiligen Spieler müssen den gegnerischen Ballbesitzer bekämpfen, das Spielfeld und die Spielräume eng machen (in Länge und Breite etwa 40 bis 45 Meter).

- Doppeln: Bei optimalem Verschieben sind immer viele Spieler in Ballnähe und der ballbesitzende Spieler wird von 2 Spielern bekämpft, dem Ballbesitzer wird kein Dribbling oder Zuspiel nach vorne erlaubt, sondern höchstens der wenig effektive Rück- oder Querpaß.

Ein flexibles Spielsystem

Das hier vorgestellte Spiel-System eignet sich dazu, die Grundprinzipien einer modernen Spieldurchfassung und -konzeption umzusetzen: Je nach Offensive oder Defensive variiert das System dabei zwischen einem 3:5:2 (1 Libero – 2 Manndecker – 5 Mittelfeldspieler – 2 Stürmer) bzw. einem 2:6:2 (mit dem vorgezogenen Libero als 6. Mittelfeldspieler).

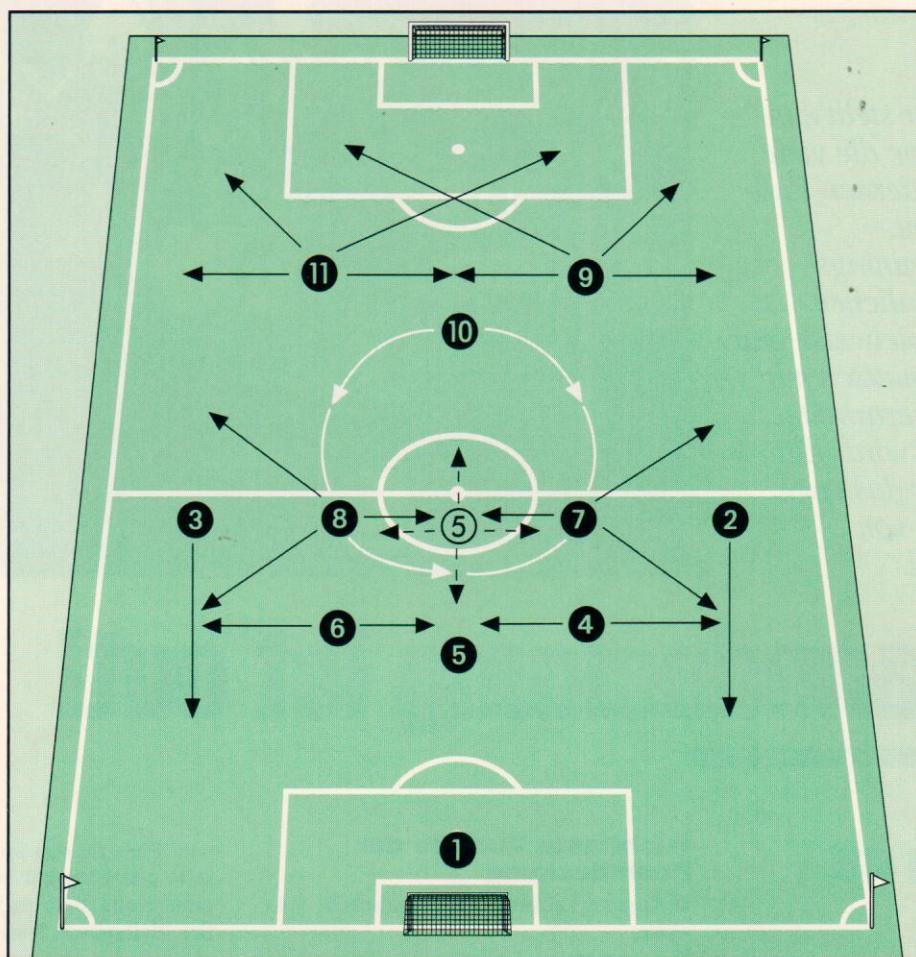
2 Manndecker

- Beide Manndecker spielen auf einer fest zugewiesenen Seite gegen die gegnerischen Stürmer. Ideal ist, wenn die beiden Positionen mit einem Links- bzw. Rechtsfuß besetzt werden können.

Die Manndecker übergeben die gegnerischen Stürmer, damit sie kürzere Wege haben und einen besseren Blick zum Spiel (Spielaufbau).

SPIELSYSTEM

1 Je nach Offensive oder Defensive variiert das hier vorgestellte Spiel- system zwischen einem 3:5:2 (1 Libero – 2 Manndecker – 5 Mittelfeldspieler – 2 Angriffsspitzen) bzw. einem 2:6:2 (mit dem vorgezogenen Libero als 6. Mittelfeldspieler). Mit diesem System lassen sich die zentralen Grundelemente einer modernen Spielauflösung (z.B. Raumdeckung und Pressing) optimal umsetzen.



- 1** Torhüter
- 6** Linker Manndecker
- 5** Libero
- 4** Rechter Manndecker
- 3** Linker, äußerer Mittelfeldspieler
- 8** Linker, defensiver Mittelfeldspieler
- 7** Rechter, defensiver Mittelfeldspieler
- 2** Rechter, äußerer Mittelfeldspieler
- 10** Offensiver, zentraler Mittelfeldspieler
- 11** Angriffsspitze
- 9** Angriffsspitze

Sie halten ständig Blickkontakt, um immer wieder auf einer Höhe zu agieren. Übergeordnete Manndecker sind vorteilhaft beim Stellen von Abseits. Da der Libero selber entscheidet, wann er hinter und vor der Abwehr spielt, sind die Manndecker die wichtigsten Defensivspieler.

Sie agieren als Manndecker zwar überwiegend gegen einen Gegenspieler, sie haben aber auch je nach Situation darüber hinaus die Möglichkeit, Pässe in die Tiefe auf Mittelfeldspieler des Gegners abzufangen.

■ In der Offensive spielen sie einfache, schnelle Pässe nach außen oder ins zentrale Mittelfeld und versuchen, durch geschicktes Verhalten in Abstimmung mit dem Libero diesen ins Spiel zu bringen, damit im Mittelfeld eine Überzahl 6 gegen 5 hergestellt wird.

■ **Öffnen – Schließen** ist eine der wichtigsten taktischen Forderungen an die Manndecker: Bei Ballbesitz müssen sie sich öffnen – sich blitzschnell zu den Seitenlinien bewegen, trotzdem den kürzeren Weg zum eigenen Tor einhalten, um Anspielmöglichkeiten für Torhüter und Libero zu bieten. Ziel dabei ist, eine Situation herzustellen, in der 3 + Torhüter gegen 2 gegnerische Stürmer spielen.

■ **Schließen:** Wenn sich bei eigenem Ballbesitz das Spiel ins Mittelfeld und nach vorne entwickelt hat, müssen die Manndecker nach innen rücken, um bei Ballverlust eine günstige

Abwehrposition zu haben. Wichtig ist das schnelle, sofortige Schließen, wenn sich der Libero mit einschaltet.

■ Die beiden Manndecker sind neben dem Torhüter die defensivsten Spieler, die nicht über die Mittellinie gehen und ausschließlich bei Standardsituationen torgefährlich werden sollen.

Es kann eine Weiterentwicklung bedeuten, wenn sich der Libero und die Manndecker gleichermaßen im Wechsel ins Angriffsspiel einschalten. Damit fallen aber gewisse Freiheiten des Liberos weg, denn es muß im Wechsel ein gegnerischer Stürmer vom Libero übernommen werden. Außerdem werden 3 Abwehrspieler benötigt, die defensiv und offensiv gleich stark sind.

Libero

Der Libero entscheidet selber, wann er der Spielsituation angemessen hinter oder vor der Abwehr spielt.

Vor der Abwehr:

- Bei Ballbesitz im Mittelfeld, um das Spiel mit aufzubauen
- Bei Pressing-Situationen im Mittelfeld oder bei forechecking
- Bei Angriffssituationen, um Rückendeckung zu geben oder abgewehrte Bälle des Gegners wieder neu nach vorne zu bringen.

Hinter der Abwehr:

■ Wenn der gegnerische Angriff läuft, muß er den Manndeckern Sicherheit geben – der Libero ist ein spielstarker, beweglicher Raumdecker, der viele Ballkontakte hat. Er gibt die Signale in der Defensive, z.B. „Rausrücken“!

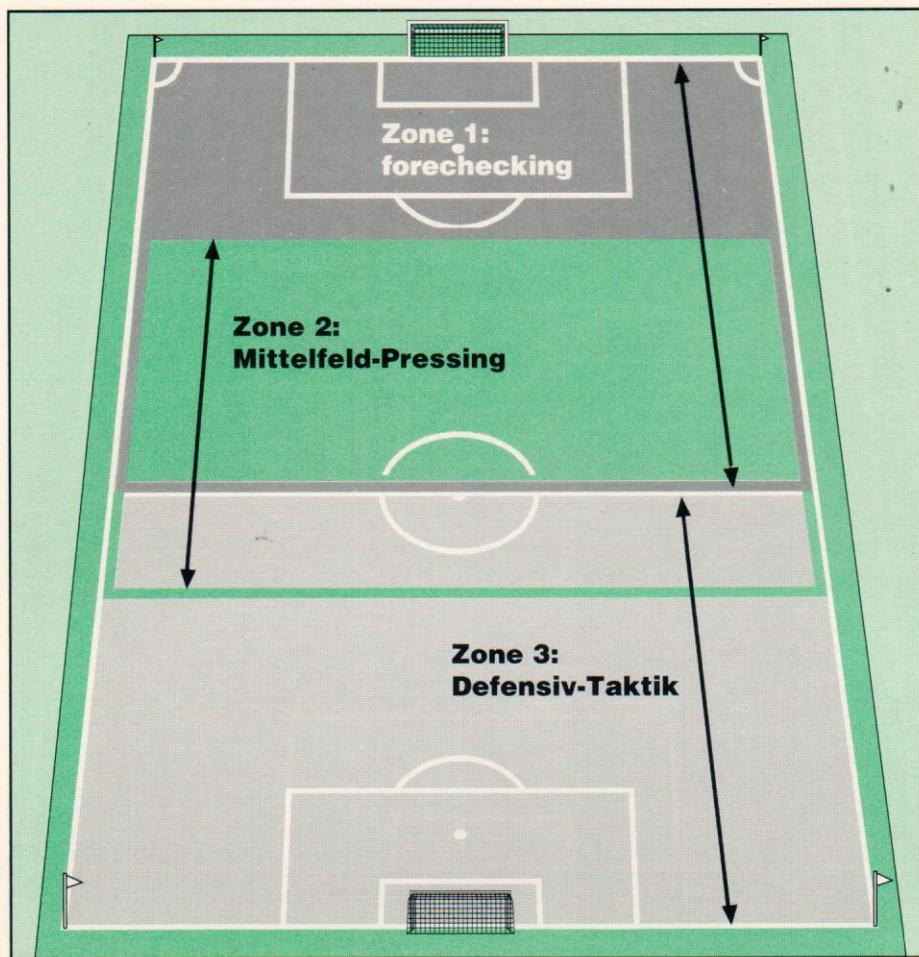
■ Nach einem abgewehrten Ball wird im Sprint rausgerückt, bis der Gegner in Ballbesitz ist, dann wird wieder gestellt und der Libero ist letzter Mann, weil in diesem Fall der Gegner häufig versucht, mit einem langen Ball möglichst über die Außen die Abwehr zu überspielen. Wenn sich die Mannschaft in Richtung gegnerisches Tor bewegt, ist der Libero entscheidender Signalgeber nachzurücken, um den Abstand vom letzten zum ersten Spieler bei etwa 40 Metern zu halten, um die Räume bei Ballverlust sofort eng machen zu können, gegebenenfalls zur direkten Wiedereroberung des Balles.

Mittelfeldspieler außen

- Die äußeren Mittelfeldpositionen sollten möglichst mit einem Rechtsfuß auf der rechten und einem Linksfuß auf der linken Seite besetzt werden.
- In der Offensive sind dies wichtige Spieler, um das Spiel breit zu machen. Sie müssen die ganze Außenlinie „bearbeiten“, laufstark sein.

PRESSING-ZONEN

1 Als wichtige Orientierungshilfe für die mannschaftstaktische Abstimmung wird das Spielfeld in 3 Zonen aufgeteilt. Auf diese Zonen wird innerhalb der Taktik-Schulung in Praxis und Theorie immer wieder zurückgegriffen. Fast alle mannschaftstaktischen Trainingsformen sind auf diese Spielräume abgestimmt.



- Zone 1 (Mittellinie bis gegenüberliegende Torlinie): konsequentes Fore-checking – der Gegner wird komplett in seiner Hälfte gepreßt.
- Zone 2 (etwa 15 Meter in der eigenen Hälfte bis Mitte gegenüberliegender Hälfte): Mittelfeld-pressing – die Grundausrichtung der hier vorgestellten Spielkonzeption.
- Zone 3 (Eigene Spielfeldhälfte): Kontertaktik – mit einem grundsätzlichen Zurückziehen aller Spieler in die eigene Hälfte.

Bei Ballbesitz in der eigenen Hälfte sorgen sie dafür, daß der Paß in den Fuß in die Breite möglich ist. Das Offensivspiel des Liberos ist dann besonders effektiv, wenn beide Spieler rechts und links sofort Richtung Außenlinie sprinten, um für die Überzahl im Mittelfeld (6 gegen 5) Raum zu schaffen.

■ In der Offensive schalten sie sich mit ein, versuchen Bälle in die Gassen zu erlaufen und zu flanken. Sie bilden dabei ein Pärchen mit dem inneren Mittelfeldspieler, mit dem sie die Position tauschen können, um flexibler nach vorne spielen zu können.

■ Es gilt das wichtige Prinzip: nach vorne diagonal freilaufen – nach hinten den kürzesten Weg zurück!

Damit ergeben sich automatisch Positionswechsel. Selbstverständlich führen diese Positionswechsel nicht zu einem heillosen Durcheinander, sondern werden aus der taktischen Grundordnung gezielt eingesetzt. Kreativität und Handlungsspielraum der Spieler müssen im richtigen Verhältnis zur taktischen Disziplin stehen.

■ In der Defensive sind die Außenspieler wichtige Raumdecker: Da bei Raumdeckung und Pressing nicht nur in der Länge, sondern auch in der Breite verschoben wird, muß der Außenspieler der Situation entsprechend zur Ballseite rücken (Ziel: Reduzierung des Spielraums auf 40 x 40 Meter!).

Defensive Mittelfeldspieler

- Sie bilden mit dem offensiven Spieler im Mittelfeld die entscheidende Spielachse. Zweikampfstärke, Laufstärke, Ballsicherheit zeichnen sie aus. Sie halten das Spiel des Gegners auf und kurbeln das eigene Spiel an.
- Wichtig, daß sie in der Offensive häufig nach außen laufen, um das Flügelspiel mit Überzahl auf der Seite zu forcieren. Torschüsse aus der 2. Reihe sind ebenso ein wichtiges Merkmal. Sie müssen ein hohes taktisches Verständnis haben, da sie mit den anderen Mittelfeldspielern gut harmonieren müssen. Mindestens eine der beiden sollte kopfballstark sein.

Offensiver Mittelfeldspieler

- Diese Position wird entweder mit einem reinen Spielmachertyp (Uwe Bein) oder mit einem schnellen, beweglichen „dritten Stürmer“ (Andreas Möller) besetzt. Spieldreher werden dabei immer seltener.
- Wichtig ist, daß dieser Spieler immer wieder mit in die Spitze geht, Löcher reißt und möglichst oft mit im Strafraum auftaucht.
- Außerdem muß dieser Spieler erkennen, wann plötzlich gepreßt werden muß, um im vorderen Bereich eine Balleroberung mit sofortiger Anschlußaktion, dem Torabschluß, zu erreichen. Damit wird er zum wichtigen Signalleger im vorderen Bereich. Greift er plötzlich die gegenüberliegende Abwehr an, rücken alle anderen nach.

■ Sie haben die Aufgabe, ständig für Unruhe beim Gegner zu sorgen. In der Offensive arbeiten sie eng zusammen, d.h. auch räumlich. Sie bewegen sich nur 20 bis 30 Meter auseinander, um auch miteinander spielen zu können. Sie spielen nicht nur in der Mitte, sondern weichen auch auf die Flügel aus und kreuzen häufig in der Vorwärtsbewegung.

- Bei Ballverlust schalten sie schnellstens um. Sie sind aggressiv und versuchen, vorne sofort wieder in Ballbesitz zu kommen. In der gegenüberliegenden Hälfte sprinten sie hinter den Ball, um in der Verteidigungslinie wichtige Arbeit zu leisten. Wenn der Gegner in unsere Hälfte hineinspielt, klinken sie sich aus der Defensivarbeit aus und lauern in der gegenüberliegenden Hälfte.

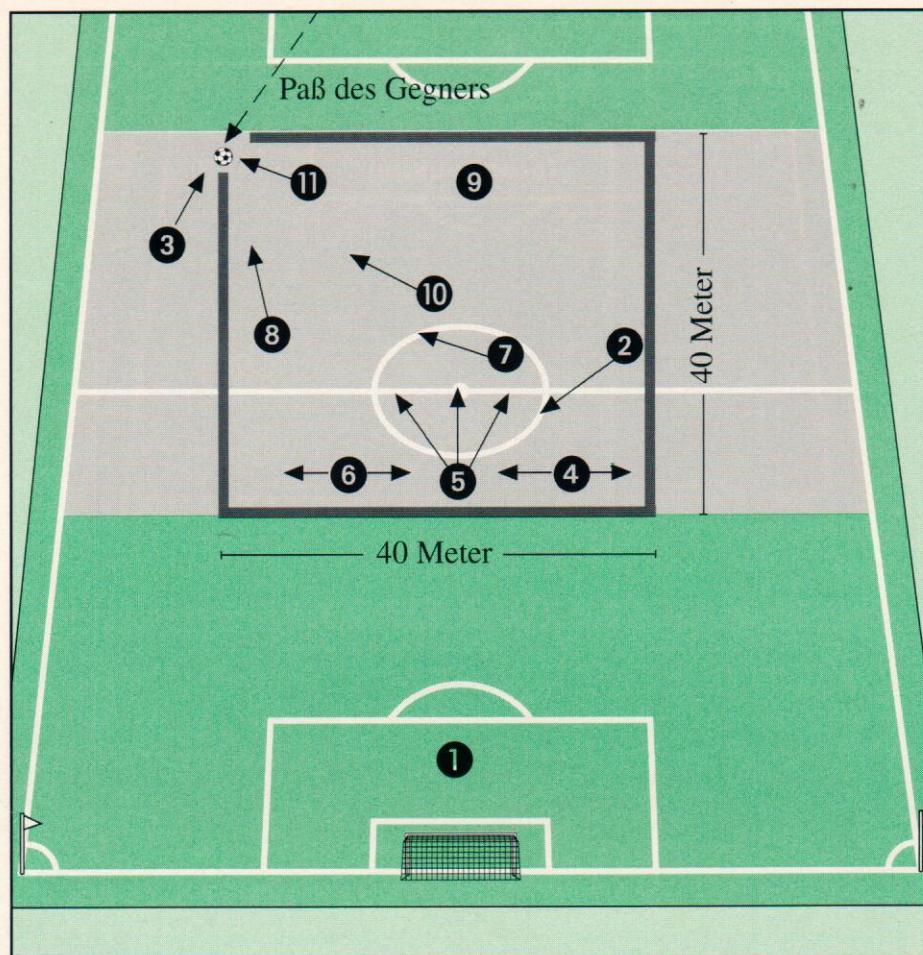
Torhüter

- Der Torhüter muß sich dahin entwickeln, als zusätzlicher Libero mitspielen zu können. In einem offensiven System, bei dem sich die Spieler überwiegend in den Zonen 1 und 2 aufzuhalten, muß der Torhüter häufig sein Tor bis zum Strafraum verlassen, um lange Bälle des Gegners abfangen zu können.

MITTELFELDPRESSING (BEISPIEL)

1 Das Mittelfeldpressing ist ein wichtiges Grundelement der hier vorgestellten Spielkonzeption.

Wenn die gegnerische Mannschaft dabei in die Mittelfeldzone ein dringt, wird sie sofort „gepreßt“, so daß kein Spielraum für einen ungestörten Spielaufbau bleibt.



→ Beim Paß der gegnerischen Mannschaft in die Mittelfeldzone hinein wird der Ballbesitzer sofort von 2 oder 3 Spielern attackiert.

→ Alle anderen Spieler rücken zum Ball hin auf, um das „Spielfeld“ möglichst auf etwa 40 x 40 Meter zu verkleinern. Der Libero stößt ins Mittelfeld vor. Auf die gegnerische Mannschaft wird somit großer Druck ausgeübt.

→ Nach einer Balleroberung wird möglichst schnell hinter die (ungeordnete) gegnerische Deckung gespielt.

Einteilung des Spielfeldes in 3 Zonen

Als wichtiges „gedankliches Hilfsmittel“ zur Realisierung des Spielkonzeptions wird das Spielfeld in 3 verschiedene Zonen aufgeteilt. Diese Spielzonen werden auch bei der Aufteilung der Übungsräume innerhalb des mannschaftstaktischen Trainings berücksichtigt.

Zone 1

Mittellinie bis gegnerische Torlinie (Forechecking)

► Der Gegner wird komplett in seiner Hälfte gepräßt. Es werden keine kurzen Abstöße zulassen – den Gegner zu langen, unkontrollierten Bällen zwingen.

► **Vorteil:** Der Gegner hat laufend Streß – ein Fehlpaß direkt vor dem eigenen Tor führt zu Torchancen. Er hat keine Räume für einen vernünftigen Spielaufbau.

Nachteil: Die eigene Mannschaft ist ebenso laufend im Streß – sie hat keine Zeit, um sich zu erholen. Es gibt kaum Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung (Tempo und Erholung). Eigene Fehler werden häufig mit Torchancen des Gegners bestraft, da große Räume im Rücken der Abwehr vorhanden sind (Der Libero steht als letzter Mann auf der Mittellinie).

► Forechecking ist über 90 Minuten nicht anwendbar und sinnvoll, der Nutzen ist geringer als der zu erwartende Schaden und Mißerfolg. Die Spieler sind überfordert, auf Grund der engen Räume gehen Spielwitz und Kreativität verloren. Die Konzentrationsfähigkeit läßt im Verlauf des Spiels nach.

Forechecking sollte deshalb nur zeitweise eingesetzt werden, z.B. zu Spielbeginn, direkt nach der Halbzeit, nach eigenem Eckball (so daß der Gegner nicht herausspielen kann) oder in einer guten Phase mit guten Torabschlüssen, um sich vorne festzusetzen.

Zone 2

Etwas 15 Meter in der eigenen Hälfte bis Mitte gegnerische Hälfte

► Für mich das ideale Spiel: das sogenannte **Mittelfeldpressing**. Ab der Mittellinie wird dabei der Gegner gepräßt, so daß diesem kein Spielraum gelassen wird.

► Durch das Mittelfeldpressing werden Balleroberungen im Bereich der Mittellinie provoziert, so daß bei anschließendem Ballbesitz schnelle Bälle hinter die gegnerische Abwehr gespielt werden können.

► Bei einer gut eingespielten Mannschaft werden zusätzlich Signale zum plötzlichen Forechecking gesetzt. Bei Rückpässen und Defensivpässen zur Seitenlinie rücken alle Spieler auf, der gegnerische Ballbesitzer wird

mit 2 Spielern unter Druck gesetzt und es wird aggressiv auf Ballbesitz gespielt. Am besten ist es, wenn 2 erfahrene Spieler damit betreut werden, die entsprechenden Signale geben (Libero und Mittelfeldspieler).

Zone 3

Eigene Hälfte (Kontertaktik)

► Das grundsätzliche Zurückziehen aller Spieler in die eigene Hälfte ist eine reine Kontertaktik. Oft führt diese Spielweise zu destruktivem, für die Zuschauer langweiligem Spiel, bei dem die Torsicherung absolut im Vordergrund steht.

► Selbst wenn gleichzeitig die Absicht besteht, konstruktiv nach vorne zu spielen, sollte folgendes berücksichtigt werden:

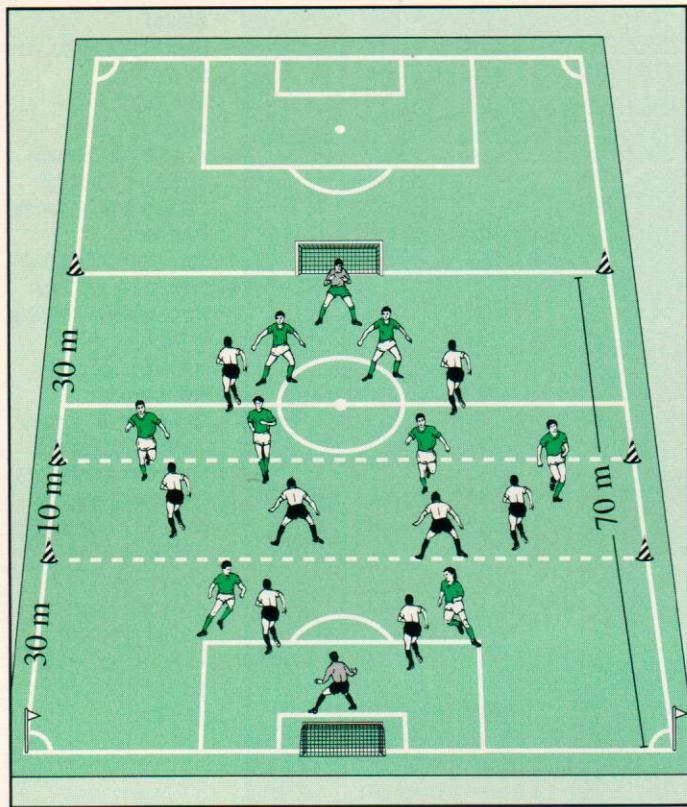
Die Stürmer müssen grundsätzlich bis zur Mittellinie zurück, viel Defensivarbeit verrichten und haben dabei sehr lange Wege zum gegnerischen Tor. Kurzfristig ist das durchzuhalten, über eine Saison oder länger können und werden sich Stürmer und Offensivspieler in diesem System nicht entwickeln können. Insgesamt werden technisch beschlagene, kreative Fußballer in diesem System auf Dauer keine Verwendung finden!

► Manchmal ist jedoch ein vorrangiges Agieren in Zone 3 nicht zu vermeiden, z.B. bei Überzahl des Gegners (durch Überzahl oder spielerischer Überzahl).

TRAININGSFORM 1

„Räumen“ der Verteidigungszone**1 Spiel in einem Zweidrittel-Feld**

- Spielfeldlänge: 70 Meter (30 – 10 – 30 Meter).
- Das Spielfeld ist mit Hütchen in 3 Zonen geteilt
- Spielfeldbreite: etwa 70 Meter
- Spieler: 2 Mannschaften zu je 8 Spielern + 2 Torhüter
- Spielzeit: 2 x 20 (25) Minuten

**Ablauf**

8 gegen 8 auf 2 Tore mit Torhütern: Die beiden Mannschaften sollen aus dem zielsstreben Zusammenispiel zum Abschluß kommen. Zur Erzielung eines Tores wird dabei eine Vorgabe erteilt: Alle Spieler der Angriffsmannschaft müssen im Moment des Torschusses die Zone vor dem eigenen Tor (30 Meter) „geräumt“ haben.

Schwerpunkte

- Kompaktes mannschaftliches Auftreten
- Kurzaßspiel
- Flugbälle und Spielverlagerung
- Gezieltes Spiel in Breite und Tiefe

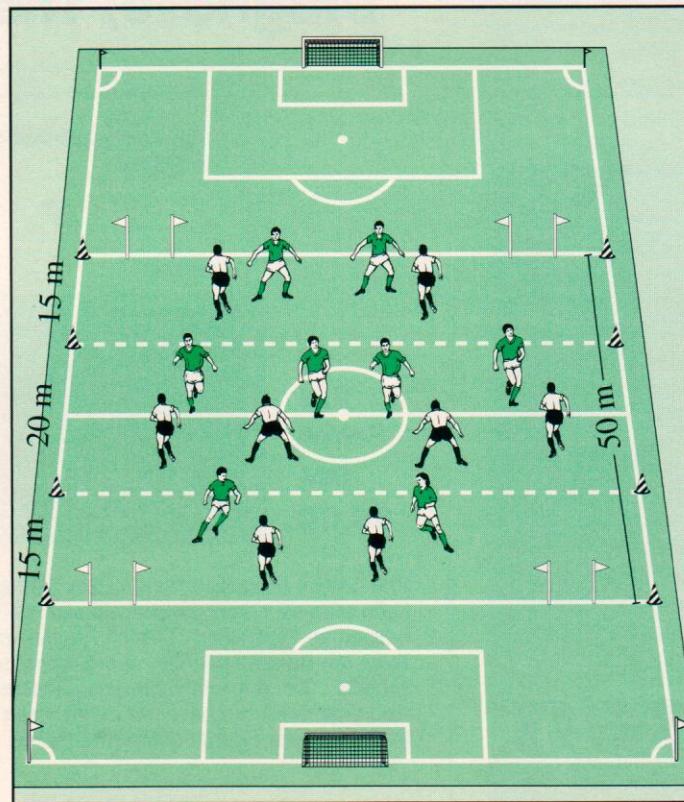
Variationen

- Begrenzung auf 2 erlaubte Ballkontakte innerhalb des Zusammenspiels
- Vergrößerung der Spielfeldlänge auf 80 Meter
- Torabschlüsse nur per Direktschuß
- Spiel mit Abseitsregel

TRAININGSFORM 2

8 gegen 8 auf je 2 kleine Tore**2 Spiel in einem Feld an der Mittellinie**

- Spielfeldlänge: 50 Meter (15 – 20 – 15 Meter).
- Das Spielfeld ist im Bereich der Mittellinie mit Hütchen in 3 Zonen geteilt.
- Auf beiden Grundlinien des Feldes sind jeweils 2 Stangentore (3 Meter Breite) aufgestellt
- Spielfeldbreite: etwa 70 Meter
- Spieler: 2 Mannschaften zu je 8 Spielern
- Spielzeit: 2 x 15 Minuten

**Ablauf**

Spiel 8 gegen 8 auf je 2 Tore: Die Mannschaft am Ball soll bei einem der beiden gegnerischen Tore einen Treffer erzielen. Für das Erzielen der Tore werden dabei 2 Vorgaben erteilt:

1. Alle Spieler der Mannschaft müssen beim Torschuß die Zone vor den eigenen Toren „geräumt“ haben.
2. Treffer müssen per Direktschuß aus der „Torschußzone“ erzielt werden.

Mit der Vorgabe „Direktschuß“ werden die Spieler aufgefordert, immer wieder nach einem Paß in die Tiefe zum Spieler am Ball nachzurücken, so daß dieser zum Direktschuß auflegen kann.

Schwerpunkte

- Kompaktes mannschaftliches Auftreten
- Verschieben zur Ballseite
- Spielverlagerung
- Verbesserung der Ballsicherheit
- Spiel in die Tiefe

Variationen

- Spiel mit höchstens 2 erlaubten Ballkontakten beim Zusammenspiel

TRAININGSFORM 3

Pressing in Zone 2

3 Spiel in einem Zweidrittelfeld

■ Spielfeldlänge:

65 Meter

Im Bereich der Mittellinie ist eine 30 Meter lange Zone markiert (Zone 2 des Taktikkonzepts).

Das 2. Tor mit Torhüter wird auf der einen Strafraumlinie aufgestellt

■ Spielfeldbreite:

etwa 70 Meter

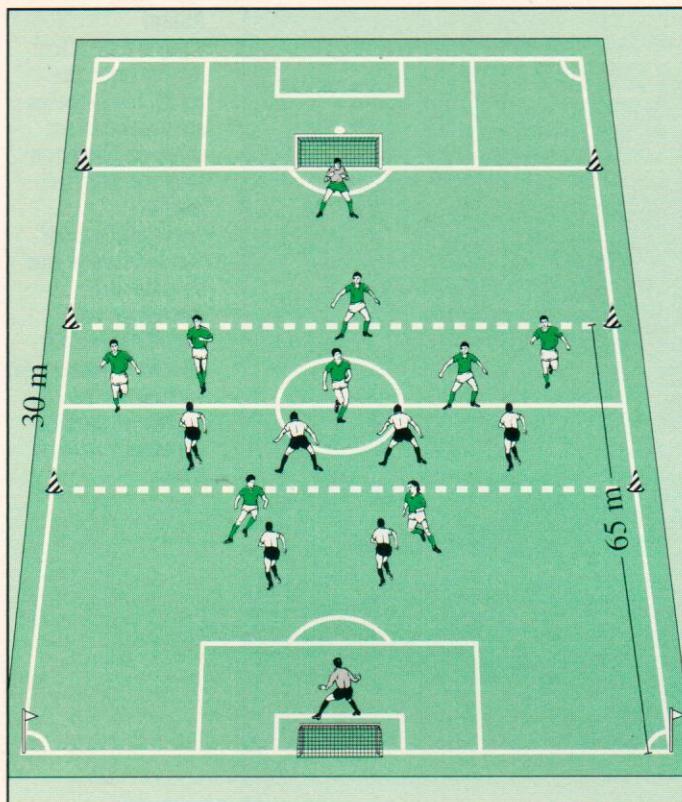
■ Spieler:

Team A: 8 Spieler + Torhüter

Team B: 6 Spieler + Torhüter

■ Spielzeit:

10 (15) Minuten oder 2 x 10 (15) Minuten



Ablauf

Spiel 8 gegen 6 auf die beiden Tore:

Mannschaft A (5er-Mittelfeld + Libero + 2 Spalten der Stammmformation) spielt auf das gegnerische Tor mit Torhüter.

Bei gegnerischem Ballbesitz verteidigt A mit konsequenterem Pressing in Zone 2, um schnellstmöglich den Ball zu erobern.

Mannschaft B versucht in Unterzahl, den Ball zu sichern und über die markierte Grundlinie der Zone 2 in Richtung gegnerisches Tor zu dribbeln. Nach einem erfolgreichen Dribbling darf der betreffende Spieler ungestört auf das Tor mit Torhüter schießen.

Schwerpunkte

- Pressing in Zone 2
- Abstimmung der Startsignale für ein Pressing
- Raumdeckung

Variationen

- Nur Mannschaft A greift auf ein Tor mit Torhüter an, für Mannschaft B reicht das Überdribbeln der Ziellinie
- Gleicher Ablauf, aber als 8 gegen 7 oder 8 gegen 8

RAU SPORTS



RAU-Schömberg

07427-94010

RAU-Stuttgart

0711-649630

- Fußballcamps & Trainingslager in Tunesien
- 1 Freiplatz ab 19 Personen bei Direktbuchung
- 2 Flugstunden nah
- hervorragendes Klima ganzjährig
- professionelle Betreuung
- Organisation von Freundschafts- & Pokalspielen
- Fordern Sie den neuen RAU - Sportkatalog an!

ab 499,-
1 WO / DZ / HP inkl. Flug

Sportreisen

Überlastungsschäden:
**Entstehung,
Diagnose, Therapie**Überlastungsschäden
im Sport

Ludwig Geiger

221
Seiten
DM
38,00

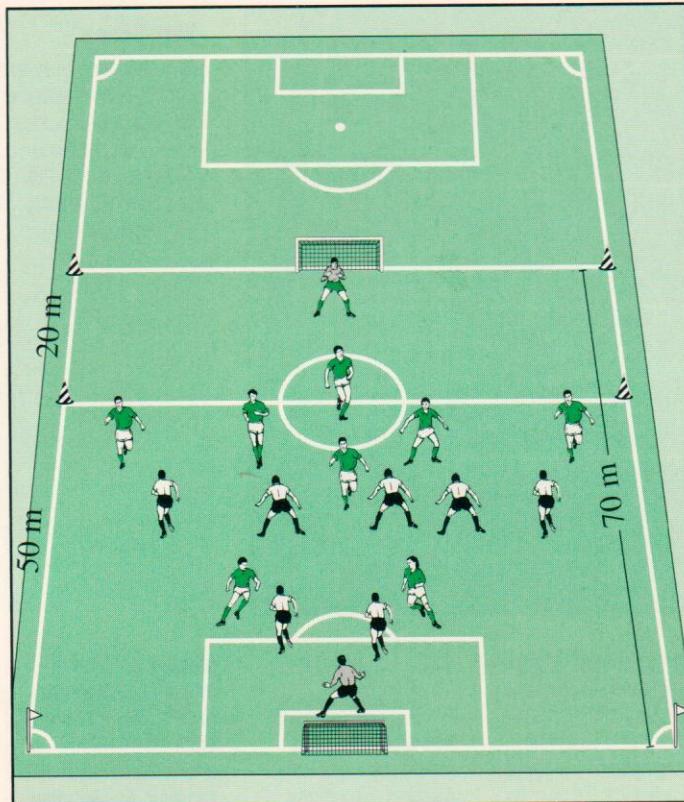
Wie kommt es zu sportlichen Überlastungsschäden, woran kann man sie erkennen und wie sind sie zu behandeln oder besser: zu vermeiden? Diesen Fragen widmet sich das Buch am Beispiel häufiger sportbedingter Überlastungsschäden. Ziel der Analysen ist es, Trainern und anderen Sportinteressierten bei einer medizinisch vernünftigen Steuerung der Sportausübung zu helfen.

TRAININGSFORM 4

Pressing in Zone 2

4 Spiel in einem Zweidrittel-Feld

■ Spielfeldlänge: 70 Meter
Das 2. Tor mit Torhüter wird etwa 20 Meter hinter der Mittellinie aufgestellt.
Die Mittellinie muß deutlich zu erkennen sein (möglicherweise zusätzliche Markierung durch Hütchen)
■ Spielfeldbreite: etwa 70 Meter
■ Spieler:
Team A: 8 Spieler + Torhüter
Team B: 7 Spieler + Torhüter
■ Spielzeit:
2 x 10 bis 4 x 10 Minuten

**Ablauf**

Mannschaft A (Libero, 5er-Mittelfeld und 2 Spitzen der Stammformation) greift im Spiel 8 gegen 7 auf das Normaltor mit Torhüter an.
Bei Ballbesitz des Gegners wendet A ein konsequentes Pressing in Zone 2 an.
In einer passenden Situation erfolgt auf das Signal eines Spielers hin sogar gelegentlich ein überfallartiges Pressing in Zone 1. Mannschaft B versucht, sich aus dem Pressing herauszuspielen und die Mittellinie zu überdribbeln. Wenn dies gelingt, so muß der jeweilige Spieler im Alleingang gegen den Torhüter einen Treffer für seine Mannschaft erzielen.

Schwerpunkte

- Pressing in Zone 2
- Abstimmung der Startsignale für ein abgestimmtes, überfallartiges Pressing in Zone 1
- Organisation in der Defensive

Variationen

- Freier Abschluß beider Mannschaften auf das gegnerische Tor. Die Mittellinie ist nun die Abseitslinie (aber keine Dribbellinie)

VEREINS-BEDARF BEQUEM BESTELLEN: PER KATALOG.

*Alles für Ihren Verein! Einfach anrufen, Katalog kommt sofort:
Telefon (0911) 206 99-0*

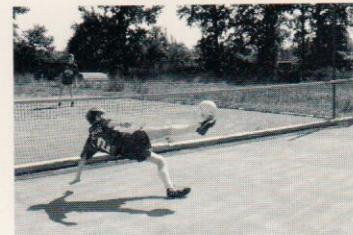
LOYDL

Olympia-Sporthaus Loydl
Postfach 3442, 90016 Nürnberg

Ullrich Zempel

„Fußballtennis – ein beliebtes Spiel und Trainingsmittel“

Methodischer Lehrbrief für das Juniorentraining



... soeben erschienen...

besonders für Juniorentrainer und Übungsleiter. Auch für die Aus- und Fortbildung zur Erlangung von C- und B-Lizenzen geeignet.

Coupon ausschneiden/kopieren und ab in die Post.
MBB Verlags- und Vertriebs-GmbH
Friedrich-Ebert-Straße 105, 04105 Leipzig
Telefon 0341/7 11 64 - 20
Telefax 0341/7 11 64 - 29

Bankverbindung: Sparkasse Leipzig
Konto-Nr. 1 143 328 332, BLZ 860 555 92
Mengenrabatte:
ab 5 Stück á 6,75 DM + 4,00 DM (Vers.)
10 Stück á 6,50 DM + 5,00 DM (Vers.)
20 Stück á 6,25 DM + 6,00 DM (Vers.)

Bestell-Coupon
„Lehrbrief-Fußballtennis“

Ich bestelle zur sofortigen Lieferung
1 Expl. „Lehrbrief-Fußballtennis“ zum Stückpreis von 10,00 DM (inkl. 3,00 DM Versandkosten und gesetzl. MwSt.)

Ich bestelle zur sofortigen Lieferung
Expl. „Lehrbrief-Fußballtennis“ zu nebenstehenden Rabattpreisen (inkl. einmalige Versandkosten und gesetzl. MwSt.)

Die Zahlung erfolgt:
 per beigefügten Scheck
 beiliegend in bar
 auf Ihr nebenstehendes Konto

Datum: Unterschrift:

TRAININGSFORM 5

Spiel auf je 2 kleine Tore**5 Spiel in einem Feld an der Mittellinie****■ Spielfeldlänge:**

35 Meter

Im Bereich der Mittellinie ist mit Hütchen eine 35 Meter lange Zone markiert (in etwa die Zone 2 des Taktik-Konzepts).

Dieser Spielfeldbereich ist mit Hütchen nochmals in 3 Querzonen unterteilt (10 – 15 – 10 Meter).

Auf beiden Grundlinien dieses Feldes stehen jeweils 2 kleine Tore (2 Meter Breite)

■ Spielfeldbreite:

etwa 50 Meter

■ Spieler:

Team A: 6 Spieler

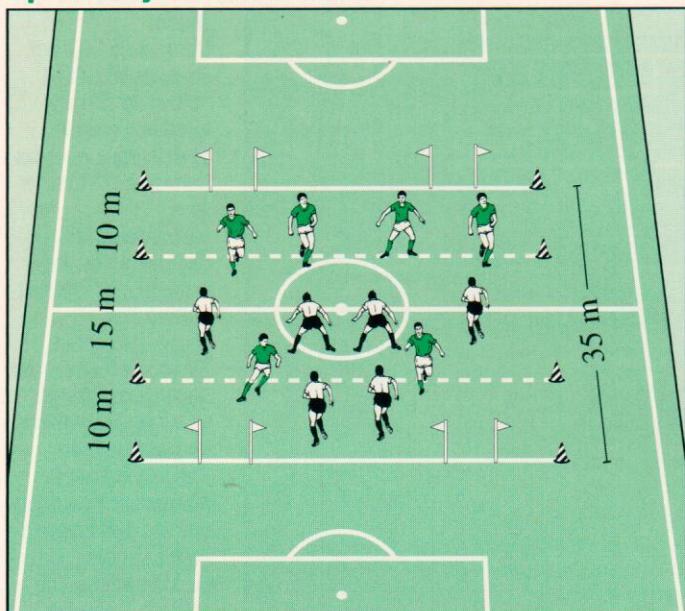
Team B: 6 Spieler

■ Spielzeit:

2 x 10 Minuten oder

3 x 10 Minuten oder

2 x 15 Minuten

**Ablauf**

Freies Spiel 6 gegen 6 auf je 2 kleine Tore. Die jeweilige Mannschaft am Ball soll aus dem Zusammenspiel

heraus einen Treffer bei einem der beiden Tore des Gegners erzielen. Dabei wird wiederum vorgegeben: Tore sind nur aus der Torschuß-

zone und im Direktschuh möglich. Die beiden Teams werden wiederum nach mannschaftstaktischen Aspekten (Positions-

Variationen

- Kontaktbegrenzung für das Zusammenspiel
- Gleicher Ablauf als Spiel 7 gegen 7 oder 8 gegen 8 (dazu muß das Spielfeld jedoch verbreitert werden)

Schwerpunkte

- Kompaktes Auftreten im Mittelfeld
- Schnelles Umschalten von Angriff auf Abwehr und umgekehrt
- Rochieren im Angriffsreich
- Sicheres und dennoch variantenreiches Kombinieren
- Freilaufen (vor allem diagonal nach vorne)

TRAININGSFORM 6

Spiel auf „Flügeltore“**6 Spiel in einer Spielfeldhälfte****■ Spielfeldlänge:**

35 bis 40 Meter

Auf beiden Grundlinien steht jeweils ein Normaltor mit Torhüter. Außerdem werden auf der einen Grundlinie an den Seiten 2 kleine Tore (2 Meter Breite) aufgestellt.

■ Spielfeldbreite:

etwa 70 Meter

■ Spieler:

Team A: 6 Spieler +

Torhüter

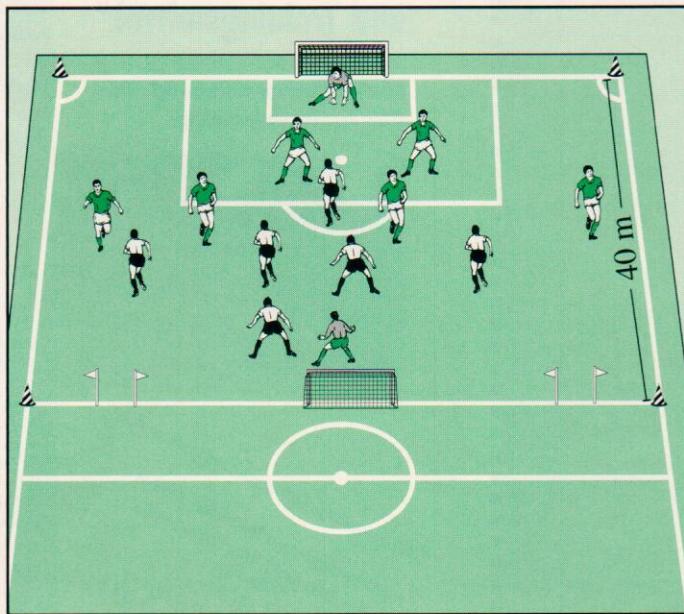
Team B: 6 Spieler +

Torhüter

■ Spielzeit:

2 x 10 Minuten oder

2 x 15 Minuten

**Ablauf**

Freies Zusammenspiel 6 gegen 6: Mannschaft A greift auf das Normaltor mit Torhüter an.

Mannschaft B kann bei allen 3 Toren (also beim Großtor mit Torhüter bzw. 2 Kleintoren) des Gegners zum Erfolg kommen.

Dabei müssen diese Treffer jedoch von Team B (anders als bei Mannschaft A) ausschließlich per Direktschuß erzielt werden.

Variationen

- Kontaktbegrenzung für das Zusammenspiel
- Gleicher Ablauf als Spiel 7 gegen 7 oder 8 gegen 8

Schwerpunkte

- Spiel über die Außenpositionen (mit Blick auf die Spielereöffnung)
- Doppelte Besetzung der Flügel als Voraussetzung eines effektiven Zusammenspiels
- Kombinationsmöglichkeiten auf dem Flügel
- Spielerlagerung
- „Hinten herum spielen“

Die Mannschaften werden wiederum mit Blick auf die beabsichtigte Stammformation zusammengestellt, um das Zusammenwirken der

Mannschaftsteile optimal zu verbessern.

100 TURNIERTRIPS FÜR DIE SAISON 1995/1996

FÜßBALLOSTERN'96 echt stark!!



Italien-Mailand	(I)	Coppa San Siro B/C/D/E 60 Mannschaften
Ostern 5.-8.4.96		
Preis: ab 219,- DM incl. Busfahrt		
Frankreich-Paris	(F)	Marne Trophy A/B/C/D/E/Damen 60 Mannschaften
Ostern 5.-8.4.96		
Preis: ab 209,- DM incl. Busfahrt		
Holland-Amsterdam	(NL)	Tulip Trophy A/B/C/D 64 Mannschaften
Ostern 5.-8.4.96		
Preis: ab 198,- DM incl. Busfahrt		
Belgien-Kempen	(B)	Harmony Cup A/B/C/D/E 58 Mannschaften
Ostern 5.-8.4.96		
Preis: ab 109,- DM eigene Anreise		
Dänemark-Randers	(DK)	Fjorden Cup A/B/C/D/Damen 70 Mannschaften
Ostern 5.-8.4.96		
Preis: ab 125,- DM eigene Anreise		
Holland-Maastricht	(NL)	Geusselt Cup A/B/C/D/Damen/Mädchen 100 Mannschaften
Ostern 5.-8.4.96		
Preis: ab 198,- DM incl. Busfahrt		

Die ganze Welt des Fußballs Pfingsthits'96

Österreich-Wolfsberg	(A)	Wolfsberg Cup A/B/C 30 Mannschaften
Pfingsten 24.-27.5.96		
Preis: ab 139,- DM eigene Anreise		
Schweiz-Delemont	(CH)	Jura Trophy A/B/C 50 Mannschaften
Pfingsten 24.-27.5.96		
Preis: ab 129,- DM eigene Anreise		
Tschechei-Pilsen	(CZ)	Bohemia Cup A/B/C/D 50 Mannschaften
Pfingsten 24.-27.5.96		
Preis: ab 198,- DM incl. Busfahrt		
Italien-Verona	(I)	Trofeo Adige A/B/C/D 52 Mannschaften
Pfingsten 24.-27.5.96		
Preis: ab 159,- DM eigene Anreise		
Frankreich-Straßburg	(F)	Trophee du Rhin A/B/C/D 50 Mannschaften
Pfingsten 24.-27.5.96		
Preis: ab 119,- DM eigene Anreise		
Holland-Maastricht	(NL)	Sphinx Trophy A/B/C/D 50 Mannschaften
Pfingsten 24.-27.5.96		
Preis: ab 119,- DM eigene Anreise		

Gleich gratis Katalog mit 100 Turnieren anfordern!

INFOS: Uwe Morio Robert Ohl Manfred Friedrich
Tel.: 06357-96061 08131-54087 0355-533721
Fax : 06357-96149 08131-351064 0455-542238
Euro-Sportring Deutschland, Im Nassen Grund 6, 67725 Breunigweiler

SPANIEN/COSTA BRAVA Ostern und Pfingsten 1996

ab DM 310,-



Trofeo Mediterraneo	07.-14. April 1996 insgesamt 180 Teams	A/B/C/D ab DM 310,- für 5 Nächte
	29.03.-06. April 1996	A/B/C/D/Herren ab DM 360,- für 6 Nächte
	05.-14. April 1996	A/B/C/D/Herren ab DM 410,- für 7 Nächte

Copa Maresme	26.05.-02. Juni 1996 80 Mannschaften	A/B/C/D/Herren ab DM 310,- für 5 Nächte
	24.05.-02. Juni 1996	A/B/C/D/Herren ab DM 410,- für 7 Nächte

Leistungen	Anzahl Nächte Vollpension **Hotel Busbeförderung mit WC ab Vereinsheim ESR Infoservice vor Ort Internationale Beteiligung tolles Rahmenprogramm gute Sportanlagen (auch Rasen) Freiplätze 1:24 auf Hotel
------------	--



ITALIEN/ADRIA/RICCIONE Ostern und Pfingsten 1996



ab DM 335,-

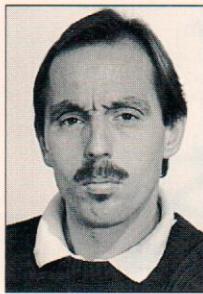
Trofeo Adriatico	120 Mannschaften	4.-8. April 1996	A/B/C/D/Herren
Trofeo Delfino	60 Mannschaften	24.-28. Mai 1996	A/B/C/D/Herren
Leistungen	4 Nächte Vollpension im Hotel ESR Infoservice vor Ort Internationale Beteiligung tolles Rahmenprogramm Busbeförderung mit WC ab Vereinsheim Freiplätze 1:24 auf Hotel		



1960-1995
UEFA & FIFA Lizenz

In moderne Spielsysteme hineinwachsen!

Zur Spieldifferenzierung im Jugendbereich des VfB Stuttgart: Die ballorientierte Raumdeckung mit Pressing und Viererkette als Ausbildungschance für Nachwuchsspieler und Trainer.
Ein Beitrag von Wolfgang Geiger



Wolfgang Geiger,
Diplom-Sportlehrer
und A-Lizenz-Inhaber.
Seit 1991 Jugend-
koordinator des VfB
Stuttgart.
3 Jahre B1-Trainer
(Deutscher Meister
1994), seit 1994
Al-Trainer.

Die Jugendarbeit des VfB Stuttgart im Überblick

Der VfB Stuttgart betreibt seit Jahren eine gute und erfolgreiche Jugendarbeit, die nicht nur durch 8 deutsche A-Jugend- (Rekord) und 3 deutsche B-Jugendmeisterschaften (Rekord) belegt wird. Jahr für Jahr werden im Schnitt 8 (6 bis 10) A-Jugendliche in den Amateur-Kader (Oberliga) übernommen und im Lizenzspielerkader stehen seit Jahren im Schnitt 9 (7 bis 11) ehemalige eigene Jugendspieler.

Einheitliche Spiel- und Ausbildungskonzeption

Die sportliche Jugendarbeit besteht auch beim VfB aus Talentsichtung und Ausbildung: für

beides sind Kriterien festgelegt, die durch eine moderne Spielvorstellung bestimmt werden.

Unter der Federführung von Helmut Gross (damaliger Sportkoordinator) wurde ab der Saison 1990/91 eine neue sportliche Konzeption eingeführt, nach der alle Mannschaften (A- bis F-Junioren) mit einer einheitlichen Spieldifferenzierung modernes Angriffsspiel und modernes Abwehrverhalten trainieren und spielen. Hinsichtlich des Abwehrverhaltens wird dabei eine ballorientierte Raumdeckung (BoD) mit Pressing gespielt.

Ursprünge dieser Spielkonzeption

□ Diese „Verteidigung zum Ball“ nach internationalen Vorbildern (AC Mailand, AC Parma, FC Barcelona, fast alle Topteams der Champions League, Nationalmannschaften

M O D E R N E S P I E L S Y S T E M E

3 – 5 – 2



Kombinierte Deckung

- Kombination aus „Manndeckung“ und Raumdeckung
- Sie wird vor allem im 3:5:2-System gespielt: Libero + 2 Manndecker + 5 Mittelfeldspieler + 2 Angriffsspitzen

Libero

■ Der Libero agiert ohne direkten Gegenspieler hinter den beiden manndeckenden Abwehrspielern.

Manndecker

■ Die beiden Manndecker spielen in „Nummerndeckung“ immer gegen dieselbe Sturmspitze.

Mittelfeldspieler

■ Die defensiven Mittelfeldspieler agieren je nach taktischer Grundausrichtung als „Verteidiger“ (defensiver) oder als äußere Mittelfeldspieler (offensiver) gegen offensive MF-Spieler des Gegners.
■ Die offensiven Mittelfeldspieler attackieren den Gegner hinter den beiden Sturmspitzen. Bei Ballbesitz gestalten sie das Angriffsspiel.
■ Der zentrale Mittelfeldspieler hat in der Regel die Spielmacherfunktion zu erfüllen.

Angriffsspitzen

■ Die Angriffsspitzen teilen sich die gesamte Spielfläche in Offensive bzw. Defensive meist gleichberechtigt mit Schwerpunkten links bzw. rechts.

Italiens, der früheren UdSSR, Brasiliens usw.) hat den eigentlichen Ursprung (Raumdeckung) in Brasilien.

Die Brasilianer spielen schon seit Jahrzehnten Raumdeckung, die dann ab Mitte der 70er-Jahre von den Europäern (u.a. Michels, Hapel, Zebec, Lorant, Cernai, Lobanowski) übernommen und mit europäischen Elementen (körperbetont, lauffreudig, aggressiv) ergänzt wurde.

□ Seither waren immer mehr National- und Vereinsmannschaften zu beobachten, die auf hohem internationalem Niveau vor allem aufgrund dieser Spielweise unerwartete Erfolge erzielen konnten, wie etwa die Mannschaften von Dynamo Kiew, Kolumbien, Schweden, Schweiz, Parma usw.).

Dies läßt darauf schließen, daß solche Erfolge nicht nur für Mannschaften mit besonders überragenden Spielerpersönlichkeiten möglich sind, sondern daß diese Erfolge vor allem mit Trainernamen in Verbindung stehen und auf deren Spielsysteme und -vorstellungen zurückzuführen sind.

□ Seit den großen Erfolgen des AC Mailand (vor allem unter Sacci) gibt es immer mehr Mannschaften, die diese Spielkonzeption für sich entdecken und praktizieren.

□ Neben der VfB-Jugend haben sich beispielsweise inzwischen auch die Auswahlmannschaften des Württembergischen Fußball-Verbandes oder auch die Regionalligisten Reutlingen und Ludwigsburg entschlossen, die erfolgreiche Spieldifferenz zu verfolgen und umzusetzen.

FOTO: BONGARTS



Das Ziel „Profi“ ist nur mit einer systematischen Nachwuchskonzeption zu realisieren.

Grundelemente der ballorientierten Raumdeckung

□ Diese Spieldifferenz basiert vor allem auf der natürlichsten, ursprünglichsten Art des Abwehrverhaltens – d.h. der ballorientierten Raumdeckung.

□ Ziel dieses Systems ist, in Ballnähe eine Überzahl von Spielern zu versammeln und den ballbesitzenden Gegner möglichst mit 2 oder 3 Spielern anzugreifen und unter Druck zu setzen, so daß dieser zu keinem konstruktiven Spieldurchgang kommt und die Erfolgsaussichten auf einen schnellen Ballgewinn deutlich steigen.

Oberstes Ziel ist stets ein Ballgewinn zur Einleitung eigener Angriffsaktionen.

M O D E R N E S P I E L S Y S T E M E

4 – 4 – 2



Raumdeckung

■ Kein Spieler bekämpft ständig nur einen bestimmten Gegenspieler

■ Sie wird vor allem im 4:4:2-System gespielt: 4 Abwehrspieler + 4 Mittelfeldspieler + 2 Angriffsspitzen

Vierer-Abwehrkette

■ Die Vierer-Abwehrkette setzt sich aus 2 Innenverteidigern (rechter und linker) und 2 Außenverteidigern (rechter und linker) zusammen.

Vierer-Mittelfeld

■ Das Vierer-Mittelfeld spielt in rautenförmiger Anordnung.

■ In zentraler Position vor der Abwehrkette agiert ein defensiver Mittelfeldspieler (auch „Mittelfeld-Libero“, „Scheibenwischer“ oder „Staubsauger“).

■ Außerdem spielen im Mittelfeld 2 äußere (linker und rechter) und ein vorderer, zentraler Mittelfeldspieler.

Angriffsspitzen

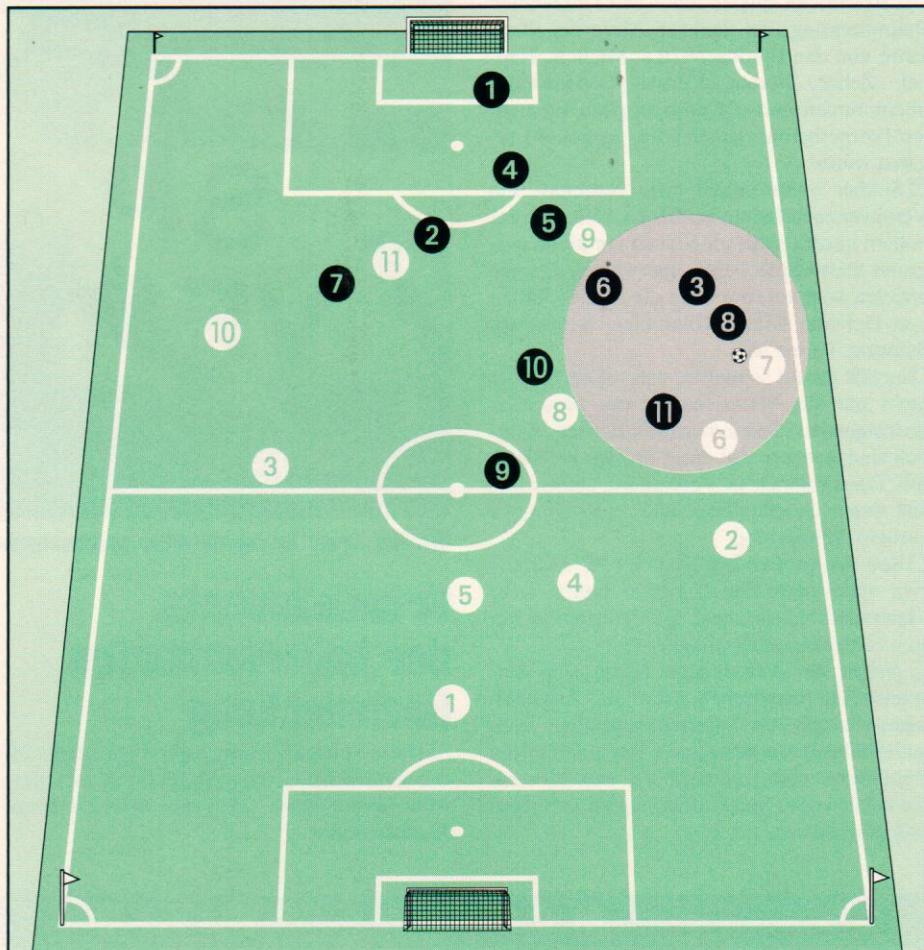
■ Die Angriffsspitzen teilen sich wiederum die gesamte Spielfeldbreite in offensive bzw. defensive – meist gleichberechtigt jedoch mit Schwerpunkten hinsichtlich der linken bzw. rechten Spielfeldseite.

BALLORIENTIERTE DECKUNG

Die ballorientierte Deckung zielt darauf ab, den Ballbesitzer der gegnerischen Mannschaft nicht nur mit einem, sondern gleichzeitig mit 2, 3 Spielern anzugreifen und unter Druck zu setzen. Bei Ballverlust schalten zu diesem Zweck alle Spieler sofort auf Abwehr um und bewegen („schieben“) sich zur Ballseite hin, um in Ballnähe möglichst in Überzahl zu sein. Der (die) nächststehenden Spieler setzt (setzen) den Ballbesitzer unter Druck, indem sie diesen stören und attackieren. Spielt der Ballbesitzer ab, geht zu mindest ein Spieler den Ballweg mit, um zusammen mit dem wiederum

nächststehenden Mitspieler den neuen gegnerischen Ballbesitzer unter Druck zu setzen. Die übrigen Abwehrspieler decken die gegnerischen Spieler in Ballnähe eng. Je weiter weg die gegnerischen Angriffsspieler sich vom Ball befinden, umso weiter werden sie gedeckt. Das heißt, die verteidigenden Spieler rücken zur Ballseite ein, schließen besonders den Raum Ball – eigenes Tor und beobachten Ball und Gegner.

Fallbeispiel in der rechten Abbildung: Ballorientierte Deckung bei einem gegnerischen Angriff über die rechte Seite mit einer Überzahl der Abwehr in Ballnähe und im Abwehrzentrum.



Warum eine ballorientierte Deckung?

- Die ballorientierte Deckung ist das ursprünglichste, natürliche Abwehrverhalten.
- Die ballorientierte Deckung rückt auch im Abwehrverhalten den Ball in den Mittelpunkt des Fußballspiels.
- Das Fußballspielen, genauer das Verteidigen, bereitet noch größeren Spaß, weil der Fußballer lieber dem Ball als dem Gegner hinterherläuft („Hin zum Mann am Ball“).
- Die ballorientierte Deckung ist ein offensives Abwehrverhalten, bei dem agiert statt reagiert wird.
- Das Abwehrverhalten in der ballorientierten Deckung ist unabhängig vom gegnerischen System – egal ob der Gegner mit 1, 2 oder 3 Spitzenspielen spielt. Die Grundordnung und die Einstellung der verteidigenden Mannschaft zielen in erster Linie auf das Beherrschende des Balles und des Raumes.

- Die Grundordnung der 11er-Mannschaften (A- bis D-Junioren) ist ein 4:4:2 oder 4:5:1 (bzw. 4:3:3).
- Ferner werden defensive bzw. offensivere Varianten angewendet: Vom kompakten Attackieren in der eigenen Hälfte bis hin zum Forechecking am gegnerisches Strafraum.

Grundideen zu dieser Ausbildungskonzeption

Die Ausbildung zum Fußballer als Mannschaftsspieler ist durch diese einheitliche Nachwuchskonzeption des VfB Stuttgart anhand eines einheitlichen Leitfadens mannschafts- und altersübergreifend durchgängig angelegt.

□ Beim schmerzlich vermißten Straßenfußball, bei Kleinfeldspielen mit wechselnden Spielfeldgrößen, wechselnden Mannschaftsgrößen und Aufgabenstellungen, sowie leicht abgeänderten Spielregeln (mehrere, kleinere Tore etc.), wird nicht gegnerorientiertes, destruktives Spielverhalten (Ausschalten eines bestimmten Gegenspielers) verlangt, also nicht das Zerstören des gegnerischen Spiels, sondern eigener Ballbesitz.

Dies hat zur Folge, daß sich der Straßenfußballer in jeder Spielsituation in Ballnähe aufzuhalten will. Diese natürliche Art des ballorientierten Verhaltens (Verschieben, Verdichten) muß für das Abwehrverhalten weiter gefördert und ausgebildet werden, wobei für das Angriffsspiel auch die Forderung nach Öffnung des Spiels („Ausschwärmen“) zur optimalen Raumaufteilung hinzukommen muß.

Der grundlegend positive Drang zur Ballnähe ist besonders bei den Allerkleinsten zu beobachten, und muß nur (durch wenige Anleitungen des Trainers) Stufe um Stufe in die richtigen Bahnen gelenkt werden, so daß den Kindern und Jugendlichen nie die natürliche Spielfreude aberzogen wird.

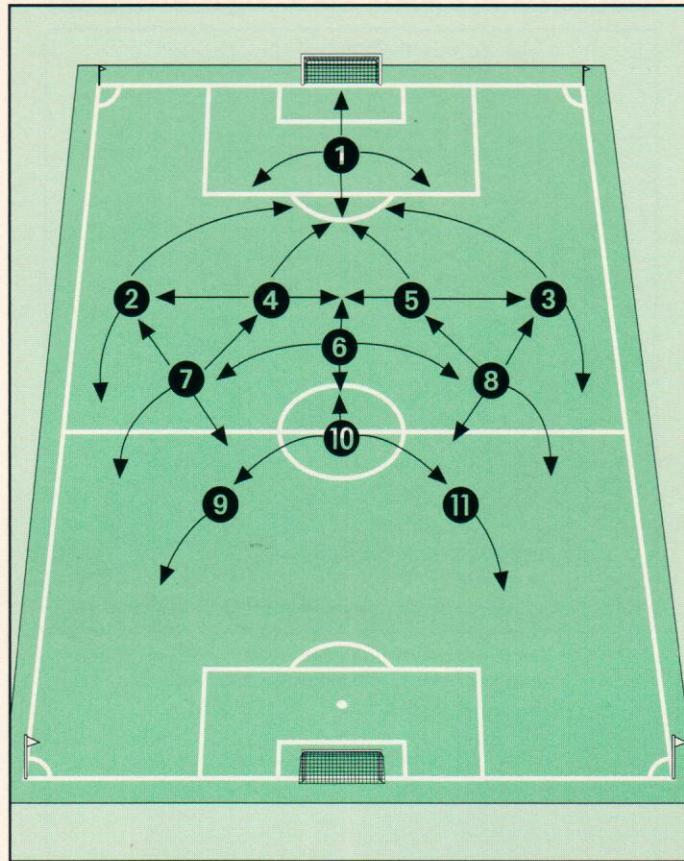
□ Der Trainer sollte also die Kinder weder in bestimmte statische Positionen noch zu destruktiven Aktionen zwingen und etwa von seinen Spielern verlangen, nur einen bestimmten Gegenspieler überall hin zu verfolgen („Notfalls auf's WC“ – entspricht den Zitaten vieler Trainer).

Die Anleitungen des Trainers sollten vielmehr aus dem intuitiv richtigen, aber unorganisierten Vorgehen der Kinder ein mannschaftliches Verhalten entwickeln, das Schritt für Schritt zu einer sinnvollen Raum- und Aufgabenverteilung (Grundordnung bei 4er-, 7er-, 11er-Mannschaften) führt.

□ Somit wächst bei den Spielern die Erkenntnis, daß sie in einem intelligent organisierten Mannschaftsverband erfolgreicher (als Mannschaft und als Einzelspieler) sind.

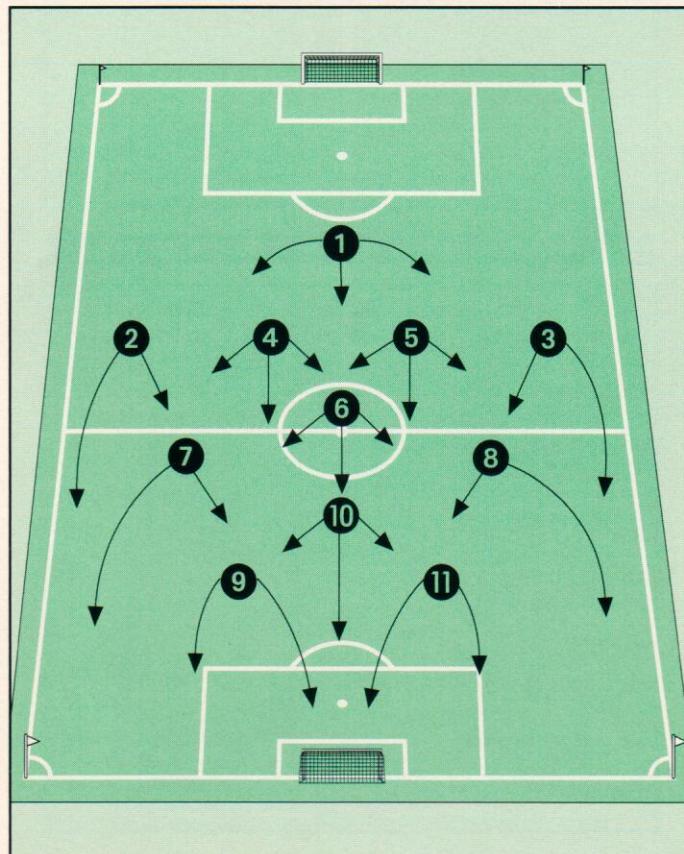
LAUFWEGE IN DER DEFENSIVE

Alle Spieler müssen bei gegnerischem Ballbesitz auf Verteidigung umschalten und sich zur ballnahen Seite verschieben.
Bereits die Spitzenspieler können das Aufbauspiel des Gegners durch Stellungsspiel und Attackieren des Balls aus einer bestimmten Laufrichtung heraus einengen bzw. in eine bestimmte Richtung drängen.
Der zentrale defensive Mittelfeldspieler ist die „Schaltstelle“ für das Defensivverhalten der Spieler in Angriff und Mittelfeld.



LAUFWEGE IN DER OFFENSIVE

Im Zusammenspiel mit einem Mittelfeldspieler schalten sich die Außenverteidiger aus der Tiefe in das Angriffsspiel am Flügel ein.
Das Einschalten der beiden Innenverteidiger kann im Wechsel erfolgen. Wichtiger jedoch: Sie müssen das Aufbauspiel aus dem Zentrum heraus mit öffnenden Pässen auf die Flügel forcieren.
Die Mittelfeldspieler und Angriffs spitzen sollen ein variables, kreatives, dennoch geordnetes Angriffsspiel gestalten.



Ein sinnvolles Mannschaftsspiel verlangt, wie es auch dem natürlichen Bestreben der Kinder entspricht, daß in jeder Spielsituation sich stets alle beteiligen müssen und dürfen. Somit ist kein abwartendes, reagierendes Verhalten gefragt, sondern alle Spieler sind auch bei der Ballerobierung zum Agieren aufgefordert. Durch die ständige Forderung nach Beteiligung an allen Spielsituationen werden die Spieler automatisch in vielfältiger Weise ausgebildet und erlernen somit alle Grundfertigkeiten.

Für die verschiedenen Spielpositionen müssen die Spieler so ausgewählt werden, daß sie die eigenen speziellen, überdurchschnittlichen Fähigkeiten optimal ausspielen können (z.B. extrem schnelle und ausdauernde Spieler auf die Außenpositionen; kopfball- und zweikampfstarke Spieler ins Abwehrzentrum).

Dies gelingt umso besser, je perfekter die speziellen Aktionen (z.B. Dribblings, Steilpässe, Flankenläufe, Torschüsse) durch die Ordnung des Mannschaftsverbandes abgesichert werden. Ziel der Ausbildung ist es also, den Spieler zu befähigen, gleichzeitig seine Aufgaben im Mannschaftsverband zu erfüllen und seine optimierten, individuellen Stärken erfolgreich einzusetzen.

Anforderungen an die Trainer

Das ganzheitliche Konzept verlangt von jedem Trainer, gemäß der jeweils betreuten Altersstufe, den Spielern Hilfestellungen zu geben, damit diese in das moderne Spiel- system hineinwachsen können – ein System, mit dem der Trainer als aktiver Spieler in der Regel nie konfrontiert wurde.

Dies erfordert vom Trainer theoretische Auffassungsgabe und Analysefähigkeit, da dem Trainer in den allermeisten Fällen jegliche eigene Spielerfahrungen mit der ballorientierten Raumdeckung fehlen.

Genau aus diesem Grund ergeben sich speziell in Deutschland, wo (im Gegensatz zu vielen anderen Ländern) kaum Vorbilder im Spitzfußball zu beobachten sind, große Schwierigkeiten und Fehlinterpretationen hinsichtlich „Ballorientierte Deckung/Viererabwehrkette“.

Die eigenen diesbezüglichen Defizite werden nur allzu gerne von unbedarften Trainern durch Hinweise auf fehlende Fähigkeiten des „typischen deutschen Spielers“ für das moderne System verschleiert.

Diese Erkenntnis macht es notwendig, die Auswahl der Trainer unter den geforderten Gesichtspunkten zu treffen und sie aus- und weiterzubilden.

Fazit

Die Entscheidung, beim VfB Stuttgart im Nachwuchsbereich die ballorientierte Raumdeckung als taktisches Grundkonzept einzuführen, bietet nicht nur dem Nachwuchsspieler die Chance, sich in international längst etablierten, modernen Spielsystemen schneller zurechtzufinden, sondern erhöht auch seine Lernfähigkeit als Basis zur Weiterentwicklung als Mannschaftssportler.

Überlegungen zur Nachwuchsausbildung im Überblick

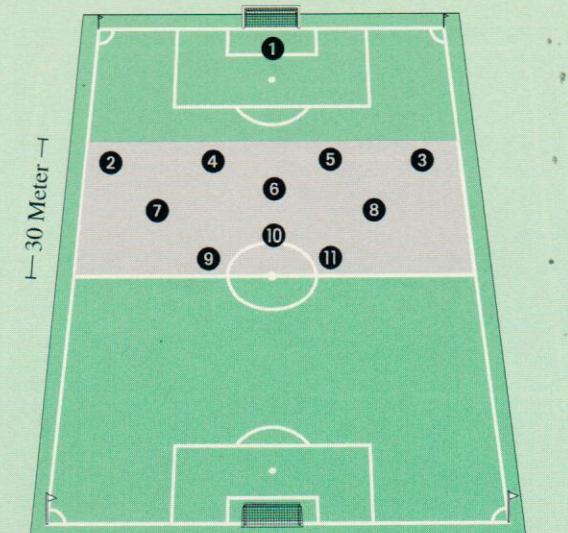
■ Eine zielorientierte Nachwuchsarbeit ist nur mit einem geschlossenen, alle Altersklassen übergreifenden Ausbildungskonzept möglich.

■ Orientierungspunkt hierfür sind die Spielelemente eines attraktiven und erfolgreichen Fußballs. Diese moderne Spielvorstellung schließt für den VfB Stuttgart vor allem auch die ballorientierte Deckung ein.

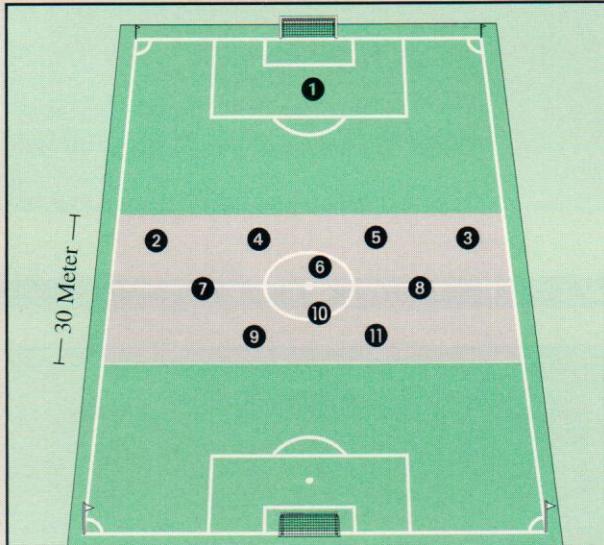
■ Diese Vorstellung vom „idealen Fußball“ und seinen einzelnen Elementen in Angriff und Verteidigung zeigt nur die langfristige Perspektive auf. Für die konkrete Ausbildung in den einzelnen Altersklassen muß diese Leitvorgabe einer „idealen Spielkonzeption“ in kleinere Teilziele aufgeschlüsselt werden, die systematisch aufeinander aufbauen und nach und nach in Training und Spiel angesteuert werden können. Konkret bedeutet dies im Hinblick auf die „ballorientierte Raumdeckung“, daß die Trainer den Nachwuchsfußballern gemäß der jeweiligen Altersstufe Hilfestellungen geben müssen, in das moderne Spielsystem hineinzuwachsen.

Calle Del'Haye veranstaltet
Fußballreisen für
Amateur-, Damen-, Herren-,
Jugend-, BSG- und Freizeitmannschaften
Info: 52080 Aachen, Blumenstr. 9
Tel. 0 24 05 / 9 56 57, Fax 9 15 05

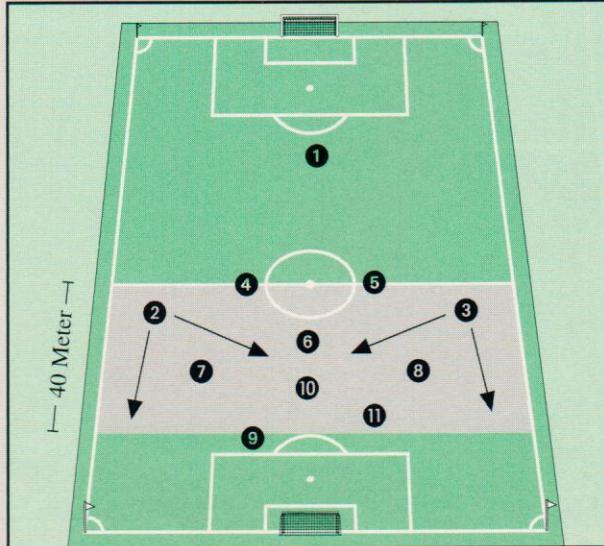
DEFENSIVE VARIANTE



MITTELFELD PRESSING



OFFENSIVE VARIANTE



Bei der defensiven Variante baut sich die Vierer-Abwehrkette vor dem Strafraum auf, das Mittelfeld ist dann von 4 Spielern besetzt, die erst hinter der Mittellinie die gegnerische Mannschaft angreifen. In Höhe oder kurz hinter der Mittellinie stören die beiden Angriffsspitzen den gegnerischen Spielablauf.

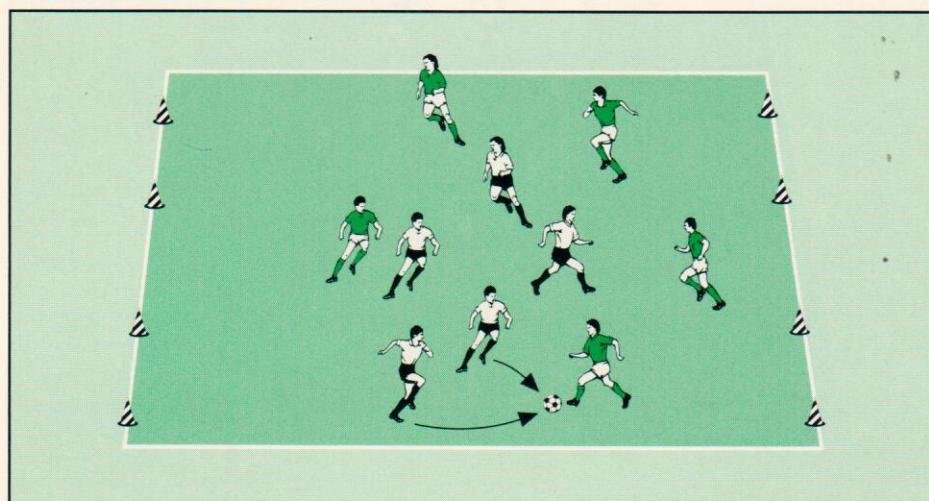
Beim Mittelfeldpressing ziehen sich alle Spieler zunächst in einen bestimmten Bereich in Nähe der Mittellinie zurück. Die Vierer-Abwehrkette rückt etwa bis 40 Meter vor das eigene Tor auf und hält Anschluß an das Mittelfeld. Der Torhüter muß Pässe in die Tiefe abfangen. Der Gegner wird erst dann unter Druck gesetzt, wenn sich eine typische Pressingsituation ergibt, z.B. wenn ein gegnerischer Außenverteidiger per Querpaß angespielt wird.

Bei der offensiven Variante rückt die Vierer-Abwehrkette bis zur Mittellinie auf. Die beiden Außenverteidiger schalten sich im Wechsel (dann auf der ballnahen Seite) oder gleichzeitig in der gegnerischen Hälfte ins Mittelfeldspiel ein, um den Gegner schon in seiner eigenen Hälfte massiv unter Druck zu setzen.

TRAININGSANREGUNGEN

5 gegen 5 über je 2 Linien

1 2 Mannschaften zu je 5 Spielern in einem mit Hütchen abgegrenzten Feld von etwa 30 x 40 Metern. Auf den Grundlinien sind mit weiteren Hütchen jeweils 2 Linien von etwa 7 Metern Breite markiert.



Ablauf
Die beiden Mannschaften sollen jeweils aus dem 5 gegen 5 heraus ein „Tor“ erzielen, indem sie eine der beiden Ziellinien auf der Grundlinie der anderen Mannschaft über-dribbeln.

Die verteidigende Mannschaft agiert jeweils ball-orientiert, d.h. sie attackiert den jeweiligen Ballbesitzer und richtet den Deckungsverband – in Breite und Tiefe gestaffelt – zum Ball hin aus.

Spiel mit 3 Pflichtkontakte

2 2 Mannschaften zu je 5 Spielern spielen in einem etwa 30 x 30 Meter großen Feld gegeneinander.

Ablauf
5 gegen 5 im Feld: Die jeweils ballbesitzende Mannschaft versucht, den Ball möglichst lange in den eigenen Reihen zu halten. Der jeweilige Spieler am

Ball muß dabei jedoch, bevor er den Ball zu einem Mitspieler weiterleiten darf, mindestens 3 Ballkontakte gehabt haben.
5 Zusammenspiele in Folge = 1 Tor.

3 2 Mannschaften von je 5 Spielern spielen in einer Hälften auf 2 große Tore mit Torhütern. Die Mittellinie des Spielfeldes ist deutlich markiert.

Spiel mit Eishockey-Abeits

Ablauf
Kein Spieler der jeweils angreifenden Mannschaft darf vor dem Ball in der gegnerischen Hälften sein. Hierdurch wird ein ballorientiertes Abwehrverhalten weit in der gegnerischen Hälften (Forechecking) provoziert. Die hinteren Abwehrspieler rücken zur (bzw. vor die) Mittellinie vor und verhindern einen „Durchbruch“ des Ballbesitzers.

Internationale Fussballturniere 1996 des CF Calella

aktive Mannschaften, Damen, Alte Herren, Jugend A, B, C, D

Ostern

30.03. – 06.04.1996
06.04. – 13.04.1996

Pfingsten

18.05. – 25.05.1996
25.05. – 01.06.1996

Herbst

05.10. – 12.10.1996
12.10. – 19.10.1996

Verlängerungswochen und ganzjährig Vereinsfahrten mit Freundschaftsspielen

Die Oster- und Pfingstturniere 1995 des Club de Futbol Calella (CFC) waren wieder einmal einsame Spitze. Hohe Teilnehmerzahlen, absolute Korrektheit, gegenseitiges Vertrauen und Seriosität bei der Abwicklung, die jahrelange Erfahrung der spanischen Veranstalter, das hohe Leistungsniveau und erste Qualität kennzeichnen diesen ältesten, seit 1978 bewährten absoluten Hit in Spanien.

Hohe Kinderermäßigung ★ Strandnahe Hotelunterbringung direkt in Calella
Bis zu 3 Freiplätze im Hotel ★ Preisgünstige Fahrgemeinschaften
Gelegenheit zum Besuch von Heimspielen des FC Barcelona im NOU CAMP!

**Ausführliche Turnierunterlagen, Auskünfte und Anmeldung bei
Günter und Gisela Zeller, Feigenbutzstr. 39, D-75038 Oberderdingen**

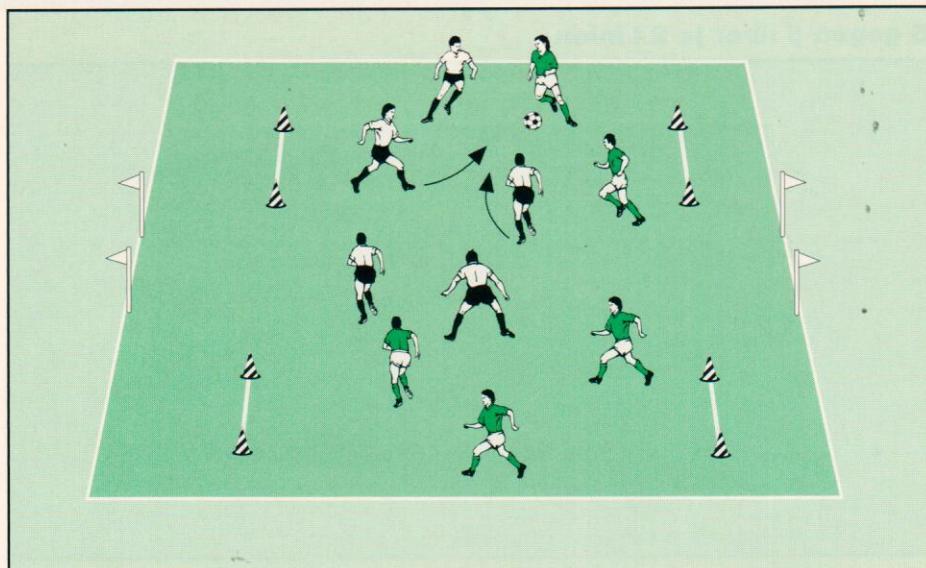
Tel.: 0 72 58/3 15, Fax: 0 72 58/51 90 oder bei
HUMAR S. C. P., Calle Iglesia 274, E-08370 Calella
Tel.: 0 03 43/7 69/12 15, Fax: 0 03 43/7 66/01 21

5 gegen 5 auf je 3 kleine Tore

3 In einem Feld von etwa 40 x 35 Metern spielen 2 Mannschaften mit je 5 (4) Spielern gegeneinander.

In der Nähe der Grundlinie jeder Mannschaft sind jeweils 3 kleine Tore aufgebaut. Dabei stehen 2 Tore etwas von der Grundlinie weg ins Feld gerückt. Das 3. (etwas breitere) Tor steht direkt auf der Grundlinie.

Das 3. (etwas breiteres) Tor steht direkt auf der Grundlinie.

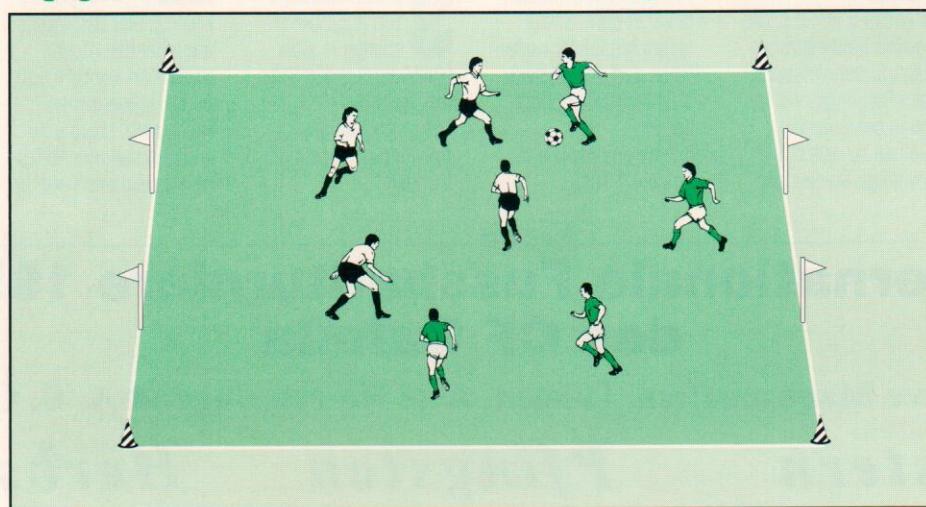
**Ablauf**

Die Mannschaft am Ball soll jeweils aus dem 5 gegen 5 heraus eine der gegnerischen Torlinien überdribbeln. Für ein Dribbling über eine der beiden äußeren Torlinien bekommt die Mannschaft dabei jeweils 1 Punkt, bei einem Dribbling durch das mittlere Tor auf der Grundlinie dagegen 2 Punkte.

Die Abwehrspieler haben die Aufgabe, den Ballbesitzer unter Druck zu setzen und auf der ballnahen Seite zu verdichten.

4 gegen 4 über Linien mit Bonus-Torwertung

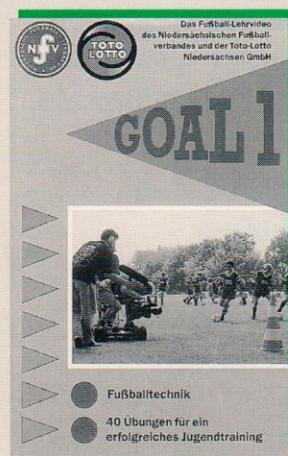
4 2 Mannschaften mit je 4 Spielern spielen in einem Feld von etwa 40 x 40 Metern. 2 Stangen auf jeder Grundlinie teilen die Linie jeweils in zwei äußere und einen mittleren Bereich auf.

**Ablauf**

Jede Mannschaft verteidigt die eigene Grundlinie und versucht, die gegnerische Grundlinie zu überdribbeln.

Gelingt dies, so bekommt die erfolgreiche Mannschaft bei einem Dribbling über einen äußeren Bereich 1 Punkt, bei einem Dribbling durch die Mitte dagegen 2 Punkte. Ziel: Die Außenverteidiger verdichten nach innen, wenn der Mittelbereich bedroht wird.

Praxishilfen für Ausbildung und Training

**Goal 1**

Das Lehrvideo zur Fußballtechnik.

Mit 40 Übungen für ein erfolgreiches Jugendtraining:

Dribbling

Torschuß

Passen (Zuspiel)

40 Minuten

DM 19,90

Goal 2

Fußballtechnik II

Ballkontrolle

Täuschungen

Kopfball

45 Minuten

DM 19,90

**Arbeitshilfen für die B-Trainer-Ausbildung****Praxisteil:**

Einzelspiel und Ballgeschicklichkeit, Zuspiel/Stoßarten, An- und Mitnahme des Balles, Üben und Trainieren am Pendel, Parteispiele: Passen – Anbieten und Freilaufen, Torschübung/Torschußtraining, Abwehrschulung u.v.m.

Theorieteil:

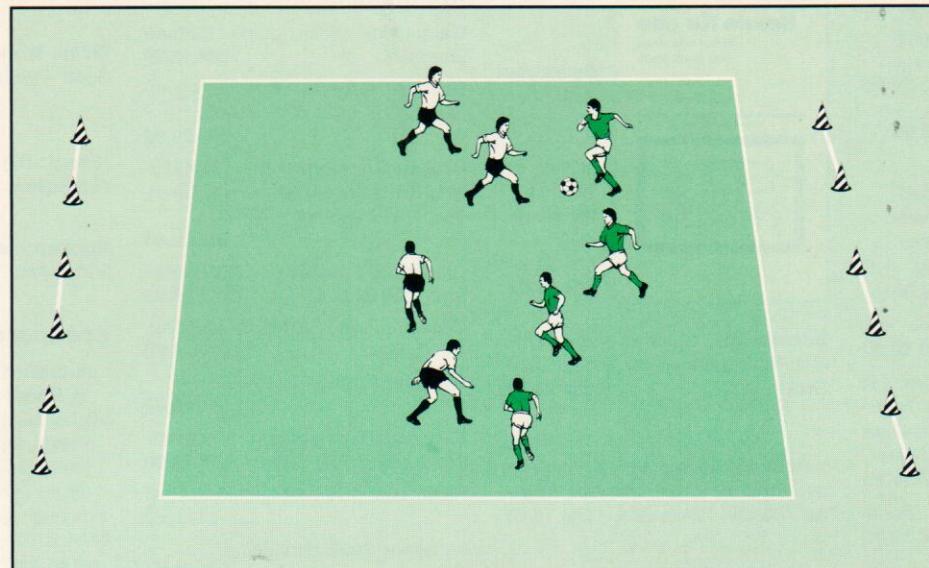
Methodik, Kinder- und Jugendtraining, Trainingslehre, Technik und Taktik, Mannschaftsführung.

136 Seiten

DM 30,00 philippa

4 gegen 4 auf je 3 Tore außerhalb des Spielfeldes

5 2 Mannschaften mit je 4 Spielern spielen in einem abgegrenzten Feld von etwa 40 x 40 Metern gegeneinander. Etwa 1 Meter hinter jeder Grundlinie sind 3 kleine Tore aufgebaut. Die beiden äußeren Kleintore sind dabei 2 Meter, das mittlere 3 Meter breit.

**Ablauf**

Die Mannschaft am Ball soll jeweils aus dem Zusammenspiel heraus eines der 3 Kleintore des Gegners durchspielen. Die Spieler beider Mannschaften dürfen dabei das Feld nicht verlassen. Die Abwehrspieler sollen den Ballbesitzer frühzeitig angreifen und Ballwege in die Tiefe abschirmen. Auch hier muß der Innenbereich verstärkt abgesichert werden (größeres Tor!).

6 gegen 4

6 Der Trainer teilt die Spieler in 2 Mannschaften auf:
Team A: 6 Spieler
Team B: 4 Spieler

Die beiden Teams spielen zwischen einem Großtor mit Torhüter und 2 kleinen Toren etwa 15 Meter vor der Mittellinie.

Ablauf
Die 4 Spieler von B verteidigen das große Tor mit Torhüter gegen 6 Angreifer (2 Angriffs spitzen und 4 Mittelfeldspieler) der Mannschaft A.
Die verteidigenden Spieler müssen aufgrund der Überzahl der Angreifer ballorientiert agieren.
Bei Tor oder Toraus erfolgt jeweils ein Torhüter-Abwurf auf den entferntesten Angriffsspieler, bei einem Ballgewinn im Feld oder

durch den Torhüter kontrolliert die Abwehrmannschaft auf eines der beiden Kleintore an der Mittellinie.

7 2 Mannschaften mit je 8 Spielern spielen in einem Zweidrittel-Spielfeld auf 2 Tore mit Torhütern gegeneinander. Das Spielfeld ist dabei parallel zu den Seitenlinien in 3 Zonen aufgeteilt.

8 gegen 8 mit Zusatztoren

Ablauf
Aus dem 8 gegen 8 heraus sollen beide Mannschaften möglichst viele Treffer erzielen. Um die verteidigende Mannschaft darüber hinaus zum ballorientierten Verhalten (Schaffen einer Überzahl in Ballnähe) und insbesondere zum Einrücken auf der ballentfernten Seite zu zwingen, gilt eine Zusatzregel: Die angreifende Mannschaft bekommt nach 3 ununterbrochenen Zuspielen in einer der bei-

den Randzonen soviel Punkte (=Tore), wie sich Spieler der verteidigenden Mannschaft in der entfernten Randzone aufhalten.

Bestellschein (bzw. Kopie) einsenden an Philippka-Verlag, Postfach 6540, D-48034 Münster
Schweiz: ISM Sportmarketing, Fabrikstraße, CH-8505 Pfyn/Österreich: teamsport, Bahnhofstraße 31, A-6175 Kematen

Ich abonneiere *fußballtraining*

Bitte liefern Sie mir/uns die Zeitschrift "fußballtraining" (Herausg.: Gero Bisanz)

ab Heft Jahr (frühestmöglicher Abo-Beginn: Heft 1/91) im Abonnement.

Diese Bestellung gilt bis auf Widerruf, mindestens aber für 1 Jahr. Kündigen kann ich mit 6-Wochen-Frist zum Ende eines Kalenderjahres.

Das Jahres-Abonnement kostet 1996 (12 Ausgaben, davon 4 in 2 Doppelausgaben) im Inland DM 69,60, im Ausland DM 76,80, jeweils frei Haus.

Hinweis für den Verlag

Ich weiß, daß ich die Abonnement-Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Philippka-Verlag, Postfach 65 40, 48034 Münster, schriftlich widerrufen kann.

2. Unterschrift des Abonnenten _____

Ich bestelle aus Ihrem Programm an Sportfachliteratur:

Expl. _____
(Titel abkürzen)

Expl. "Fußball von morgen", Band 1

Expl. _____

Expl. _____

Besteller: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Gewünschte Zahlungsweise:

Buchen Sie den Bezugspreis jährlich nach dem 1. Januar bzw. bei Literaturbestellungen den Rechnungsbetrag ab von meinem/vom*

Konto-Nr.: _____

bei (Bank): _____

BLZ: _____

* Konto-Inhaber bin nicht ich, sondern:

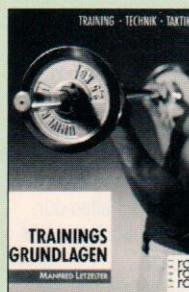
Ich zahle sogleich nach Rechnungserhalt.

Datum: _____

Unterschrift: _____

Praktisches & Theoretisches für Ihre Sport-Bibliothek

Allgemeines, Trainingslehre



Letzelter, M.: Trainingsgrundlagen (rororo-Sportbuch) **DM 14,90**

Grosser/Neumaier: Techniktraining **DM 22,00**

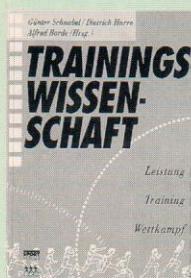
Baumann/Zieschang: Praxis des Sports, 240 Seiten **DM 46,00**

Dietrich/Dürrwächter/Schaller: Die Großen Spiele (Methodische Aufarbeitung von Basketball, Handball, Fußball und Volleyball), 224 Seiten **DM 29,80**

Döbler: Grundbegriffe der Sportspiele, 232 Seiten **DM 19,80**

Gimbel u.a.: Handbuch Körpermangement, 390 Seiten **DM 24,90**

Größing: Einführung in die Sportdidaktik, 5. Aufl. 250 S. **DM 54,00**



Harre/Borde/Schnabel: Trainingswissenschaft, 556 Seiten **DM 98,00**

Döbler E. und H.: Kleine Spiele (Handbuch für Schule und Verein). Erw. Neuaufl., 458 Seiten **DM 48,00**

Fluri H.: 1012 Spiele und Übungsformen in der Freizeit, 240 S. **DM 31,80**

Haralambie: Einführung in die Sportbiochemie, 152 S. **DM 14,80**

Jonath: Lexikon der Trainingslehre **DM 16,90**

Kassat: Biomechanik für Nicht-Biomechaniker, 221 Seiten **DM 48,00**

Leist: Lernfeld Sport. Perspektiven der Bewegungskultur, 380 Seiten **DM 24,90**

Löcken/Dietze: Das Betreuungssystem im modernen Hochleistungssport, 255 Seiten **DM 12,80**

Martin (Red.) u.a.: Handbuch Trainingslehre, 356 Seiten **DM 54,80**

Weineck, J.: Optimales Training, 8. Auflage **DM 98,00**

Rieder/Fischer: Methodik und Didaktik im Sport, 174 S. **DM 26,00**

Szajorski: Biomechanische Grundlagen der Ausdauer **DM 19,80**

Schnabel u.a.: Lexikon Sportwissenschaft, 2 Bände **DM 298,00**

Willimczik: Biomechanik der Sportarten, 475 Seiten **DM 26,80**

Sportmanagement Taschenbuch
Über 5000 Sport-Adressen, 758 Seiten. Jährlich neu **DM 44,00**

Kleine Spiele



Spiele vom Kindergarten bis zum Schulabschluß, in Altersstufen eingeteilt, 128 Seiten **DM 10,80**

Bucher: 1016 Spiel- und Übungsformen für Sportarten mit Zukunft, 221 Seiten **DM 28,80**

Ketelhut/Brünner: Spiele für Sport und Freizeit. Eine Fundgrube für jeden Trainer, 134 Seiten. **DM 16,80**

Löscher: Kl. Spiele für viele **DM 9,90**

Gymnastik/Aufwärmnen



Bucher: 1000 Spiel- und Übungsformen zum Aufwärmen, 280 Seiten **DM 36,80**

Knebel: Funktionsgymnastik (rororo) **DM 12,90**

Koch/Rutkowski: Spiele - Üben und Trainieren mit dem Medizinball **DM 21,80**

Kos, B.: Gymnastik, 1200 Übungen **DM 16,80**

Maehl, O.: Beweglichkeitstraining, 142 Seiten **DM 21,00**

Maehl, O./Höhnke, O.: Aufwärmnen. Anleitungen und Programme für die Sportpraxis, 188 S. zahlr. Abb. **DM 20,-**

Fit und Gesund: Der elastische Körper. Mehr Beweglichkeit durch Stretching, 144 Seiten **DM 43,00**

Forstreuter, Hans: Gymnastik. Körperschule ohne Gerät, 31. Auflage, 256 Seiten **DM 29,80**

Gerlach-Riechardt: Gymnastik; Körperschule, die Spaß macht. Übungen zum Aufwärmen, Lockern, Kräftigen, 173 Seiten **DM 18,80**

Spring, u.a.: Dehn- und Kräftigungsgymnastik. Grundlagen des Stretchings, 142 Seiten **DM 29,80**

Sternad: Richtig Stretching, 128 Seiten **DM 19,90**

Konditions- und Krafttraining

Gain: Muskelkraft durch Partnerübungen **DM 12,90**

Grosser/Herbert: Konditionsgymnastik, 119 S. (21x24), 5. Aufl. **DM 29,80**

Grosser/Zimmermann: Krafttraining (Grundlagen, Methoden, Übungen, Trainingsprogr.), 160 S. **DM 29,90**

Grosser/Starischka: Konditionstests, 138 Seiten **DM 24,00**

Grosser u.a.: Konditionstraining, 170 Seiten **DM 28,00**

Grosser: Richtig Muskeltraining **DM 19,90**

Hartmann/Tünnemann: Modernes Krafttraining, 352 Seiten **DM 19,90**

Hartmann: 100 Zweikampfübungen **DM 9,90**

Janssen: Ausdauertraining, 152 Seiten **DM 35,00**

Jonath: Circuittraining, rororo-Sportbuch, 188 Seiten **DM 12,90**

Knebel: Fitneß-Gymnastik, 128 S. **DM 10,90**

Kreidler, H.-D.: Konditionsschulung durch Spiele, 104 Seiten **DM 19,80**



Jonath, K./Krempel, R.: Konditions training, rororo-Sportbuch, 429 S. **DM 18,90**

Letzelter: Krafttraining (rororo) **DM 18,90**

Radcliffe, u.a.: Sprungkrafttraining, 136 Seiten **DM 24,80**

Scholich: Kreistraining **DM 19,80**

Seibert: Perfektes Körpertraining, 160 Seiten **DM 29,80**

Zintel: Ausdauertraining **DM 29,80**

Sportmedizin

Engelhardt/Neumann: Sportmedizin. Grundlagen für alle Sportarten, 224 Seiten **DM 34,00**

Ehrich/Gebel: Aufbautraining nach Sportverletzungen. Völlig überarbeitete Neuauflage. **DM 37,80**

Forgo: Sportmedizin für alle, 253 Seiten **DM 42,00**

Geiger: Überlastungsschäden im Sport, 222 Seiten. Statt DM 48,- **DM 38,00**

Hempel/Ohlert: Gymnastik für den Rücken, 80 Seiten **DM 9,90**

Hinrichs: Sportverletzungen. Erkennen, vorbeugen, heilen (rororo) **DM 16,90**

Markworth: Sportmedizin **DM 16,90**

Reichel: Hilfe bei Rückenschmerzen, 112 Seiten **DM 19,80**

Weineck: Sportanatomie, 210 Seiten **DM 56,00**

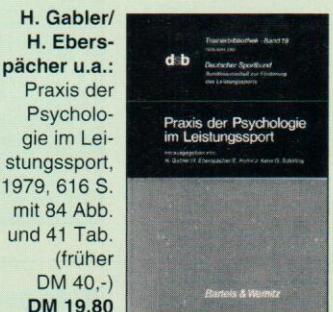
Mirkin: Die Dr.-Mirkin-Fitneß-Sprechstunde, 224 Seiten **DM 24,00**

Müller-Wohlfahrt u.a.: Süße Pille Sport – Verletzt, was nun? 172 S. **DM 17,50**

Kempf: Die Rückenschule (rororo), 256 Seiten **DM 19,90**

Kuprian, u.a.: Sport-Physiotherapie, 536 Seiten **DM 98,00**

Sportpsychologie



Hans Eberspächer: Sportpsychologie, rororo-Sachbuch **DM 24,90**

Porter/Forster: Mentales Training. Der moderne Weg zur sportlichen Leistung, 152 Seiten **DM 34,00**

Regner: Erfolgstraining. Mentale und körperliche Vorbereitung sportlicher Höchstleistung, 128 Seiten **DM 24,80**

Sporternährung

Bredenkamp: Das Ernährungssystem für Fitneß und Gesundheit, 320 Seiten **DM 39,50**

Geiß-Hamm: Sportler-Ernährung, 286 Seiten **DM 19,90**

Hamm u.a.: Das Fitneß-Kochbuch, 130 Seiten **DM 24,90**

Hamm/Weber: Sporternährung praktisch, 130 Seiten **DM 24,80**

Haas: Top-Diät. Für Erfolg und persönliche Bestleistung, 287 Seiten. **DM 12,80**

Haas: Die Dr.-Haas-Leistungsdiät, USA-Bestseller!, 240 Seiten **DM 12,80**



Hamm: Fitneß-ernährung, 206 Seiten **DM 14,90**



Nöcker: Die Ernährung des Sportlers, 116 Seiten **DM 18,80**

Konopka: Sporternährung, Leistungsförderung durch vollwertige und bedarfsangepaßte Ernährung, 190 Seiten **DM 26,00**

Wagner/Schupp: Essen, Trinken, Gewinnen. Vollwertige Sporternährung, 160 S. **DM 19,80**

Worm: Die Top-Sport-Diät für alle, 184 Seiten **DM 24,80**

Kaum eine andere Vereins-Mannschaft der Welt hat das Pressing so perfektioniert wie Ajax Amsterdam.

Dabei agiert der amtierende Europapokalsieger mit einer „Dreierkette“. Ein „klassisches“ 4–4–2-System ist auch in den Niederlanden nicht an der Tagesordnung. Deshalb widmete sich auch die niederländische Trainerzeitschrift „De Voetbaltrainer“ vor kurzem diesem Thema.

FOTO: GERO BRELOER



Mit System zum Erfolg

Das Spielkonzept des niederländischen Clubs Fortuna Sittard.

Ein Beitrag von Henny Kormelink und Tjeu Seeverens

Fortuna Sittard war in unserem Nachbarland in der vergangenen Saison eine der großen Überraschungen. Mit einer radikal verjüngten, neuformierten Mannschaft schaffte der Club den Aufstieg in die höchste Spielklasse. Zu einem großen Teil wurde dieser Erfolg dem auch im niederländischen Fußball bisher „unterrepräsentierten“ 4–4–2-System zugeschrieben. Grund genug für einen informativen Blick hinter die Kulissen.

Die Situation des Vereins

In der vergangenen Saison überraschten in den Niederlanden 2 Mannschaften aus der Region Limburg. Da war zum einen die Mannschaft von Roda JC Kerkrade, die lange Zeit in der Ehrendivision ein ernster Verfolger von Ajax Amsterdam war.

Zum anderen überzeugte Fortuna Sittard. Dieser Verein schaffte mit einer sehr jungen und neu aufgebauten Mannschaft den Aufstieg in die höchste Spielklasse. Beide Teams spielten dabei sowohl auswärts als auch zuhause einen attraktiven, druckvollen Fußball.

Dabei war Fortuna Sittard zu Saisonbeginn fast abgeschrieben worden. Der Vorstand überließ quasi aus der Not heraus dem neuen Trainer Pim Verbeek alle Vollmachten für einen letzten Rettungsversuch.

Diese Rettung sollte mit einem 3jährigen Perspektiv-Konzept gelingen, wobei zunächst ein radikaler Einschnitt in den aktuellen Spielerkader bevorstand. Junge, talentierte Spieler aus der eigenen Jugendabteilung und aus der näheren Umgebung des Vereins wurden stattdessen verpflichtet. Zum Abschluß dieser 3 Jahre sollte sich dann eine leistungsstarke Mannschaft mit Aussicht auf einen Aufstieg in die Ehrendivision entwickelt haben.

Doch die Mannschaft schaffte eine große Überraschung: Die neuformierte Elf spielte sofort an der Tabellenspitze mit.

Zu einem großen Teil wurde dieser schnelle Erfolg dem fast perfekten und auch in den Niederlanden nur von wenigen Mannschaften praktizierten 4–4–2-System zugeschrieben. Die gegnerischen Mannschaften waren größtenteils mit dieser unbekannten Spielweise überfordert und fanden kaum die richtigen Gegenmittel.

Zur Einführung einer neuen Spielkonzeption

Das Spielsystem muß auf die Spieler abgestimmt sein. Wenn ein Trainer also nur in Details von seiner festen Spielvorstellung und einer darauf abgestimmten Grundformation abweichen will, so kommt der Kaderzusammenstellung mit passenden Spielertypen eine große Bedeutung zu.

Die Spieler müssen im Training die Grundelemente einer Spielkonzeption in solchen Situationen kennenlernen und einstudieren, wie sie auch im Wettspiel kommen: Spielsituationen im Training „vorerleben“ lassen!

Die Spieler müssen trotz aller taktischen Vorgaben durch das Training lernen, selbstständig und verantwortungsbewußt zu handeln.

Eine zeitgemäße Spielauflassung muß gleichermaßen konstruktive „Offensiv- und Defensivbausteine“ umfassen.

Einführung des 4 – 4 – 2-Systems

Detaillierte Saisonvorplanung

- Durch die frühzeitige Entlassung bei seinem letzten Verein FC Groningen und der rechtzeitigen Vertragsunterzeichnung bei Fortuna Sittard konnte sich Trainer Pim Verbeek 4 Monate auf die kommende Spielserie vorbereiten und sich in aller Ruhe über die Situation im neuen Verein informieren.
- Er besuchte in dieser Zeit Woche für Woche 3 bis 4 Spiele der Jugend- und Seniorenmannschaften des Clubs. Außerdem konnte er alle wichtigen Funktionsträger im Verein „abklopfen“ und auch den organisatorischen Bereich kennenlernen.
- Ein weiterer Vorteil war, daß genügend Zeit für die detaillierte Sichtung und Beobachtung potentieller Neuzugänge aus anderen Vereinen vorhanden war.

- Dies alles ermöglichte eine fast optimale Zusammenstellung des neuen Spielerkaders unter den vorgegebenen Bedingungen mit Spielern ganz nach den Vorstellungen des Trainers.

Diese ausgiebige Phase der Einarbeitung hatte somit große Vorteile.

Kriterien für die Zusammenstellung des neuen Kaders

- Ein Resultat dieser Analyse der Vereins-situation und Mannschaftsstruktur war: In der vergangenen Saison hatte es eine Kluft zwischen der „alten Garde“ von Spielern mit einer langen Vereinszugehörigkeit und nachstrebenden Spielern aus der eigenen Jugendabteilung gegeben.

Die Produkte der hervorragenden Arbeit der Nachwuchsabteilung drohten verlorenzugehen, da die etablierten Spieler das Vordringen der Nachwuchsspieler blockierten.

Die Konsequenz: Pim Verbeek trennte sich konsequent von allen älteren Spielern, die die persönlichen Leistungshöhepunkte längst überschritten hatten und zu denen brauchbare Alternativen aus der eigenen Jugendabteilung vorhanden waren.

Teilweise erfolgten diese Trennungen sogar in Fällen, in denen nur geringe oder keine Transferlöse zu erzielen waren. Innerhalb des Vereins wußte jedoch jeder, daß sich diese Art der „Kapitalzerstörung“ längerfristig doch auszahlen würde.

□ Die neuen Spieler wurden konsequent nach folgenden strengen Kriterien ausgesucht: Sie mußten nicht nur über ausreichende fußballtechnische und -taktische Fähigkeiten verfügen, sondern vor allem auch „mental“ in der Lage sein, das geplante Spielsystem umzusetzen.

Sie mußten sicherstellen, daß sie innerhalb des Spielsystems äußerst diszipliniert agieren würden. Denn das geplante, druckvolle Spiel mit Pressing konnte nur gelingen, wenn keiner seine Basisaufgaben vernachlässigen würde. Auch die Offensivspieler sollten nicht nur im Spiel nach vorne Qualitäten aufweisen, sondern stets bereit sein, nach einem Ballverlust die Verteidigung zu verstärken.

Erfolge zu Saisonbeginn

- Die beste Saisonplanung und -vorbereitung bringt jedoch wenig, wenn der Saisonstart total mißlingt.

Die Mannschaft von Fortuna Sittard konnte auf Grundlage des vorgegebenen Perspektivkonzepts ohne allzu großen Druck in die neue Spielserie starten. Durch die Erfolge in den ersten Saisonspielen steigerte sich das Selbstvertrauen jedes einzelnen Spielers und der Glaube an das neue Spielsystem.

Fußballspieler sind von der Denkweise her oft „konservativ“, sie orientieren sich lieber an Bekanntem. Deshalb sind für die Einführung eines radikal anderen Spielkonzepts positive Spielergebnisse quasi schon ein Muß, um als Trainer einen Spielerkader von den eigenen Vorstellungen überzeugen zu können.

□ Ein weiterer Vorteil war: Verletzungen und Spielsperren blieben aus. Die Erfolgsserie riß nicht ab, so daß bald nur ein ernsthafter Verfolger und Konkurrent um den Aufstieg übrigblieb. Mit Blick auf diese Tabellensituation erfolgte sogar bald eine neue offizielle Zielvorgabe. Der Verein konnte sogar im Saisonverlauf riskieren, durch 2 weitere Neueinkäufe Verletzungsausfälle kurzfristig zu kompensieren.

fußball training

Die Zeitschrift für Trainer, Übungsleiter und Sportlehrer

Herausgeber: Gero Bisanz, Mitglied des Lehrstabes des Deutschen Fußball-Bundes

Redaktion: Gero Bisanz (verantwortlich), Dietrich Späte, Norbert Vieth (Schlußredaktion)

Redaktionskollegium: Gerhard Bauer, Detlev Brüggemann, Gunnar Gerisch, Erich Rümöller, Horst R. Schmidt, Tina Theune-Meyer

Redaktionsanschrift: siehe bei Verlag

Anzeigenleitung: Peter Möllers

Verlag und Anzeigenverwaltung:
Philippka-Verlag Konrad Honig,
Postfach 6540, D-48034 Münster,
Tel. (02 51) 2 30 05-0

»fußballtraining« gehört neben den Titeln »deutsche volleyball-zeitschrift«, »handball magazin«, »handballtraining«, »leichtathletiktraining«, »deutscher tischtennis-sport« und »Leistungssport« zur Philippka-sportivkombi».

Telefon-Durchwahlnummern
(Vorwahl Münster 02 51)

Redaktion	2 30 05-63
Anzeigenabteilung	2 30 05-28
Abonnement/Vertrieb	2 30 05-17
Buchhaltung	2 30 05-20
Buchversand	2 30 05-11
Telefax	2 30 05-49

Erscheinungsweise: Monatlich (elf Hefte im Jahr)

Bezugspreis: Für Abonnenten jährlich DM 67,20 (Ausland DM 74,40) inkl. Versandspesen. Einzelhefte: DM 6,- zzgl. DM 1,- Versandspesen. Bei Vereins-Sammelbestellungen ab 6 Abonnements 20% Rabatt. Bei einem Bestellwert von unter DM 15,- Lieferung nur gegen Vorauskasse (Scheck, Briefmarken, Abbuchungsauftrag).

Abonnementbestellungen: Direkt beim Verlag; möglichst mit Lastschrift-Ermächtigung, sonst Rechnung abwarten. Mindestbezugsdauer 1 Jahr, Kündigungen nur schriftlich und mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres.

Gesamtherstellung: Graph. Betriebe E. Holterdorf, 59302 Oelde



Unserer Umwelt zuliebe wird diese Zeitschrift auf chlorfrei gebleichtem Papier bedruckt



Angeschlossen der Informationsgemeinschaft zur Feststellung der Verbreitung von Werbeträgern

Urheberrechtlicher Hinweis: Die Zeitschrift sowie alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlages. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Graphiken: Jens Henning

Titelfoto: Bongarts

Grundelemente des Defensivsystems

Permanenter Druck auf den Gegner

- Die wichtigste Forderung an alle Spieler besteht darin, jeden Gegner sofort unter Druck zu setzen – und zwar möglichst in der gegnerischen Spielhälfte. Damit ergibt sich zwangsläufig attraktiver Fußball.
- Das 4-4-2-System mit einer Raumdeckung eignet sich vor allem dazu, diese taktische Grundeinstellung umzusetzen.

Ball- statt Gegnerorientierung

- Ein weiteres Grundprinzip: Die Position aller Spieler wird stets durch den Ball und nicht durch die Gegenspieler bestimmt.
 - Dadurch müssen die Spieler viele bekannte taktische Grundsätze aus der Vergangenheit vergessen. Fußballer sind nach traditionellem Muster vor allem daran gewöhnt, immer einem unmittelbaren Gegenspieler zu folgen.
 - Gleichzeitig kommt es aber auch gerade wegen dieser Vernachlässigung einer direkten Gegenspieler-Zuordnung auf eine permanente Besetzung aller Deckungspositionen an, so daß die gegnerische Mannschaft keine Angriffsräume findet.
 - Hier wird wieder die Wichtigkeit der richtigen „mentalnen Einstellung“ der Spieler deutlich: Denn ein Spieler muß beispielsweise nach einer eigenen Angriffsaktion oder auch nach der eines Teamgenossens dazu bereit sein, unmittelbar 40 Meter in einen vorgegebenen Spielraum zurückzusprinten, der zu dem Zeitpunkt unbesetzt ist.
 - Da die Position des Balls und nicht die einges Gegenspielers bestimmend ist, gilt auch dies: Ball unterwegs, Spieler unterwegs!
- Bei Ballbesitz des Gegners müssen damit **alle** Spieler von Fortuna Sittard in Bewegung sein: permanentes Verschieben der Verteidigungsreihen.

Angriffsverhalten

□ Erfolgreicher und attraktiver Fußball ist letztlich nur mit einer Spielaufassung und -konzeption möglich, die Angriffs- und Verteidigungsschwerpunkte ausgewogen miteinander verbindet.

Deshalb muß parallel zur Einführung und Perfezionierung eines Defensivkonzepts selbstverständlich auch ein darauf abgestimmtes angriffstaktisches Grundkonzept vermittelt werden.

□ Wichtige Bausteine der Angriffskonzeption von Fortuna Sittard sind dabei:

Zwischen den beiden Spitzen im Angriffsbereich besteht eine feste Aufgabenverteilung: Der eine Angreifer agiert vorrangig in der Tiefe im gegnerischen Deckungszentrum, der andere Angreifer spielt als „bewegliche Spitze“ um seinen Mitspieler herum. Aus dem offensiven Mittelfeld müssen immer wieder Spieler in die Freiräume nachrücken, die durch die Angriffsspitzen geschaffen werden. Voraussetzung dazu ist, daß die Spalten ball sicher sind und sich auch unter Bedrängnis durch den Gegner solange am Ball behaupten können bis Mitspieler aus dem Mittelfeld nachgerückt sind.

□ Auch für den Spielaufbau von hinten heraus gibt es klare Anweisungen: Die Spieler können selbst entscheiden, wann sie sich nach vorne einschalten.

Vor allem die äußeren Mittelfeldspieler sollen oft die Freiräume am Flügel für Flankenläufe nutzen. Allerdings muß bei allen Offensivaktionen eine ausreichende Sicherung nach hinten garantiert sein.

□ Bei eigenem Ballbesitz ist es nicht schwierig, aus der 4-4-2-Grundformation auf ein 3-5-2 umzuschalten, wobei der Libero mit in das defensive Mittelfeld vorrückt.

Außerdem können die beiden äußeren Mittelfeldspieler weit in die Tiefe vorrücken, so daß sie quasi als Außenstürmer agieren (4-3-3-Grundformation).

Grundmerkmale der Spielkonzeption im Überblick

■ **4-4-2-System mit zwei Viererreihen in Verteidigung und Mittelfeld sowie 2 Angriffsspitzen.**

■ **Ballorientierte Raumdeckung mit einem Verschieben des kompletten Mannschaftsverbandes zum Ball.**

■ **Schaffen einer Überzahl um den Ball mit dem Ziel einer schnellen Ballerobierung.**

■ **Herstellen eines geschlossenen Mannschaftsverbandes durch ein enges Zusammenwirken der beiden Viererreihen.**

■ **Schnelles Umschalten nach Ballgewinn mit wechselweisem Einschalten aller Spieler (auch aus hinteren Bereichen).**

Frohliche Weihnachten und ein gutes neues Jahr
Bon Nadal i Mols d'Anys
Merry Christmas and Happy New Year
Buon Natale e Felice Anno Nuovo



Sportreisen - Trainingslager - Turniere
Deutschland - Österreich - Italien - England
Griechenland - Spanien - Brasilien
Mexiko - Paraguay - Kolumbien

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Fußballfreunde.

Das Jahr 1995 neigt sich seinem Ende entgegen.

Wir sind stolz auf das Erreichte und danken Ihnen, unseren zahlreichen Kunden aus den Bundesländern, aus dem Amateurlager und dem Jugendbereich für das auch 1995 wieder erwiesene Vertrauen, Ihren Rat, Ihre Unterstützung und Verbundenheit zu unserem Unternehmen.

Wir bedanken uns bei unseren Geschäftspartnern LUFTHANSA, IBERIA, OLYMPIC AIRWAYS, AEROLINEAS ARGENTINAS, VARIG, BRITISH MIDLAND, STRINTZIS LINES und MINOAN LINES, die es durch großzügiges Entgegenkommen ermöglicht haben, daß wir unsere Sportvereine auch 1996 wieder zu Vorzugspreisen zu den Turnieren, Trainingslagern und Sportreisen in Europa und Südamerika befördern können.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie ein gesegnetes Weihnachtsfest sowie Gesundheit, Glück und Zufriedenheit für das neue Jahr und freuen uns schon jetzt auf ein harmonisches Miteinander und Wiedersehen mit Ihnen bei unseren Turnieren, Sportreisen und Trainingslagern in 1996.

WESPA-SPORTREISEN - Internationale Sport-Agentur
D-69126 Heidelberg • Tel. 0 62 21 - 38 34 36 • Fax 0 62 21 - 38 13 35

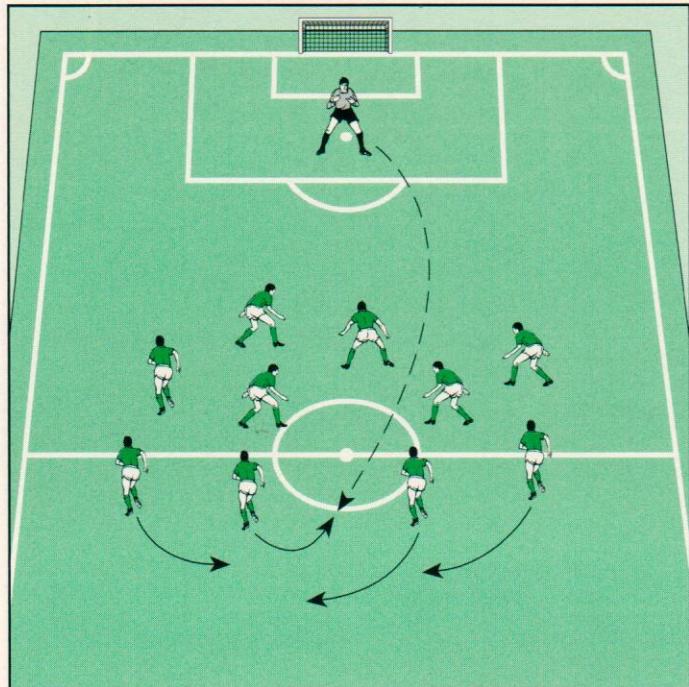


GRUNDSITUATION 2

Torhüterabschläge

2 Situation

Geeignete Möglichkeiten, ein Pressing des Gegners zu umspielen, sind lange Bälle von hinten heraus in die Angriffsgebiete. Deshalb muß die Mannschaft von Fortuna Sittard gerade auch für diese Grundsituationen des Spiels nach bestimmten taktischen Grundmustern vorgehen. Eine Standard-Situation sind in diesem Zusammenhang vor allem Abschläge durch den Torhüter.



Grundverhaltensweisen

Normalerweise rückt die Vierer-Abwehrreihe bis zur Mittellinie vor und spielt auf einer Linie, um dem Gegner keine Möglichkeiten für Pässe in die Tiefe zu erlauben. Bei einem Torhüter-Abschlag nimmt die

Viererreihe jedoch im letzten Augenblick den Spielraum hinter sich weg, indem sie sich in hohem Tempo im Block einige Meter zurück zum eigenen Tor hin bewegt.

Anforderungen an die Torhüter

- In diesem Spiel- system muß der Torhüter in vielen Spiel- situationen quasi als Libero an der Strafraumgrenze mitspielen.
- Sowohl im Angriff als auch in der Ver- teidigung muß er ständig seine Vorder-

leute coachen, da er aus seiner Position den besten Spielüberblick hat.

- Um dem Torhüter die nötige Sicherheit für die Erledigung dieser wichtigen Spielaufgaben zu vermitteln, sind solche Situationen ständig zu trainieren.

FUSSBALL-KARTOTHEKEN



Kartotheken (=Übungssammlungen auf handlichen, stabilen Karteikarten) machen Ihre Trainingsvorbereitungen leichter: Aus einem großen Gesamtangebot lassen sich geeignete Übungen zu einer Trainingsstunde zusammenstellen.

Praktisch: Leerkarten-Sortiment mit 66 DIN A5- bzw. DIN A6-Karteikarten mit halben und ganzen Spielfeldern zum Notieren selbstentwickelter Übungs- und Spielformen: DM 9,80

Kartothek 1: Hallentraining

Unter Berücksichtigung der inhaltlichen und organisatorischen Besonderheiten des Hallentrainings bietet diese Kartothek Übungsformen für eine motivierende Aufwärmphase und die Verbesserung technischer Fertigkeiten sowie taktischer Fähigkeiten.

Kartothek 2: Torwarttraining

Übungen zur Reaktionsschulung, Konzentrationsdauer, Sprungkraft, zum Stellungsspiel, Auffangen von Flanken, zur Zusammenarbeit mit Abwehrspielern u.v.m.

Kartothek 3: Ausdauertraining

Ausdauerschulung, bei der der Ball im Mittelpunkt steht: Läufe mit und ohne Ball in verschiedenen Organisationsformen, Komplexübungen u.v.m.

Kartothek 4: Aufwärmprogramme

Vielfältige, attraktive Alternativen zu den eintönigen und langweiligen „Aufwärmruten“. Der Ball ist nicht nur aus Motivationsgründen von Anfang an dabei, gezielte Ballarbeit auch zum Trainingseinsteig verbessert die Ballsicherheit, Grundtechnik und Kreativität.

Nachwuchsschule:

Kartothek 5: Minifußball

Übungsschwerpunkt für die F- und E-Jugend: Ballführung, Schußarten, Passen, Zweikampfverhalten, Freilaufen und Decken, Kopfballspiel, Verbesserung des Spielvermögens.

Kartothek 6: Aufbautraaining

Übungsschwerpunkte für die D- und C-Jugend: Einzelarbeit mit dem Ball, Dribbling, Zusammenspiel, Torschuß, Kopfballspiel, 1 gegen 1, Torwortschulung, Stationentraining, Stretching.

Kartothek 7: Leistungstraining

Übungsschwerpunkte für die B- und A-Jugend: Technik-Intensivschulung, Gruppentaktik, Mannschaftstaktik, Stationentraining, Torwarttraining, Schnelligkeitsschulung, Ausdauerschulung, Kräftigungsprogramme.

Preis je Kartothek mit ca 80 Doppelkarten, Beiheft und Karteikasten:

DM 34,80

(zzgl. Versandkosten)

philippa

Saisonvorbereitung

Taktiktraining von Anfang an!

□ Die Saisonvorbereitung umfaßte einen Zeitraum von lediglich 5 Wochen.

Wegen der extremen Hitze konnte außerdem nur eine Trainingseinheit pro Tag durchgeführt werden.

Dieser Zeitraum reicht für die detaillierte Einführung eines neuen Spielsystems kaum aus. Hinzu kommt, daß in diesem Saisonabschnitt normalerweise vorrangig die konditionellen Grundlagen der Mannschaft erarbeitet werden müssen.

□ Unter diesen Umständen wurde eine klare trainingsinhaltliche und -methodische Vorentscheidung getroffen: Die Vermittlung des Spielsystems sollte eindeutigen Vorrang vor allen anderen Trainingsschwerpunkten haben. Auf normalerweise übliche Waldläufe oder isolierte Konditionsübungen wurde ganz verzichtet.

Stattdessen hatten die Spieler die Aufgabe, sich durch ein Selbsttraining (Ausdauerläufe) in der Sommerpause eine konditionelle Basis zu erarbeiten.

Da die Mannschaft diese Vorgabe verantwortungsbewußt umsetzte, konnte vom ersten Tag der Saisonvorbereitung an mit dem mannschaftstaktischen Training begonnen werden.

Ablauf der System-Einführung

□ Zunächst wurden der Verteidigungsreihe in einfachen Formen die Bewegungsgrundmuster vermittelt:

Der Trainer änderte dazu mit dem Ball am Fuß ständig die Position, wobei die Spieler das Stellungsspiel jeweils anpassen mußten.

Der Trainer erklärte in diesen Situationen die taktischen Grundmuster, wie etwa das Verschieben zur Ballseite.

□ Anschließend folgte der gleiche Ablauf mit der Mittelfeldreihe.

□ In einem weiteren Schritt wurden danach auf diese Weise das grundsätzliche Zusam-

menwirken und die Abstimmung zwischen Mittelfeld und Verteidigung vom Grundablauf her einstudiert.

□ Zuletzt stand schließlich die Abstimmung zwischen Mittelfeld und Angriffsspitzen auf dem Trainingsprogramm.

□ Diese ersten Einführungsschritte fanden zunächst alle ohne gegnerischen Störenfluß statt. Anschließend wurde im 2. Teil der Saisonvorbereitung das System anhand vieler Gruppen- und Positionsspiele perfektioniert. Die taktischen Grundmuster sollten dabei nach und nach in immer spielläufigen Trainingssituationen automatisiert werden.

□ Um den Akzent aber nicht zu einseitig nur auf die Vermittlung des Defensivkonzepts zu legen, wurden zwischendurch auch Trainingsformen mit angriffstaktischen Schwerpunkten aufgenommen.

Auch hier wurden grundsätzliche taktische Grundmuster des Angriffskonzepts in interessanten Spiel- und Übungsformen sowie durch ergänzende Demonstrationen und Korrekturen erarbeitet und vertieft.

Fazit dieser Saisonvorbereitung

□ Selbstverständlich war diese Form der Vorbereitungsgestaltung, die von traditionellen Mustern abwich, mit einem gewissen Risiko verbunden.

Denn der Trainer bot damit im Falle eines unbefriedigenden Saisonstarts natürlich eine breite Angriffsfläche. Eine scharfe Kritik hinsichtlich einer schlechten konditionellen Verfassung der Mannschaft war quasi vorprogrammiert.

Und auch die Spieler hätten ein „Alibi“ gehabt, zumal bei vielen nach wie vor das Bewußtsein vorherrscht, daß „richtiges“ Konditionstraining nur ohne Ball möglich sei.

Glücklicherweise ließen die ersten positiven Testspielergebnisse und der optimale Meisterschaftsstart dann alle Kritiker im Ansatz verstummen.

Spielsysteme im internationalen Vergleich

■ Spielsysteme ändern sich von Zeit zu Zeit.

Gegenwärtig ist im Spitzenspielbereich ein Trend weg vom Spiel mit einem Libero hin zur „Viererkette“ ohne „letzten Mann“ zu erkennen.

■ Noch bei der WM in Italien 1990 spielten die weitaus meisten Mannschaften mit einem Libero, dagegen verzichteten 1994 in den USA etwa 50 Prozent der WM-Mannschaften auf einen Libero. Beide Finalisten (Brasilien und Italien) boten eine Vierer-Abwehrkette auf.

■ Die in Europa lange Zeit überragende Vereinsmannschaft, der AC Mailand, perfektionierte unter Arrigo Sacchi die Viererabwehrkette auf einer Linie. Im Meisterjahr 1988 kassierte Milan in der italienischen Liga ganze 14 Gegentore.

DIE FUSSBALL-BIBLIOTHEK

NÜTZLICHES & UNTERHALTSAMES



SPORT DATER
1995-1996:
Chronik und
Handbuch für
Training und
Spielbetrieb
(erscheint je-
des Jahr vor
Saison-
beginn
neu)
DM 22,80

BECK:
Der lachende Fußballer.
102 Seiten, 55 Zeichnungen
DM 16,80

BIENER:
*Fußball, Sportmedizin, -
ernährung, -unfälle.*
144 Seiten
DM 16,80

HARTWIG U.A.:
*Arbeitshilfen zur Traineraus-
bildung im Fußball (B-Lizenz)*

136 Seiten
DM 30,00

KLANTE:
Der Weg zur B-Lizenz,
232 Seiten
DM 28,00

ALBRECHT/BRÜGGMANN:
*Schulfußball – spielen, lernen,
mitgestalten.*
236 Seiten
DM 43,80

BUSCH:
Fußball in der Schule.
87 Seiten
DM 9,80

ZIEGELITZ:



**Lesespaß
für kleine Fußballer**
PESTUM, JO:
Tobi und die blauen Stürmer,
88 Seiten, DM 16,80
Tobi und die Rosa Teufel,
96 Seiten, DM 16,80
Fußballgeschichten für Kinder

Verteidigen – Agieren „mit Auge“ Teil 1

Wie lassen sich die Grundverhaltensweisen richtigen Abwehrens zielgerichtet vermitteln?
Ein Beitrag von Detlev Brüggemann



Foto: RALPH WOSCHNY

Die momentanen, hitzigen Diskussionen um das „richtige“ Spielsystem erkennen einen Grundsatz: Der Erfolg jedes noch so ausgeklügelten Systems ist in erster Linie vom Können der Einzelspieler abhängig.

Deshalb kommt es vor allem im Nachwuchsbereich darauf an, sich von einer unangebrachten „Systemorientierung“ zu lösen und stattdessen mit Akribie das individualtaktische Leistungsvermögen des jungen Fußballers zu verbessern!

Auf jeden einzelnen muß Verlaß sein!

□ Ein kurzer Rückblick auf eines der letzten Spiele der Nationalmannschaft: Blakes Entsetzen einer Fußballnation als beim Hinspiel der EM-Qualifikation zwei Foulelfmeter die bereits mit 0:2 hintenliegenden Bulgaren zurück auf die Straße des Sieges führten. Nur individuelle Fehler unserer oft genug der Weltpitze zugerechneten Abwehrspieler Kohler und Helmer? Oder ungeschickte Abwehraktionen, provoziert durch die blitzschnellen Vorstöße und Dribblings der bulgarischen Angreifer? Dürfen die zahlreichen vergleichbaren Situationen im und am deutschen Strafraum übersehen werden, nur weil den Bulgaren dabei der krönende Erfolg versagte? Haben die bulgarischen Angreifer in erster Linie nicht aufgrund von Pech und eigenen Fehlern beim Torabschluß und nicht aufgrund erfolgreicher Abwehraktionen der deutschen Verteidiger versagt? Kündigten sich die beiden entscheidenden „Fehl-Aktionen“ im deutschen Strafraum nicht schon in der ersten Spielhälfte an?

Nur individuelle Fehler also, die ab und an auch einem Weltklassemann unterlaufen können, oder doch Defizite und Probleme im Abwehrverhalten, die erst bei einer höheren Handlungsschnelligkeit und einer großen individuellen Spielkunst des Gegners, die viele unberechenbare Aktionen einschließen, zu Tage treten?

□ Julio Caesar wurde von Juventus Turin ursprünglich mehr oder weniger als „Zugabe“ zum spektakulären Möller-Transfer an Borussia Dortmund abgegeben. Heute halten zahlreiche Fachleute nicht zu Unrecht den ehemaligen Nationalspieler für den stärksten und „komplettesten“ Abwehrspieler der Bundesliga. Er sieht die Spielentwicklung voraus, erkennt frühzeitig, wann und wo er den Ball abfangen und mit seiner großen Spielübersicht einen erfolgversprechenden Gegenangriff seiner Mannschaft einleiten kann. Kaum Fouls, nur ganz selten „kämpft“ er am Boden, ein „Gentleman“ als Abwehrspieler.

„Zweiter Frühling“ des Brasilianers – oder kommt der sympathische Abwehrrecke in der Bundesliga nur leichter und dadurch erfolgreicher zurecht? Konsequent zuende gedacht: Sind die herausragenden Abwehrleistungen Julios Caesars nicht auch ein Indiz für tatsächlich vorhandene, nur nicht immer in Erscheinung tretende Mängel im individuellen und gruppentaktischen Abwehrverhalten der deutschen Fußballer?

□ Schon vor seiner Amtszeit als Bundestrainer beklagte Berti Vogts, es werde zu viel und zu oft völlig unnötig foul gespielt. Abwehren beschränke sich nicht selten lediglich auf das Zerstören des gegnerischen Angriffs. □ Zahlreiche Top-Spieler lassen eine heute notwendige Ausgewogenheit zwischen konstruktivem Angriffs- und Abwehrverhalten vermissen: Hinten Weltklasse, nach vorne Kreisklasse! Erfolgreich „am Mann...“ – hilflos „im Raum“.

Was sind die Wege zu einem besseren Abwehrverhalten?

□ Abhilfe wurde in teilweise neuartigen, modernen Abwehrpraktiken gesucht. „Raumdeckung“, „Abseitsfalle“, „forechecking“, „pressing“, „Die Räume für den gegnerischen Angriff eng machen“, „Der Libero vor der Abwehr“ oder „Viererkette“ sind mittlerweile auch schon im Nachwuchsfußball gängige Schlagwörter.

Angesichts der erheblichen Schwierigkeiten unserer Fußballer im Abwehrverhalten stellt sich die grundsätzliche Frage: Macht eine Abwehrordnung den einzelnen Spieler hinsichtlich seiner individuellen Fähigkeiten stärker und vielseitiger oder beruht der Erfolg moderner Abwehrordnungen nicht in erster Linie auf dem individuellen Können der einzelnen Spieler als Voraussetzung für eine erfolgreiche Raumdeckung, für das Funktionieren einer „Viererkette“ oder das effektive Spiel eines freien Mannes vor der Abwehr?

□ „Wir haben früher unsere individuellen Verteidigungskünste in unseren täglichen kleinen ‘Straßenfußballspielen’ erworben“, wies DFB-Trainer Hannes Löhr anlässlich der Verbandstrainertagung im Mai dieses Jahr in die Richtung. „Da mußten wir spekulieren, ‘mit Auge’ spielen, weil die Spielerzahlen oft nicht ‘pari’ waren.“

□ Diese wichtigen Erfahrungen fehlen den jungen Spielern heute aber. Eine Ursache dafür liegt zweifellos im „Einstieg“ in das Abwehrverhalten über die Manndeckung, die auf den ersten Blick für die Nachwuchskicker vielleicht überschaubarer und verständlicher ist. Sie enthält aber andererseits den jungen Fußballern zahlreiche Gelegenheiten vor, sich über die jeweilige Manndeckungsaufgabe hinaus – je nach Spielsituation – am Abwehrspiel der Mitspieler unterstützend zu beteiligen. Kinder tun, was sie aufgetragen bekommen. Aufgaben verstehen sie dabei zunächst als ausschließlich.

Ganz entscheidend jedoch wäre es als Nachwuchstrainer, seinen Spielern auch im Augenblick des gegnerischen Ballbesitzes möglichst viel Freiraum zu kreativem Verteidigungsverhalten zu lassen.

Die situativen, individuellen Erfahrungen aus den früheren kleinen Straßenfußballspielen müssen den „Auszubildenden“ heute auf anderem Wege ermöglicht werden. Sie können auf diese Weise lernen, wie zusammen mit den Mitspielern der Ball vom Gegner schnell und sicher zurückgewonnen werden kann.

Dies schließt weniger taktische Vorgaben und das „Risiko“ ein, durch individuelle Fehler auch den einen oder anderen Mißerfolg der Mannschaft heraufzubeschwören. Aber gerade durch Fehler lernen die Spieler am besten!

□ Als weitere Ursache derzeitiger Defizite im Abwehrverhalten darf eine Vernachlässigung hinsichtlich der gezielten Vermittlung allgemeiner, fast banal erscheinender Grundregeln individueller Verteidigungskünste innerhalb der sportlichen Ausbildung nicht übersehen werden.

Provokativ gefragt: Sollen die Nachwuchsspieler in erster Linie für eine spätere Karriere im Leistungsfußball das Funktionieren einer „Viererkette“ frühzeitig erlernen? Oder kommt es in der Nachwuchsausbildung nicht vor allem darauf an, zunächst die grundsätzlich erforderlichen Fähigkeiten, Kenntnisse und Erfahrungen zu vermitteln, so daß die jungen Fußballer später in jeder beliebigen Form „abwehren“ können?

HINWEISE

■ Ein geschicktes, kluges Verteidigungsverhalten des Einzelspielers ist die unverzichtbare Voraussetzung für eine erfolgreiche Raumdeckung, für das richtige Funktionieren einer Viererkette ...

■ Wenn diese individual-taktischen Grundlagen nicht stimmen, ist jedes Defensivkonzept letztlich erfolglos!

■ Also (vor allem im Nachwuchsreich): Kein zeitlich aufwendiges, überforderndes mannschaftstaktisches Training, bevor die Spieler nicht die Grundverhaltensweisen im Zweikampf beherrschen!

Internationale Fußballturniere

Salou 1996

des C. F. Vila-Seca - Viatges Serhs Hotels

Kategorien: Senioren, Alte Herren, A-, B-, C-, D- Jugend und Damen

Ostern

30.03. – 06.04.1996
06.04. – 13.04.1996

Pfingsten

18.05. – 25.05.1996
25.05. – 01.06.1996

Herbst

05.10. – 12.10.1996
12.10. – 19.10.1996

Preis: DM 299,-

Kinderermäßigung, Ermäßigungen für dritte und vierte Person im Doppelzimmer,
1 - 3 Freiplätze (je nach Teilnehmerzahl).

Unterbringung in Salou (100 km südlich von Barcelona) in 2**/3***-Aparthotels (Typ Suite)
oder 3***-Hotels mit Vollpension in Buffetform, Dusche/Bad/WC, Balkon, Schwimmbad,
Sonnenterrasse, etc.

Eröffnungsfeier und Siegerehrung, Erinnerungs-T-Shirt für jeden Reiseteilnehmer, Pokal für jede teilnehmende Mannschaft, qualifizierte Schiedsrichter, internationale Turnierleitung.

Freizeitmöglichkeiten: Besuch des Stadions des F. C. Barcelona, Wassersport,
Go-Kart, Port Aventura, u. v. m.

Für weitere Informationen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an:

Für Brandenburg und Sachsen-Anhalt:

Lothar Engel, Krischanweg 44 G, 12359 Berlin 47, Tel.: 0 30/6 01 91 60, Fax. 0 30/6 01 05 24

Andere Bundesländer:

Detlev Keil, Spielhahnstr. 2 B, 83059 Kolbermoor, Tel.: 0 80 31/9 38 48, Fax: 0 80 31/9 98 95

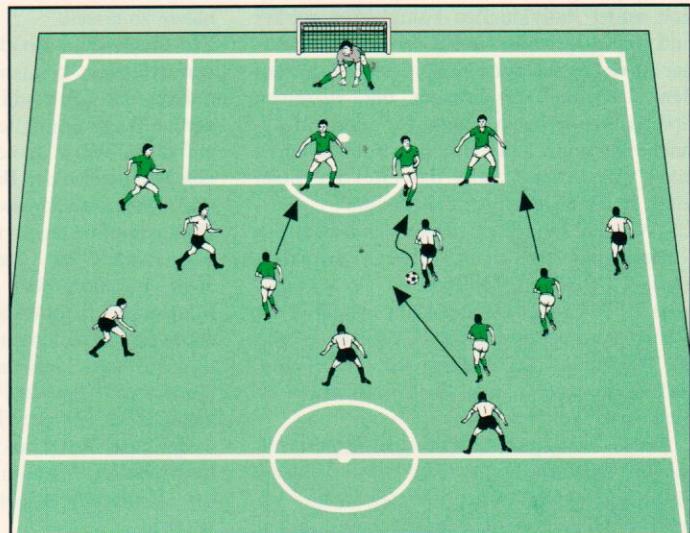
HERAUSFORDERUNGEN MODERNEN ABWEHRENS

Abwehren heißt:

Jeder Spieler hat aus seiner aktuellen Position heraus Abwehraufgaben zu erfüllen, sobald die gegnerische Mannschaft in Ballbesitz kommt!

Beispiel 1

Der Mittelfeldspieler rückt zu seinen Abwehrspielern ein, um die Spielräume um den Ball herum enger zu machen und dadurch den Angriff auf den Ball für seine Mitspieler zu erleichtern.



Beispiel 2

Ein Torhüter, der einen hohen Ball mit den Fäusten wegboxt, verhindert zwar ein Tor, hat seine Abwehraufgabe jedoch nicht voll erfüllt, wenn er den Ball auch hätte fangen und mit

einem gezielten Abwurf einen neuen Angriff seiner Mannschaft einleiten können.

Beispiel 3

Wer einen Ball vor dem nachsetzenden Angreifer nur ins Aus drischt, unterbindet zwar den gegnerischen Angriff, erfüllt seine Abwehraufgabe jedoch nur unzureichend, wenn er den

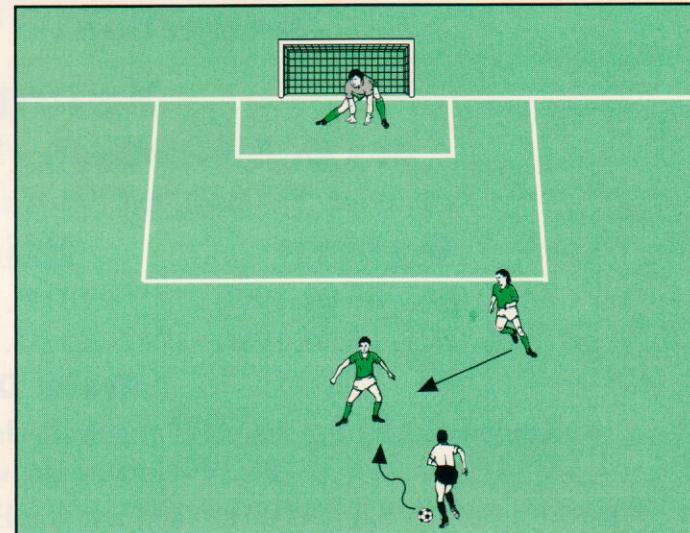
Ball hätte kontrollieren, sichern und dadurch einen neuen Angriff seiner Mannschaft vorbereiten können.

Abwehren heißt:

Jeder Spieler soll sich stets so verhalten, daß den gegnerischen Spielern stets möglichst wenig Spielraum und damit Zeit für Angriffsaktionen gelassen wird. Zeitdruck mindert die Übersicht und erhöht die Fehlerquote. Erfolgreiches Fußballspielen ist immer eine Frage von Raum und Zeit.

Beispiel 1

Ein Spieler eilt einem Abwehrspieler seiner Mannschaft, der gerade von einem Angreifer bedrängt wird zu Hilfe und gibt diesem Rückendeckung. Dabei schirmt er die „freie“ Seite, die dem Angreifer von seinem Vordermann angeboten wird, so eng ab, daß dem Gegner kein Spielraum für einen Durchbruch in Richtung Tor bleibt. Der vordere Abwehrspieler kann damit risikolos den Ball attackieren.



Beispiel 2

Der abwehrende Mittelfeldspieler rückt so dicht an den ballführenden Gegner heran, daß dieser schon im nächsten Augenblick mit einem Angriff auf den Ball rechnen muß. Damit bleibt dem Ballbesitzer keine Zeit, sich ausreichend im Spielfeld zu orientieren bzw. einen breitenden weiten Paß zu spielen.

Durch diese Handlungsweise wird der Gegner konsequent „unter Druck gesetzt“.

Beispiel 3

Der Abwehrspieler folgt seinem Gegenspieler, der angespielt wird, so eng, daß dieser keinen Spielraum hat, sich mit der Ballkontrolle gleichzeitig in Richtung gegnerisches Tor und Abwehrspieler zu drehen. Der Abwehrspieler verhindert dadurch von vornherein die günstigste Ausgangsposition des An-

greifers und verbessert seine Erfolgschancen. Er verzögert gleichzeitig den gegnerischen Angriff, so daß weitere Mitspieler zu Hilfe kommen können.

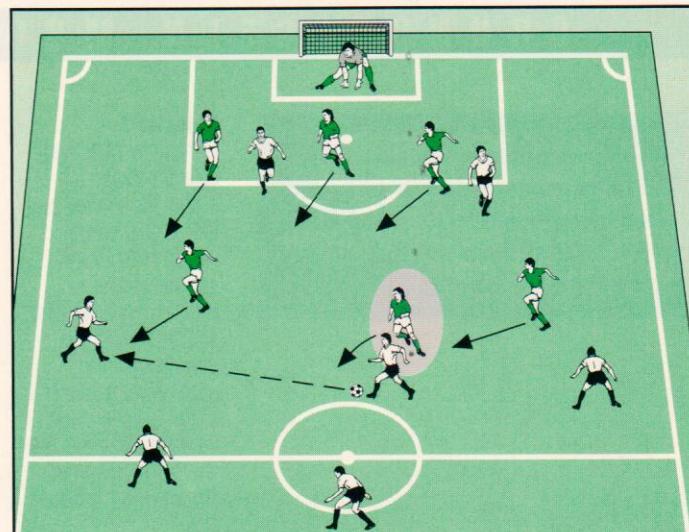
Abwehren heißt:

Der abwehrende Spieler reagiert nicht nur auf Angriffsaktionen des Gegners, sondern er agiert möglichst!

Der Abwehrspieler versucht, durch sein Verhalten den Gegner zu gewünschten Aktionen zu verleiten, so daß er selbst und seine Mitspieler den Ball leichter zurückgewinnen können.

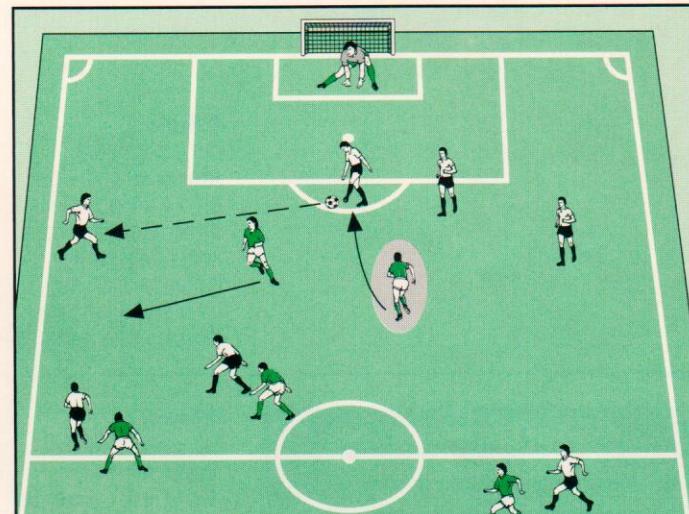
Beispiel 1

Der Mittelfeldspieler greift den ballführenden Gegner von der Seite her an und setzt nach. Er „zwingt“ die gegnerische Mannschaft damit, den Angriff zu einer für alle anderen verteidigenden Spieler frühzeitig erkennbaren Seite hin weiterzuführen. Die Spieler der Abwehrmannschaft können sich somit frühzeitiger zu dieser Seite verschieben und die Spielräume eng machen.



Beispiel 2

Der Stürmer, der vom ballführenden Abwehrspieler weiter entfernt ist, läuft in den Spielraum zwischen die gegnerischen Abwehrspieler. Auf diese Weise ist für die Mannschaft am Ball ein Seitenwechsel zum Angriffsaufbau über den anderen Flügel riskant. Außerdem können die Mitspieler erkennen, zu welcher Seite sie sich verschieben müssen, um den gegnerischen Angriff einzudringen.



Beispiel 3

Der bedrängte Verteidiger stellt seinen ballführenden Gegner, wobei er den direkten Weg zum Tor hin unterbindet und dafür die Seite vom Tor weg nach außen aufmacht.

Damit versucht der Abwehrspieler, den Angreifer vom Tor abzudrängen und die unmittelbare Torgefahr zu unterbinden. Wenn der Angreifer aber dennoch nach innen durchbrechen will, so

riskiert er, daß der Abwehrspieler den Ball abblökt. Das Risiko eines Ballverlustes ist somit hoch.

→ Aktives Verteidigen ist angesagt! Wenn die Abwehrspieler nur reagieren, sind sie immer in Nachteil!

Abwehren heißt:

Jeder Spieler muß viel sprechen, organisieren, Mitspieler ständig auf bestimmte Spielsituationen aufmerksam machen. Dies ist eine unverzichtbare Hilfe für ein schnelles Handlungsverständnis untereinander. Jeder Spieler muß der „Coach“ seines Vorder- und Nebenmannes sein.

Beispiel 1

Der Mittelfeldspieler macht seinen Nebenmann auf einen Gegenspieler aufmerksam, der sich in dessen Rücken freiläuft: „Hinter Dir!“ Damit wird der Nebenmann von einem überhasteten Angriff auf den Ball abgehalten, der dann durch sein Stellungsspiel zunächst ein Abspiel auf den Angreifer in seinem Rücken verhindert.

Beispiel 2

Der Mitspieler im Rücken des bedrängten Verteidigers ruft diesem Handlungsanweisungen zu. Dadurch wird das Defensivverhalten dieser beiden Spieler im Kampf um den Ball miteinander abgestimmt. „Mache rechts zu!“ – die Erfolgsaussichten auf einen schnellen Ballgewinn steigen.

Beispiel 3

Der dirigierende Abwehrspieler gibt lautstark an seine Mitspieler die Anweisung, gleichzeitig mit vorzurücken, um den Gegner ins Abseits zu stellen und den Spieler am Ball sofort unter Druck zu setzen: „Raus!“

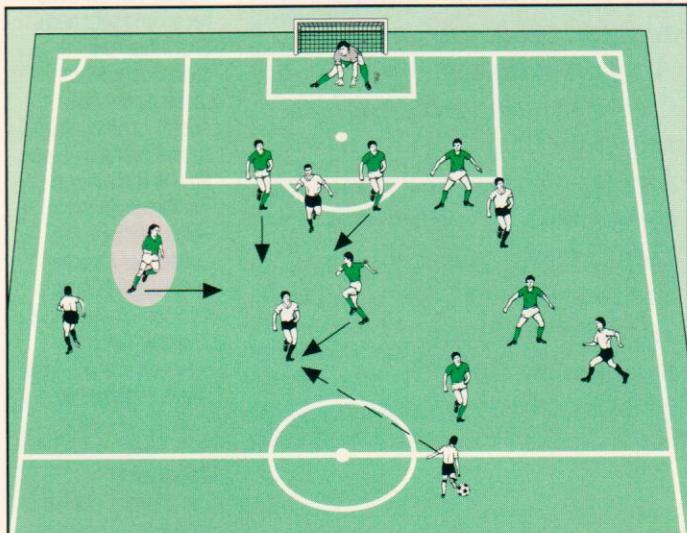
→ Nicht nur Trainer dürfen im traditionellen Sinne von der Seitenlinie aus Coachingaufgaben ausüben. Auch die Spieler müssen sich gegenseitig helfen und das Spielverhalten miteinander abstimmen. Das setzt jedoch ein hohes Maß an Eigenverantwortlichkeit voraus!

GRUNDREGELN MODERNEN ABWEHRENS

→ Jeder Spieler der verteidigenden Mannschaft bewegt sich stets so, daß er immer den Ball und seine(n) Gegenspieler im Auge behält.

Beispiel 1

Der äußere Mittelfeldspieler rückt so ge staffelt nach innen zum Ball, daß er einerseits seinen Mitspielern gegebenenfalls zu Hilfe kommen, andererseits aber auch die Bewegungen der gegnerischen Spieler an seiner Seite im Auge behalten und einen weiten Paß zu diesen vor ausschauend abfangen kann.

**Beispiel 2**

Der deckende Abwehrspieler stellt sich auf der ballnahen Seite immer so schräg neben seinen Gegenspieler, daß er den Ball unbehindert sehen und ein Zuspiel auf kürzestem

Weg vor dem Gegner abfangen kann. Durch den ständigen Blick zum Ball kann er somit blitzschnell auf jede neue Situation reagieren!

Beispiel 3

Der Abwehrspieler folgt seinem diagonal frei laufenden Gegenspieler so, daß er jederzeit auch die Aktion am Ball (Abspielzeitpunkt und -richtung) beobachten kann.

Er wendet also bei seiner Laufbewegung zu keinem Zeitpunkt dem Spieler am Ball total den Rücken zu.

→ Jeder Spieler der verteidigenden Mannschaft verhält sich immer so, daß er die aus seiner aktuellen Spielsituation heraus torgefährlichste Spiel möglichkeit des Gegners abdeckt bzw. verhindert.

Beispiel 1

Der Spieler stellt sich immer so zu einem Gegner, daß er stets den kürzeren Laufweg zum eigenen Tor behält. Der Gegner kann somit den Abwehrspieler nicht leicht überlaufen. Zu einem Steilpaß in Richtung Tor behält der Verteidiger den kürzeren Weg. Das torungefährlichere Zuspiel vom Tor weg nach außen muß der

Abwehrspieler dagegen zulassen. Denn ein solcher Paß beläßt den Abwehrspieler „im Spiel“, d.h. er bleibt im Raum zwischen Ball und eigenem Tor und kann somit jederzeit weiter einen Angriff aufhalten.

Beispiel 2

Der Abwehrspieler ver stellt dem ballführenden Angreifer den direkten Weg zum Tor und verleitet diesen zu einem Dribbling in den ungefährlicheren Raum vom Tor weg nach außen. Die unmittelbare Torgefahr ist somit ausgeschaltet, die Mitspieler haben Zeit, herbeizulaufen und den Spielraum um den Ball zu verengen.

Beispiel 3

Die „ballnahe“ Spur zieht sich diagonal in Richtung Ball und Mittelfeld zurück, wenn die gegnerischen Abwehrspieler den Ball zum sicheren Angriffsaufbau quer nach außen laufen lassen. Ein schneller Paß an der Spitze vorbei ins Mittelfeld soll erschwert bzw. verhindert werden. Der ungefährlichere, erneute Querpaß wird erlaubt.

VIDEOTHEK



Coerver: Fußball-Technik
Teil 1: Grundtechniken, Dribbeln, Freispiele, Gruppenspiele. Teil 2: Abwehrtechniken, Kopfballspiel, Passen und Torschußtraining, Mannschaftsspiele.
VHS, je Cassette **DM 68,-**

DFB-Fußballschule
(D. Cramer/G. Bisanz): Videobearbeitung der erfolgreichen Fernsehserie. Spieltechnik und taktische Konzepte. Beispielhafte Szenen aus BL- und WM-Spielen.
VHS-System **DM 79,90**

Die "Coerver-Methode"
Neue VHS-Videofilme von Wiel Coerver zum Kinder- und Jugendtraining.

VIDEO 1 Basistraining (6- bis 9jährige) ca. 2 Std. **DM 69,-**

VIDEO 2 Aufbautraining A (9- bis 12jährige) ca. 2 Std. **DM 69,-**

VIDEO 3 Aufbautraining B (9- bis 12jährige) ca. 2 Std. **DM 69,-**

VIDEO 4 Wettkampftraining (13- bis 18jährige) ca. 2 Std. **DM 69,-**

VIDEO 1-4 **DM 239,-**

Perfektes Torwart-Training auf VHS-Video mit Torwarttrainer und Ex-Nationaltorhüter Frans Hoek.

VIDEO 1: Das Basisprinzip der Torverteidigung. Ca 1 Std. **DM 59,-**

VIDEO 2: Das Basisprinzip des Spielaufbaus. Ca. 1 Std. **DM 59,-**

VIDEO 3: Üb. mit der Netzrückprallwand „Frans Hoek Tsjoeck“. Ca. 25 Min. **DM 39,-**

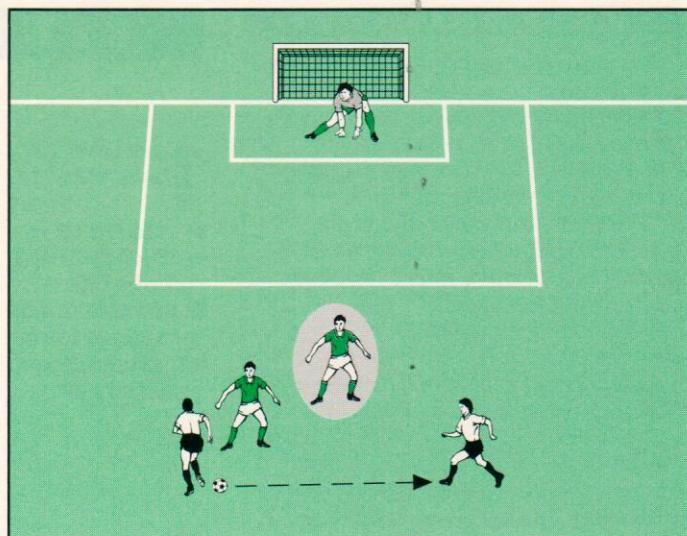
VIDEO 1-3
DM 149,-

philippa

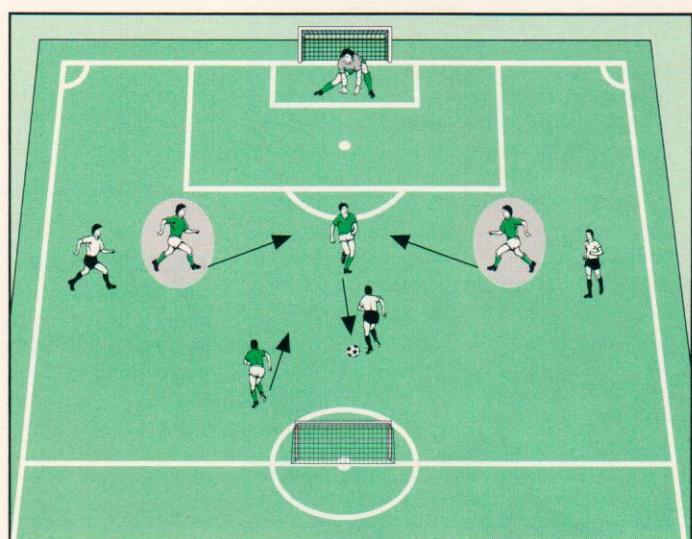
→ Die Spieler der verteidigenden Mannschaft helfen sich gegenseitig immer so, daß sie möglichst schnell eine „Überzahl gegen den Ball“ schaffen!

Beispiel 1

Im Spiel 2 gegen 2 sichert der Spieler einen Mitspieler, der vom ballführenden Gegner bedrängt wird, im Rücken ab. Der in dieser Situation weniger gefährliche Querpaß wird dagegen zugelassen (Zeitgewinn!).

**Beispiel 2**

Die Mitspieler des Mittelfeldspielers, der den ballführenden Gegner stellt, verschieben sich zum Ball hin und machen dadurch die Spielräume um den Ball herum eng. Damit ist gleichzeitig jeder Spieler nach hinten und zur Seite gesichert, so daß der Ball risikoloser attackiert werden kann.

**Beispiel 3**

Der Abwehrspieler, der vom ballführenden Gegner bedrängt wird, zieht sich auf dem kürzeren Weg zum eigenen Tor verzögernd zurück, wartet ab und verleitet den Gegenspieler zu

einem längeren Dribbling. Durch diesen Zeitgewinn bekommt ein Mitspieler die Gelegenheit, den Rücken des Abwehrspielers zu sichern. Wenn diese Spielsituation hergestellt ist, wird ein Angriff

auf den Ball erfolgversprechender.

→ In der Verteidigung muß es das Ziel sein, in möglichst vielen Situationen eine Überzahl um den Ball herzustellen.

→ Der abwehrende Spieler greift den Ball erst an, wenn der Ball kurzzeitig frei ist und vom ballführenden Gegner somit nicht sofort wieder in eine andere Richtung bewegt werden kann (ausgenommen „Notsituationen“ in Torschüßentfernung). Außerdem darf dem Ballbesitzer keine erfolgversprechende alternative Ausweichmöglichkeit offenstehen!

Beispiel 1

Der abwehrende Spieler läuft dem Ball, der seinem Gegenspieler zugespielt wurde, entgegen und fängt den Paß vor dem Gegner ab. Anschließend leitet er sofort einen Gegenangriff ein.

Beispiel 2

Der ballführende Angreifer legt sich den Ball weiter vor, um den Abwehrspieler, der sich verzögernd zurückzieht, überspurten zu können. Der Abwehrspieler greift im anschließenden Laufduell konsequent den freien Ball an.

Beispiel 3

Der abwehrende Mittelfeldspieler greift den sich zur Seite abwenden, ballführenden Gegner entschlossen an. Der Gegner verliert damit das Gesetz des Handelns und kann den abwehrenden Spieler nicht weiter torgefährlich ausspielen.

→ Viel zu oft sind überhastete Abwehraktionen zu beobachten. Gerade aber auch aufgrund der strengeren Regelauslegung ist ein geschicktes, faires, effektives Verteidigungsverhalten im Hinblick auf den Spielerfolg heutzutage noch wichtiger!

ZUM PRAXISTEIL

- Um die grundlegenden Verhaltensweisen im Abwehrspiel zu beherrschen, muß jeder Spieler lernen, sozusagen „mit Auge“ zu verteidigen.
- Der Abwehrspieler muß also die Handlungsmöglichkeiten und das Verhalten der eigenen und gegnerischen Spieler voraussehen und durch eigene Handlungen in seinem Sinne vorbestimmen.
- Kurz gesagt: Abwehrspieler müssen das „Spiel lesen können“. Spielerfahrung und Spielverständnis bilden hierzu die unverzichtbaren Eckpfeiler.
- Denn die modernen Abwehrordnungen und -konzepte eröffnen dem einzelnen Spieler einen weitaus umfassenderen Entscheidungsspielraum und fordern ein ungleich flexibleres Handlungsrepertoire als die einseitige Ausrichtung auf die Ausschaltung eines bestimmten Gegenspielers, wie sie in vielen traditionellen Spielkonzepten vorkommt.
- Erst ein vielseitiges und jederzeit „agierendes“ Abwehrverhalten jedes einzelnen Spielers ermöglicht eine wirkungsvolle Umsetzung heutiger Abwehrkonzepte wie „Raumdeckung“, „Viererkette“ oder „fore-checking“ und bringt deren spieltaktische Vorteile auch gegen spiel- und dribbelstarke Mannschaften zur Geltung.
- Nicht die geordneten Bewegungen innerhalb dieser Abwehrkonzeptionen garantieren den Erfolg! Es sind letztlich immer die vielseitigen Fähigkeiten der einzelnen Spieler, sich gegenseitig mit „gutem Auge“ und Stellungsspiel zu ergänzen und zu helfen.
- Diese Grundlagen können aber nicht erst in den älteren Juniorenklassen oder sogar erst im Seniorenbereich „eintrainiert“ werden. Sondern es kommt darauf an, die Grundlagen richtigen Abwehrs schon im frühen Jugendalter mit Hilfe kleiner und gezielter Spielformen herauszubilden, zu erweitern und zu vertiefen. Dies ist gleichzeitig der notwendige Ersatz des früheren freien Straßenfußballs. Denn in den kleinen Spielen im Freundeskreis sammelten die jungen Kicker früherer Tage quasi in Eigenregie (nach der Devise „Versuch und Irrtum“) die Erfahrungen, was ein kluges Abwehrspiel ausmacht.
- Der nachfolgende Praxisteil stellt Trainingsformen vor, mit denen das richtige Verhalten in verschiedenen Abwahrsituationen gezielt geschult werden kann. Die Spieler haben dabei – wie im Wettspiel auch gefordert – einen breiten Freiraum zu eigenen Handlungssentscheidungen innerhalb der „vorstrukturierten“ Situation.

BEWEGUNGS-VORÜBUNGEN

1 Je 2 Spieler mit einem Ball.

- Jedes Paar übt vor einem Hütchentor/ einer markierten Ziellinie.
- Die Paare sind dabei so im Übungsräum verteilt, daß sie sich nicht gegenseitig stören.



Ablauf

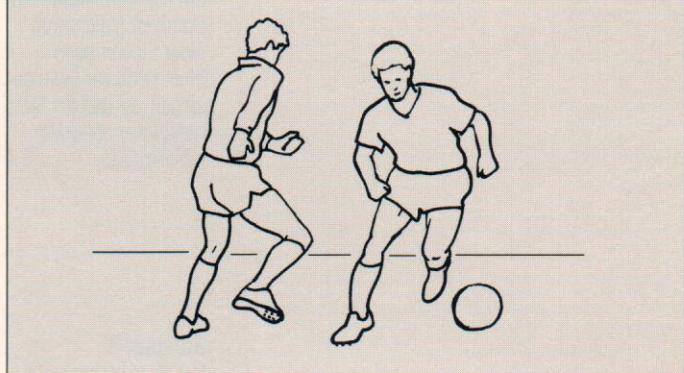
Der Spieler am Ball dribbelt im Warmlauftempo ohne Tempowechsel auf einen 10 Meter entfernten Zielpunkt (Hütchentor) zu.

Der Abwehrspieler stellt schräg versetzt den direkten Weg zum Zielpunkt zu und zieht sich mit dem Gegenspieler zurück ohne diesen dabei über die „innere Linie“ zum Zielpunkt zu lassen. Dann folgt ein Aufgabenwechsel.

Nach einigen Aktionen täuscht der Ballführende zusätzlich immer wieder einen Durchbruch an.

2 Je 2 Spieler mit einem Ball.

- Gleiche Organisation wie bei der Übung zuvor.



Ablauf

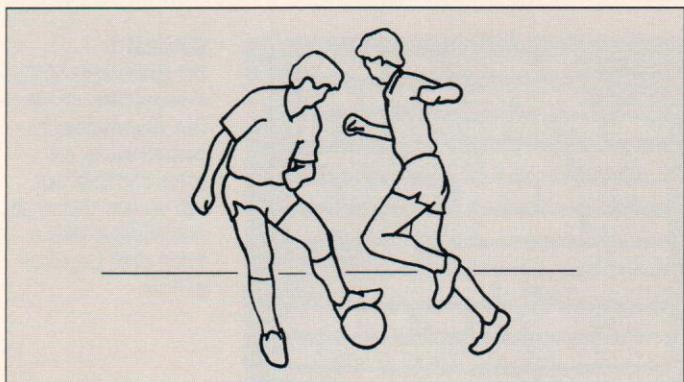
Gleicher Ablauf, aber der Angreifer spielt sich den Ball plötzlich weiter vor und spurtet nach,

um am Abwehrspieler vorbeizuziehen. Der Verteidiger spurtet in die gleiche Laufrichtung und versucht, vor dem

Angreifer den Ball zu erlaufen und zu sichern oder dem Gegner wenigstens vom Durchbruch abzuschneiden.

3 Je 2 Spieler mit einem Ball

- Gleiche Organisation wie bei der Übung zuvor.



Ablauf

Gleicher Ablauf, aber der Angreifer versucht, sich den Ball überraschend (ohne

Täuschung) an der Seite vorbeizulegen, die der Verteidiger „zumacht“, also nach innen durchzubrechen.

Der Abwehrspieler versucht, den Ball abzufangen bzw. abzublocken, diese Seite nicht aufzumachen.

STELLEN UND BEKÄMPFEN

1 Vor einem Tor mit Torhüter.

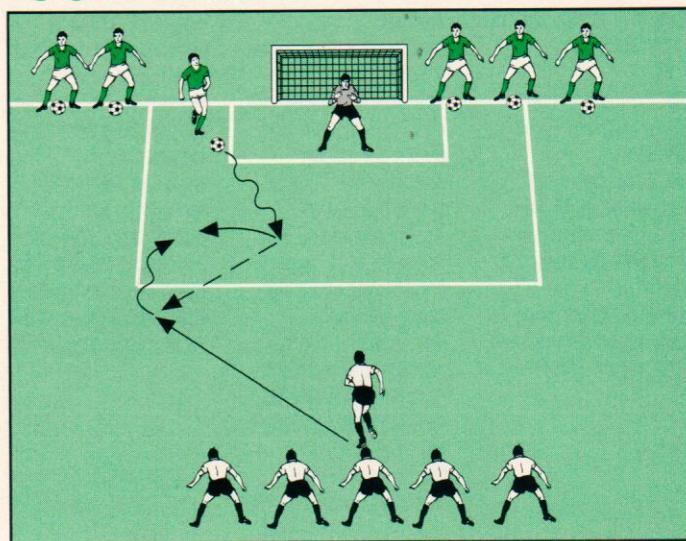
- 6 Spieler mit je einem Ball neben dem Tor.
- 6 Spieler ohne Ball etwa 25 Meter frontal dem Tor gegenüber.

Ablauf

Im Wechsel dribbelt jeweils ein Spieler in den Strafraum vor das Tor und paßt dann diagonal nach rechts oder links aus dem Strafraum heraus. Der jeweilige Spieler aus der Gruppe gegenüber erläuft den Ball, um anschließend im 1 gegen 1 zum Torabschluß zu kommen. Aufgabenwechsel nach einem Torabschluß. Wenn der Abwehrspieler den Ball erobert, soll er den Torhüter anspielen, der sich zum Rückpaß anbietet.

Variationen

- Der Paß wird dem Spieler gegenüber in den Fuß gespielt zum frontalen 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter.

1 gegen 1 auf ein Tor

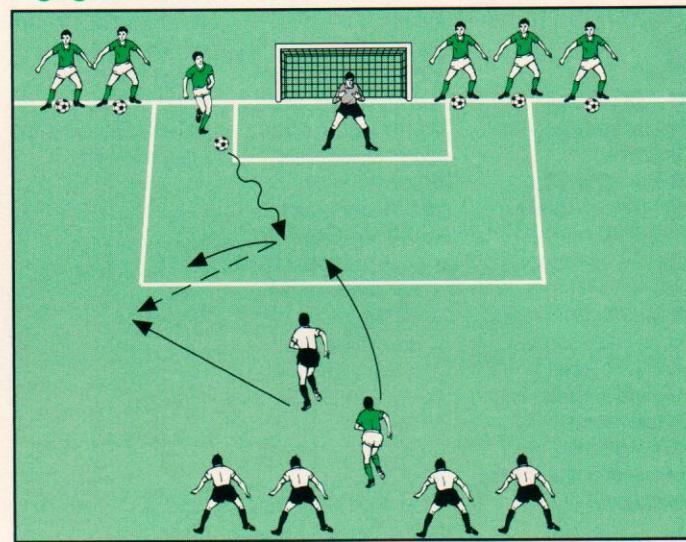
2 Vor einem Tor mit Torhüter.

- Gleiche Organisation wie bei der Übungsform zuvor.

Ablauf

Wie der Übungsablauf zuvor, aber nach dem Stellen des Angreifers setzt der nächste Spieler der Gruppe vor dem Strafraum nach, um dem verteidigenden Spieler möglichst schnell zu helfen. Der Angriffsspieler muß sich also in der schwierigeren Spielsituation 1 gegen 2 zielstrebig im Alleingang bis zum Torschuß durchsetzen. Nach jeder Aktion kehren die Spieler in die Ausgangspositionen zurück.

Erst nach einigen Durchgängen tauschen die Gruppen dann die Positionen und Aufgaben miteinander.

1 gegen 1 + 1 auf ein Tor

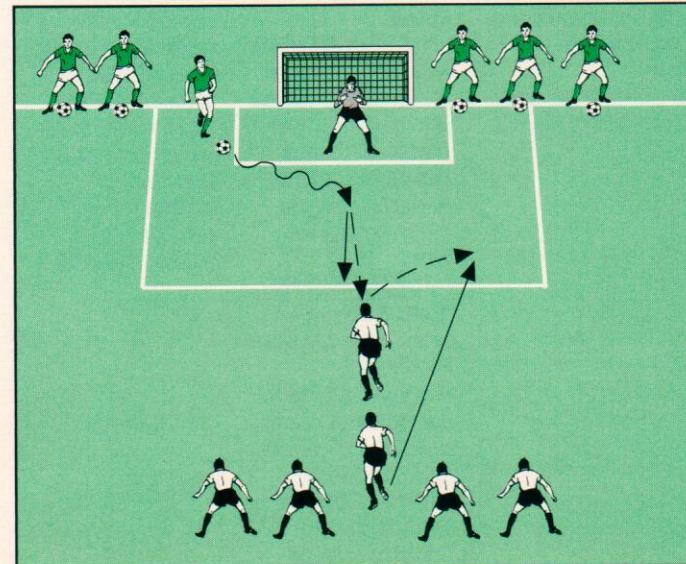
3 Vor einem Tor mit Torhüter.

- Gleiche Organisation wie bei der Übungsform zuvor.

Ablauf

Übungsablauf wie zuvor, der Angreifer wird nun aber wieder gerade in den Fuß angespielt, so daß er frontal auf den Verteidiger zdribbelt. Der nachlaufende Spieler aus der Gruppe vor dem Strafraum hilft nun dem Angreifer zum Spiel 2 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter. Nach einem Abspiel muß direkt auf das Tor geschossen werden. Ein weiteres Dribbling oder Zusammenspiel ist damit nicht erlaubt. Nach einem Torabschluß schließen sich

die Spieler zunächst wieder den ursprünglichen Gruppen an. Nach einigen Durchgängen tauschen dann die Gruppen die Aufgaben und Positionen.

1 + 1 gegen 1 auf ein Tor

S P I E L R A U M A B S C H I R M E N – P Ä S S E A B F A N G E N

1 Vor einem Tor mit Torhüter.

- 2 durchgängige Abwehrspieler vor dem Strafraum.
- 2 durchgängige Anspieler als Mittelfeldspieler mit einem Ball etwa 35 Meter vor dem Tor.
- Je 4 Spieler ohne Ball neben dem rechten bzw. linken Torpfosten.

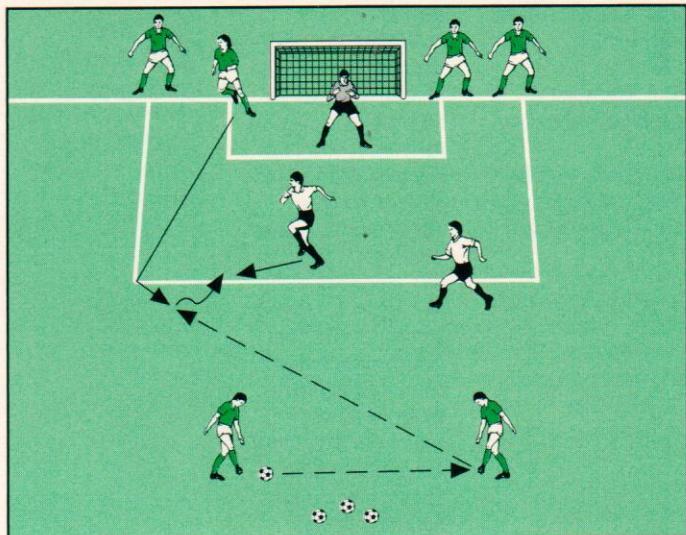
Ablauf

Im Wechsel läuft immer 1 Spieler von der Torlinie aus in das Feld vor das Tor, um sich von einem der beiden Anspieler nur flach anspielen zu lassen. Anschließend soll der Angreifer im 1 gegen 2 entschlossen zum Torschuß kommen. Die Anspieler können sich den Ball vor dem Abspiel zum Angreifer, der sich freiläuft, beliebig oft zuspielen. Die beiden Abwehrspieler versuchen, durch eine Verschiebung der

eigenen Position je nach Position des Balls ein Abspiel zu verhindern bzw. einen Paß vor dem Angreifer abzufangen.

Wenn der Angreifer dennoch in Ballbesitz kommt, versuchen die Verteidiger, dessen Torschluß zu verhindern. Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.

2 + 1 gegen 2 auf ein Tor



2 Vor einem Tor mit Torhüter.

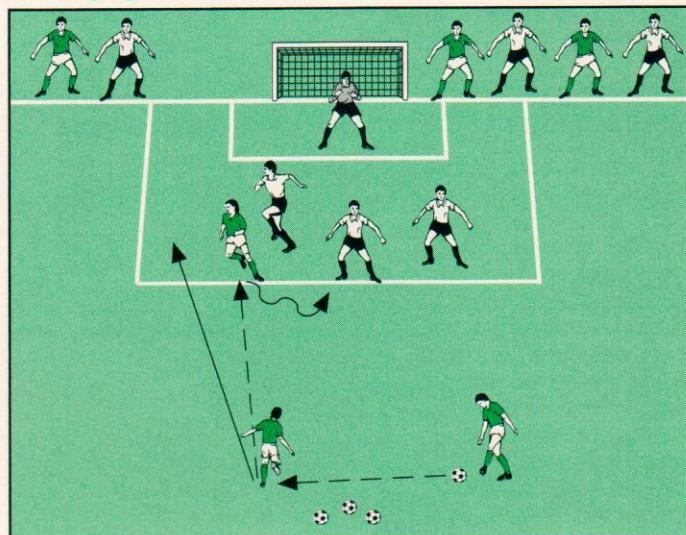
- 2 durchgängige Abwehrspieler vor dem Strafraum.
- 2 durchgängige Anspieler als Mittelfeldspieler mit einem Ball etwa 35 Meter vor dem Tor.
- Die übrigen Spieler bilden Paare zum jeweiligen 1 gegen 1 zwischen Angreifer und Verteidiger. Je 2 Paare stehen ohne Ball neben dem rechten bzw. linken Torpfosten.

Ablauf

Das erste Paar startet von der Torlinie in das Feld vor das Tor, wobei sich der Angreifer von seinem Gegenspieler löst, so daß er angespielt werden und zum Torschuß kommen kann. Die Anspieler versuchen wiederum, den Angriffsspieler aus dem Rückraum heraus ins Spiel zu bringen. Die beiden Abwehrspieler vor dem Strafraum verhindern dieses Zuspiel möglichst. Der Mittelfeldspieler, der den Paß zum An-

greifer gespielt hat, darf sich sofort mit in den Torangriff einschalten, so daß sich vor dem Tor schließlich die Situation 2 gegen 3 ergibt.

2 + 1 gegen 2 + 1 auf ein Tor



3 Vor einem Tor mit Torhüter.

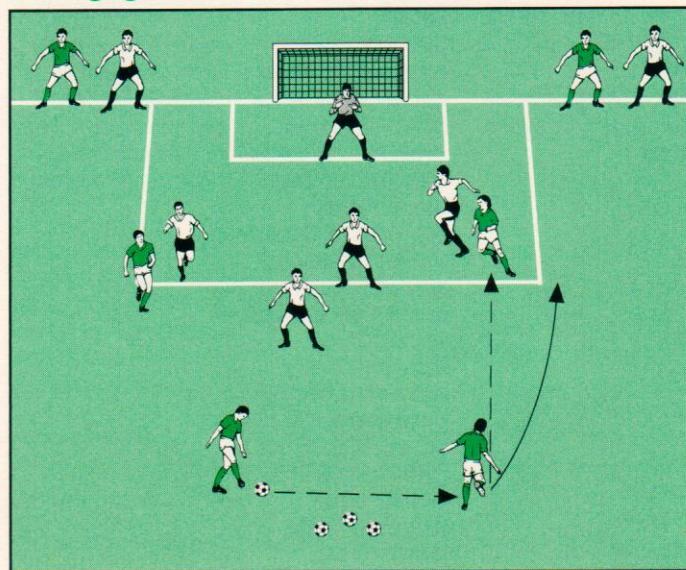
- Gleiche Organisation wie bei der Übungsform zuvor.

Ablauf

Gleicher Spielablauf wie zuvor. Nun aber laufen jeweils immer 2 Stürmer vom rechten bzw. linken Torpfosten aus in das Feld vor das Tor, wobei die Gegenspieler wie zuvor möglichst eng folgen. Die beiden Mittelfeldspieler versuchen wiederum, einen der beiden Angriffsspieler mit einem genauen Paß ins Spiel zu bringen, wobei zusätzlich auch die beiden festen Abwehrspieler am Strafraum stören. Nach einem Zuspiel darf sich der

betreffende Mittelfeldspieler wieder mit nach vorne einschalten, um mit den Angreifern zusammen möglichst schnell zum Torschuß zu kommen. Vor dem Tor ergibt sich somit die Angriffs situation 3 gegen 4.

2 + 2 gegen 2 + 2 auf ein Tor



ABWEHREN GEGEN ÜBERZAHL

1 Vor einem Tor mit Torhüter.

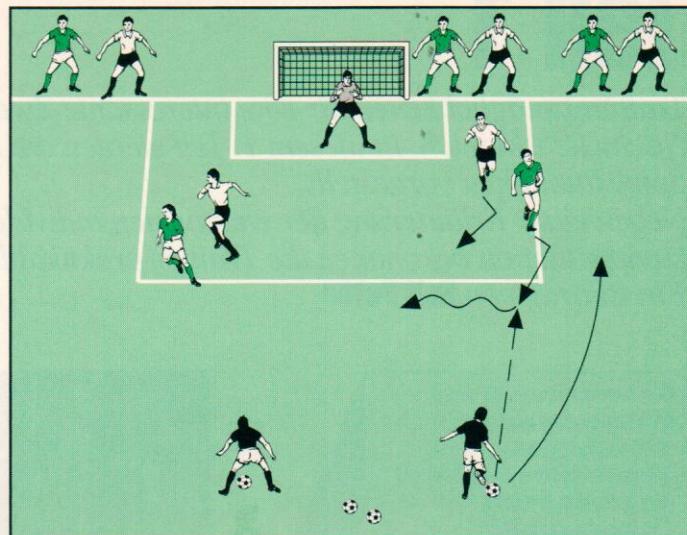
■ Die Spieler bilden 5 Paare zum jeweiligen 1 gegen 1 zwischen Angreifer und Verteidiger. Diese Paare verteilen sich beliebig an der Torauslinie.
 ■ 2 durchgängige Anspieler als Mittelfeldspieler mit einem Ball etwa 35 Meter vor dem Tor. Hier liegen auch weitere Bälle bereit.

Ablauf

Im Wechsel laufen immer gleichzeitig 2 Angreifer mit Gegenspielern in das Feld vor das Tor, um ein Zuspiel eines Anspielers zum Abschluß auf das Tor zu fordern.
 Bei einem Ballgewinn der Abwehrspieler: Rückpaß zum Torhüter bzw. Zuspiel auf den 2. (nicht beteiligten) Anspieler.
 Nach der Ballkontrolle des angespielten Angreifers schaltet sich der Anspieler zum 3 gegen 2 auf das Tor mit ein.

Die Anspieler werden jeweils nach einigen Durchgängen ausgetauscht. Außerdem wechseln innerhalb der Paare die Angreifer- bzw. Verteidigeraufgaben.

2 + 2 gegen 2 auf ein Tor I



2 Vor einem Tor mit Torhüter.

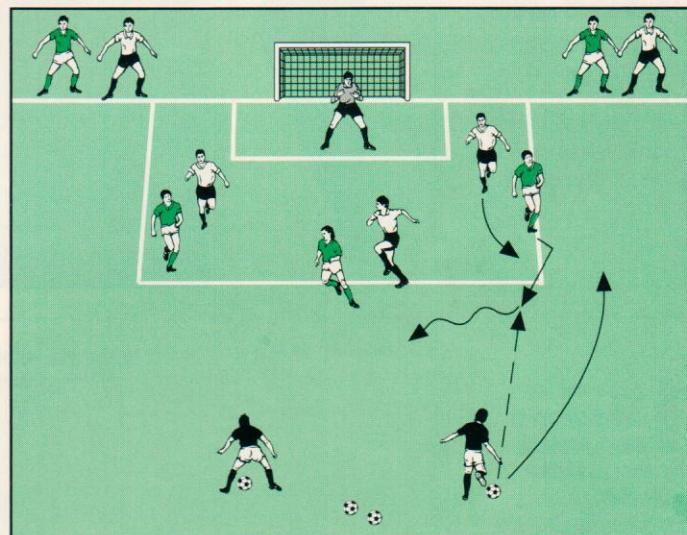
■ Gleiche Organisation wie bei der Übungsform zuvor.

Ablauf

Gleicher Ablauf wie zuvor, nun können jedoch bei jeder Aktion 1, 2 oder 3 Angriffsspieler beliebig vor das Tor laufen. Die jeweiligen Abwehrspieler folgen wiederum den Gegenspielern. Der betreffende Anspieler schaltet sich nach seinem Paß mit vor das Tor ein. Außerdem gilt nun nach einem Zuspiel auf einen Angreifer die Abseitsregel.
 Die Anspielerpositionen werden nach einigen Durchgängen jeweils

von anderen Spielern neu besetzt.
 Zudem wechseln innerhalb der Spielerpaare zwischendurch die Angreifer- bzw. Abwehr-aufgaben.

2 + 2 gegen 2 auf ein Tor II



3 Vor einem Tor mit Torhüter.

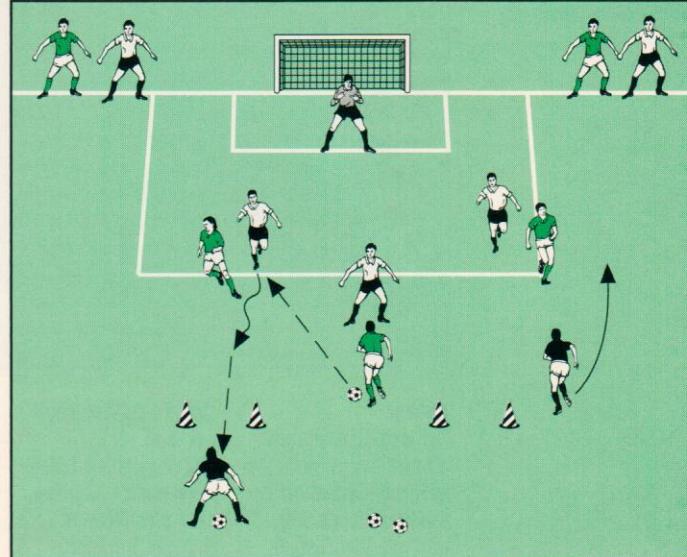
■ Gleiche Organisation wie bei den Übungsformen zuvor.
 ■ Zusätzlich sind nun etwa 35 Meter vor dem Tor in einem Abstand von 20 Metern 2 kleine Kontertore (3 Meter Breite) nebeneinander aufgebaut.

Ablauf

Gleicher Ablauf wie zuvor: Wiederum können 1, 2 oder 3 Angreifer zum einem Angriffsversuch vor das Tor laufen. Der eine Anspieler schaltet sich nach einem Paß wieder mit in den Angriff ein.
 Bei einem Ballgewinn haben die Abwehrspieler nun aber die Möglichkeit, mit einem Paß durch eines der beiden Kontertore ebenfalls Treffer zu erzielen. Der nicht beteiligte Anspieler kann diese Kontertore dabei verhindern.

Mannschaftswettbewerb: Nach 10 Durchgängen wechseln innerhalb der Paare die Angreifer- bzw. Abwehr-aufgaben. Die Treffer beim Großtor und bei den Kontertoren werden jeweils addiert.
 Welche Mannschaft weist am Ende die meisten Tore auf?

2 + 2 gegen 2 auf ein Tor III



Alle Taktik beginnt im 1 gegen 1

Teil 1

Trainingsmöglichkeiten für eine interessante Zweikampfschulung in Angriff und Verteidigung im Nachwuchsbereich. In diesem 1. Teil werden die Möglichkeiten zur Balleroberung in verschiedenen Spielsituationen vorgestellt.

Neben einer Erläuterung der wichtigsten individualtaktischen Grundsätze für die jeweiligen Zweikampfsituation bekommen die Trainer praktikable und interessante Übungsformen an die Hand.
Ein Beitrag von **Ralf Peter**

**Schwerpunkt zur Balleroberung:
Verteidigen
gegen einen frontal
angreifenden
Gegenspieler**

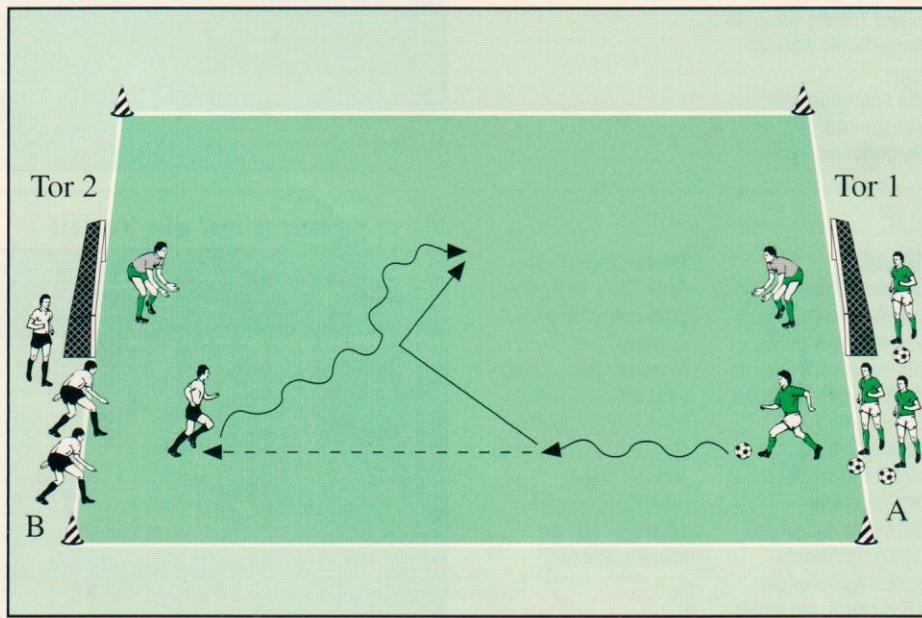
Trainingshinweise

- Möglichst gleichstarke Spieler für das 1 gegen 1 zusammenstellen!
- 1 gegen 1-Aufgaben möglichst immer mit einem Torschuß verbinden (Motivation)!



1 2 Tore mit Torhütern stehen in einem Abstand von etwa 25 Metern gegenüber.
2 gleichgroße Gruppen stellen sich jeweils neben einem Tor auf.
Von der Gruppe A hat jeder Spieler einen Ball.

Übung 1: Verteidigen gegen einen frontal angreifenden Gegner



Variationen

- Der Ballbesitzer spieler zunächst einen Flugball zum Gegenüber. Ballkontrolle eines hohen Zuspiels und anschließendes 1 gegen 1.
- Einzelwettbewerb: Wer weist nach 10 Aktionen pro Spieler die meisten Treffer auf?
- Mannschaftswettbewerb: Welche Gruppe hat nach 10 Durchgängen die meisten Tore erzielt?

Ablauf

Der erste Spieler von A dribbelt einige Meter an, paßt zum Gegenüber der anderen Gruppe und wird mit dem Zuspiel

sofort zum Verteidiger vor dem Tor 1. Der angespielte Spieler versucht als Angreifer, sich zielstrebig im 1 gegen 1 durchzu-

setzen und einen Treffer zu erzielen. Wenn A den Ball erobert, so hat er eine Kontermöglichkeit auf das andere Tor zu.

Nach einem Torabschluß ist die Aktion sofort beendet. Anschließend folgt ein Positionen- und Aufgabenwechsel.

Das 1 gegen 1 in Training und Spiel

Der Stellenwert des 1 gegen 1

Die vielzitierte Traineraussage „Wir haben heute das Spiel verloren, weil wir die meisten Zweikämpfe verloren haben!“ trifft in vielen Fällen den Kern.

Ausgeklügelte Verteidigungs- und Angriffsstrategien können nur funktionieren, wenn die individueltaktischen Grundlagen der Einzelspieler stimmen.

Diese Grundlagen müssen schwerpunktmäßig und zielgerichtet im Nachwuchsbereich erarbeitet werden.



Die Schulung des 1 gegen 1

► 1 gegen 1-Spielarten auf verschiedene, große und kleine Tore sind von Anfang an ein Baustein des Nachwuchstrainings. Denn die Nachwuchskicker haben Spaß daran, sich im Zweikampf mit einem (möglichst etwa gleichstarken) Gegenspieler zu messen!

► Erst ab den D-Junioren beginnt dann eine systematische Schulung des richtigen taktischen Zweikampfverhaltens. Der Nachwuchstrainer muß dazu nacheinander die unterschiedlichen 1 gegen 1-Situationen in Angriff und Verteidigung herausgreifen und hierzu altersangemessene sowie attraktive Trainingsformen anbieten.

► Wichtig dabei ist, daß diese einzelnen Grundsituationen des 1 gegen 1 nicht im

„Schnelldurchlauf“ hintereinander abgespielt werden. Die Nachwuchsspieler müssen Zeit bekommen, sich in den Zweikampfsituationen zurechtzufinden und eigene Ideen auszuprobieren. Der Trainer hilft außerdem mit Tips und Hinweisen. Er demonstriert dabei die wichtigsten Verhaltenselemente der jeweiligen 1 gegen 1-Situation.

Erst wenn deutliche Lernfortschritte zu erkennen sind, kommen dann neue Zweikampfsituationen und -aufgaben hinzu.

Beitragsteile

Teil 1: Balleroberung

Teil 2: Alleingang

Teil 3: Ballsicherung

Verhaltenshinweise

■ Dem Angreifer zunächst schnell entgegenlaufen, um möglichst viel „Handlungsräum“ zum eigenen Tor hin zu gewinnen.

Erst dann den Gegner stellen und verzögernd zurückweichen!

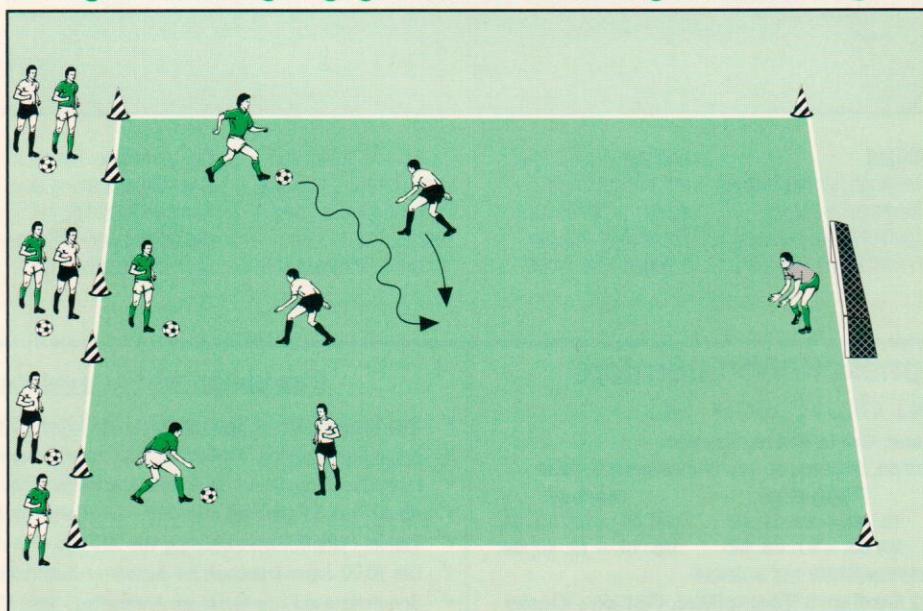
■ Dabei dem Angreifer mit einer schräg versetzten Stellung zum Tor hin die unge-

fährlichere Durchbruchseite (nach außen) anbieten!
Niemals frontal angreifen!

■ Wenn er sich den Ball dann zur angebotenen Seite hin vorlegt: Aus der gleichen Laufrichtung wie der Gegner den Ball entschlossen angreifen – den Gegner „ablaufen“!

■ Mit Abwehrfinten den Stürmer zu einer Reaktion provozieren!

Übung 2: Verteidigen gegen einen frontal angreifenden Gegner



Variationen

■ Nach jedem Durchgang wechseln innerhalb der Paare die Angreifer- bzw. Verteidigeraufgaben.

■ Verbreiterung der Kontertore: Nach einer Balleroberung muß der Verteidiger die Linie des Kontertors überdribbeln.

■ Einzelwettbewerb: Wer weist nach 10 Aktionen pro Spieler die meisten Tore auf?

Ablauf

Der Angreifer des ersten Paars startet im 1 gegen 1 auf das große Tor mit Torhüter, um im Alleingang zielstrebig

zum Torabschluß zu kommen. Nach einer Balleroberung hat der Verteidiger eine Kontermöglichkeit auf das kleine Tor. Bei

einem Torabschluß ist die Aktion sofort beendet. Anschließend wechselt das Paar jeweils eine Position nach rechts und wartet hinter

dem dortigen Kleintor bis zur nächsten 1 gegen 1-Aktion.

**Schwerpunkt zur Balleroberung:
Angreifer am Ball mit dem Rücken zum Tor**

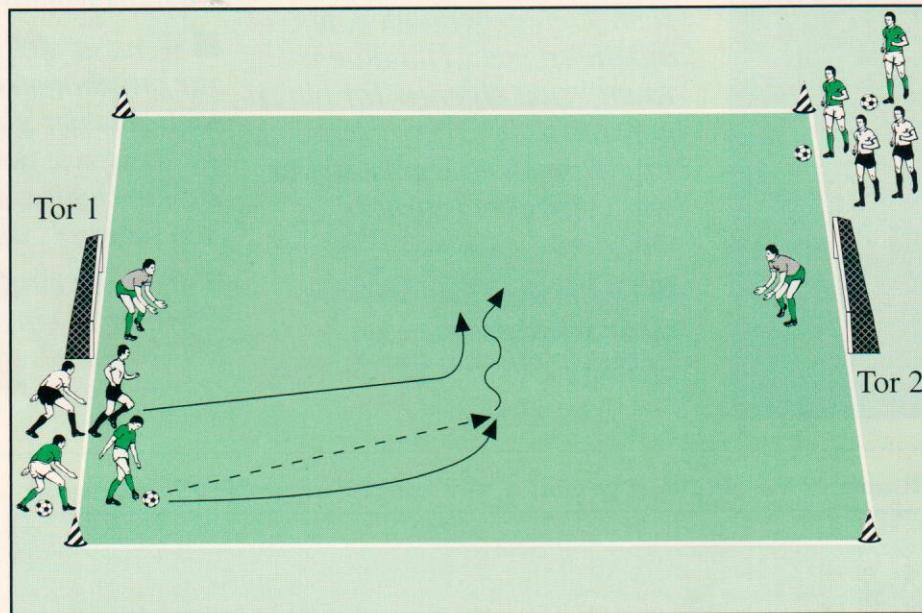
Trainingshinweise

- Jede Zweikampfaufgabe sollte nicht länger als 10 bis 15 Sekunden dauern!
- Der Trainingsbaustein „Zweikampfschulung“ sollte sich möglichst immer direkt an das Aufwärmprogramm anschließen!



Übung 1: Angreifer am Ball mit dem Rücken zum Tor

1 2 Tore mit Torhütern in einem Abstand von etwa 25 Metern gegenüber. Der Trainer teilt die Spieler in Paare zum jeweiligen 1 gegen 1 ein. Die Spielerpaare stellen sich gleichmäßig verteilt neben den beiden Toren auf. Die jeweiligen Angreifer haben jeweils einen Ball.



Variationen

- Keine Kontermöglichkeit für die Verteidiger, sondern nach einer Balleroberung ist die Aktion sofort beendet. Die Aktionen laufen gleichzeitig vor beiden Toren ab.
- Der Angreifer dribbelt mit dem Gegenspieler im Rücken in das Spielfeld.

Ablauf

Der Angreifer des ersten Paares neben Tor 1 spielt den Ball mit dem 1. Kontakt vor das Tor

und startet zusammen mit seinem Gegenspieler dem Paß nach. Es schließt sich ein 1 gegen 1 an, wobei

sich der Angreifer aus dem Zweikampf heraus in Richtung des Tores 1 drehen und dort zum Abschluß kommen soll.

Der Verteidiger hat nach einer Balleroberung eine Kontermöglichkeit auf das andere Tor. Aktionsende bei Torabschluß.

Die nächste 1 gegen 1-Aktion startet dann vom gegenüberliegenden Tor aus.

Internationale Fußballturniere

Copa de Roses '96

in Roses, Costa Brava, Spanien

für Aktive, Alte Herren, Damen, A- bis D-Junioren u. FZM

Ostern

30. 03. - 06. 04. 96

Pfingsten

06. 04. - 13. 04. 96

Herbst

28. 09. - 05. 10. 96

Trainingslager auf Anfrage

25. 05. - 01. 06. 96

05. 10. - 12. 10. 96

Supersportzentrum, 2 Stadien, 3 Rasenplätze, Flutlicht, Kioske
sehr gute *** u. **Hotels sowie Hostals der Spitzenklasse
fast alle mit Schwimmbad, Frühstücksbuffet u. Menuewahl
Fordern Sie unsere Ausschreibungen an, Sie werden überrascht sein!

Kontaktadresse im deutschsprachigen Raum

Internacional Roses Esportiva

D-69126 Heidelberg, Bothestraße 47

Tel.: 0 62 21 - 38 25 77 * Fax: 0 62 21 - 38 06 61

Das bieten wir: (und vieles mehr!!!)

- ✓ Drei Rasenplätze im Sportzentrum mit Flutlicht, 2 vollklimat. Super-Hallen
- ✓ Keine Stornokosten, Startgelder oder sonstige versteckte "Gebühren"
- ✓ Deutsche Turnierleiter, qualifizierte Schiedsrichter nur mit SR-Ausweis
- ✓ Ab 48 Pers 3 Freiplätze oder 900,- DM Fahrzuschuß, Pokale für alle Msch.
- ✓ Turnier-Haftpflichtversicherung von 200 Mio. Peseten (ca. 2,6 Mio. DM)
- ✓ DM 10,00 Jugendzuschuß für Junioren / Juniorinnen gemäß Spielbericht
- ✓ Sportlerfeie mit Life-Musik am Anreisetag - freie Mietwagen bei Notfällen
- ✓ Turnierbesprechung am Sonntagmorgen mit katalanischem Sektfrühstück
- ✓ Eröffnungsfeier mit Rahmenprogramm - gute Freizeitgestaltung vor Ort
- ✓ Bürgermeisterempfang im Rathaus Roses mit Gastgeschenk der Stadt
- ✓ Farbprospekt der Sportanlagen und eine begrenzte Anzahl Turnier-Videos

Kosten (ohne Fahrt) DM 308,- für Erwachsene, DM 208,- für Busfahrer und Kinder von 5 - 8 Jahre, Kinder unter 5 Jahre sind beim Turnier frei



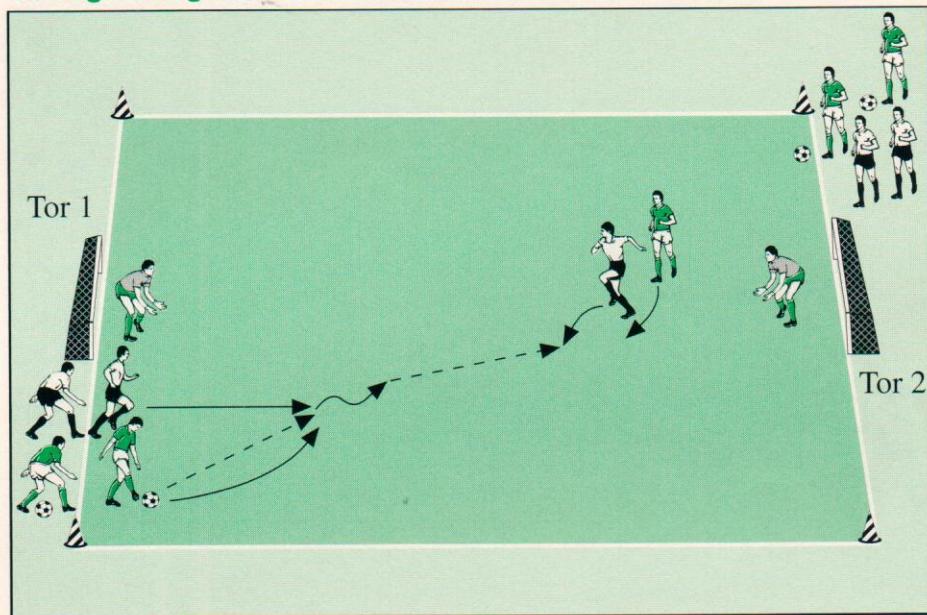
Verhaltenshinweise

- Eng am Gegner bleiben, einen Körperkontakt jedoch vermeiden!
- Dem Angreifer so eng folgen, daß dieser sich nicht frontal zum Verteidiger hindehen kann, ohne einen Ballverlust zu riskieren!
- Nur auf den Ball achten, nicht auf Körpertäuschungen des Gegners hereinfallen!

■ Im Rücken des Angreifers abwarten, bis sich dieser zum Durchbruch nach einer Seite hin entscheidet und den Ball damit für einen Moment freigeben muß.
Dann entschlossen den Ball angreifen!

2 2 Tore mit Torhütern stehen in einem Abstand von etwa 30 Metern gegenüber. Verschiedene Spielerpaare zum jeweiligen 1 gegen 1, die sich gleichmäßig verteilt neben den beiden Toren aufstellen. Pro Aktion sind jeweils 2 Spielerpaare beteiligt.

Übung 2: Angreifer am Ball mit dem Rücken zum Tor



Variationen

- Nach einer Ballerobierung beteiligt sich der Verteidiger mit Gegenspieler am Konter auf das andere Tor (2 gegen 2).
- Die Angreifer dribbeln jeweils mit dem Gegenspieler im Rücken in das Spielfeld vor das Tor.

Ablauf

Von Tor 1 aus startet wieder ein Angreifer die Aktion, indem er den Ball vor das Tor spielt.

Gleichzeitig stellt sich vor dem anderen Tor ein Paar auf.

Wenn der Verteidiger beim 1 gegen 1 vor Tor

1 den Ball gewinnt, so muß er den Angreifer vor Tor 2 anschlagen, der im 1 gegen 1 auf das andere Tor kontert.

Nach einem Torabschluß startet sofort die nächste Aktion mit 2 anderen Spielerpaaren. Die Paare stellen sich

nach jedem Durchgang jeweils beim anderen Tor an.

Internationale Fußballturniere 1996 des UD Salou

Aktive Mannschaften, Alte Herren, A-, B-, C-, D-, E- Jugend u. FZM

Im Rahmen der „Internationalen Amateur-Sportwochen“ laden die Stadt und die UD Salou (100 km südlich von Barcelona), Sie herzlichst ein zu einem internationalen Freundschaftsturnier in der Zeit:

Ostern

30.03. – 06.04.1996
06.04. – 13.04.1996

Pfingsten

18.05. – 26.05.1996
25.05. – 01.06.1996

Herbst

05.10. – 12.10.1996
12.10. – 19.10.1996

Strandnahe Superhotels mit Buffet direkt in Salou. Bis zu 3 Freiplätze im Hotel, Kinderermäßigung etc.

Ausführliche Turnierunterlagen, Auskünfte bzw. Anmeldung bei der

**BSR-Gesellschaft für Internationale Jugend- und Sportbegegnungen – Herrn Enrique Martinez –
Postfach 20 31 27 – 20221 Hamburg – Tel.: 0 40/4 91 31 93 – Fax: 0 40/4 91 30 11**

**Schwerpunkt zur Balleroberung:
1 gegen 1 nach einem Zuspiel**

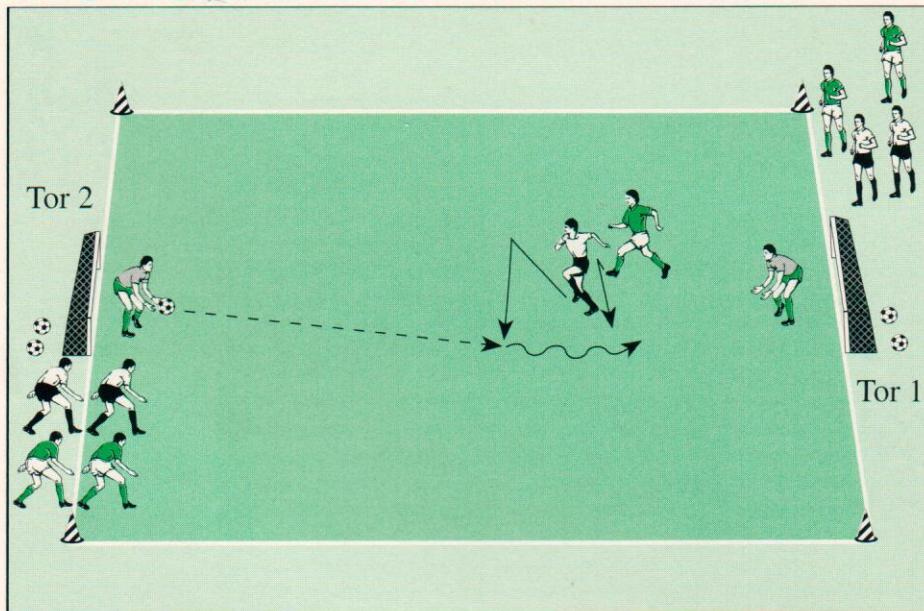
Trainingshinweise

- Auch für die Zweikampfschulung gilt der Leitsatz: „Vom Einfachen zum Schwierigen – vom Bekannten zum Unbekannten!“
- Bei zu großen Trainingsgruppen bietet sich die Aufteilung in parallel übende Kleingruppen an!



Übung 1: 1 gegen 1 nach einem Zuspiel

- 1** 2 Tore mit Torhütern stehen in einem Abstand von etwa 25 Metern gegenüber.
Der Trainer teilt die Spieler je nach Leistungsstärke in Paare zum jeweiligen 1 gegen 1 auf.
Die Spielerpaare verteilen sich zunächst gleichmäßig neben den beiden Toren.
Die Bälle liegen in den beiden Toren bereit.



Variationen

- Die Torhüter spielen die Angriffsspieler mit dem Fuß an (technische Schulung der Torwarte im Hinblick auf die Rückpaßregel).
- Die Torhüter werfen die Angreifer zum anschließenden 1 gegen 1 an (Ballkontrolle hoher und halbhoher Zuspiele).
- Torhüterwettbewerb: Welcher Torwart weist am Ende weniger Gegentreffer auf?

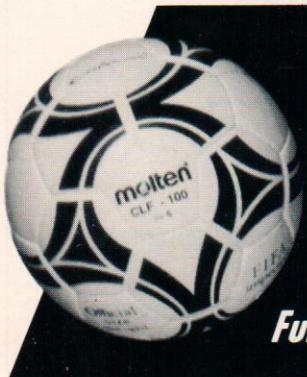
Ablauf

Vor Tor 1 steht das erste Paar zum 1 gegen 1. Der Torhüter aus Tor 2 nimmt sich einen Ball und rollt den Angreifer an, der sich von seinem Gegenspieler löst (beim Freilaufen auf Tempo-

wechsel und Richtungsänderungen achten!). Der Angreifer nimmt das Zuspiel des Torhüters in der Bewegung mit und versucht, aus dem 1 gegen 1 heraus zielsicher beim Tor 1 zum Abschluß zu kommen.

Wenn der Verteidiger den Ball gewinnt, so hat er eine Kontermöglichkeit auf das andere Tor. Nach einem Torabschluß ist die Aktion sofort beendet. Nun rollt der andere Torhüter einem Angriffs-

spieler vor dem gegenüberliegenden Tor den Ball zu. Es folgt wiederum ein 1 gegen 1 bis zum Torabschluß.



DER SPIELBALL DER INTERNATIONALEN SPITZE

1. Liga in Schweden, São Paulo u.a.

Fußball · Handball · Volleyball · Basketball

Katalog anfordern!

molten®

DER BALL-SPEZIALIST
40549 DÜSSELDORF, KREFELDER STR. 85
Tel.: 0211/507038-39, Fax: 0211/504614



Verhaltenshinweise

■ Nicht hinter dem Gegenspieler stehen, denn das versperrt den direkten Weg zum Ball!

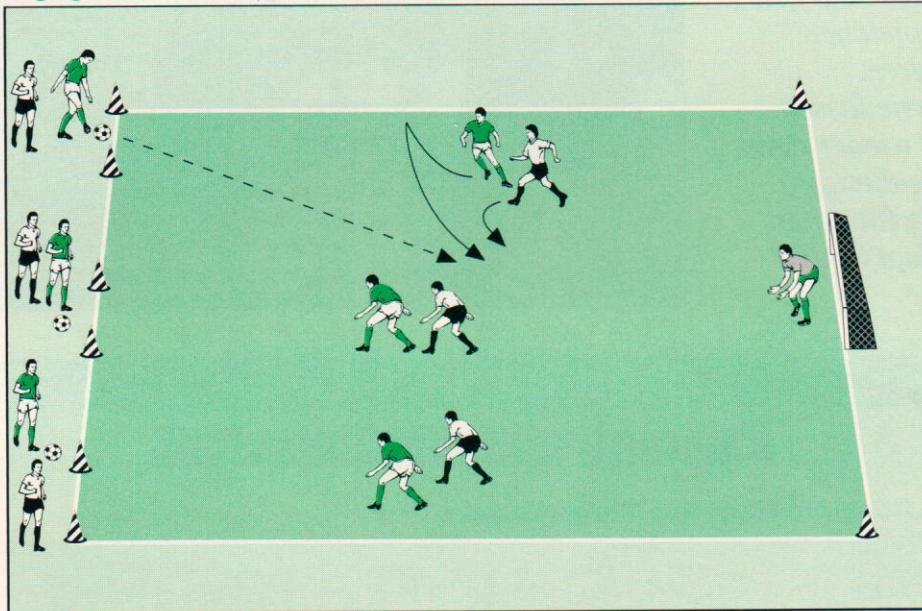
■ Deshalb: Eine Position schräg hinter dem Gegner auf der ballnahen Seite beziehen!

■ Stets den Ball und den Gegenspieler im Auge behalten! Die Spielentwicklung aufmerksam verfolgen!

■ Auf direktem Weg am Gegner vorbei dem Ball entgegenlaufen, wenn sich eine Chance zum Abfangen des Zuspiels bietet!

1 gegen 1 nach einem Zuspiel

2 Etwa 30 Meter vor einem Tor mit Torhüter stehen 3 kleine Tore (Hütchen oder Stangen) nebeneinander. Die Spieler teilen sich in Paare zum jeweiligen 1 gegen 1 auf. Dabei stellen sich 3 Paare zwischen einem der Kleintore und dem Großtor auf. Die übrigen Paare verteilen sich gleichmäßig hinter die kleinen Tore.



Variationen

■ Die Zuspiele auf die Angriffsspieler erfolgen halbhoch, so daß die Ballkontrolle schwieriger wird (möglicherweise auch als Einwurf).

■ Die Kontertore werden verbreitert: Die Verteidiger müssen bei einem Gegenangriff die Linien dieser Tore überdribbeln.

■ Mannschaftswettbewerb: Die Spieler welcher Gruppe weisen am Ende der Durchgänge die meisten Tore auf?

Ablauf

Von den Paaren hinter den Kleintoren hat jeweils ein Spieler als Angreifer einen Ball. Einer dieser Ballbesitzer paßt seinem Mitspieler zu, der sich vor dem Tor von seinem Gegen-

spieler löst und anschließend im 1 gegen 1 zum Abschluß kommt. Wenn der Verteidiger bei diesem 1 gegen 1 den Ball gewinnt, so kontert er auf das kleine Tor.

Nach Ende jeder Aktion wechseln die Paare vor dem Großtor jeweils eine Position nach rechts, so daß die einzelnen Angriffe aus verschiedenen Richtungen erfolgen. Außerdem tauschen die Spieler

innerhalb der Paare die Verteidiger- bzw. Angreiferaufgaben. Schließlich wechseln sich die Paare hinsichtlich der Positionen vor dem Tor bzw. hinter den Kleintoren ab.

Saisonabschlußfahrt oder Trainingslager

Als Ausflug: Kegeln, Schießen, Weinprobe, Grillparty, Sachgeschenk, Tanz u.v.mehr.
Vollpension: ab DM 75,-

Als Trainingslager: 6 Rasenplätze, 1 Aschenplatz, 3 Sporthallen.
Vollpension: ab DM 45,-

Auf in den Teutoburger Wald!

Hotel Tirol, Badstr. 2
32361 Pr. Oldendorf

Tel.: 0 57 42/29 34, Fax: 0 57 42/64 82

Trainingslager Jugendgruppenreisen

Frankreich Atlantikküste:

Ostern und Pfingsten:
9 Tage ab DM 499,-

Sommerferien: 14 Tage ab DM 749,-
incl. Busfahrt u. HP, Unterbr. in Studios.
Weitere Angebote in Spanien, Frankreich,
Italien, Griechenland auf Anfrage.

Voyage Reiseorganisation GmbH
Warburger Str. 88, 33098 Paderborn
Tel.: 0 52 51/6 59 34, Fax: 0 52 51/6 62 11

Redaktionshinweis:

Der Beitrag wird in den nächsten Ausgaben von „fußballtraining“ mit weiteren Zweikampf-Schwerpunkten fortgesetzt!

Calle Del'Haye veranstaltet

Fußballturniere für

Amateur-, Damen-, Herren-, Jugend-, BSG- und Freizeitmannschaften

Info: 52080 Aachen, Blumenstr. 9
Tel. 0 24 05 / 9 56 57, Fax 9 15 05



Kleine Trainingsformen mit großer Wirkung Teil 2

Anregungen für eine interessante und lernintensive Trainingsgestaltung im höheren Jugendbereich.
Ein Beitrag von **Norbert Vieth**

Mit Spiel- und Übungsformen in kleinen Trainingsgruppen lassen sich die besten Lernfortschritte erzielen!

Vor allem im Kinder- und Jugendbereich müssen deshalb diese Trainingsformen gegenüber „Trainingsspielchen“ eindeutig dominieren.

Mit etwas Phantasie lassen sich dabei immer wieder neue, lernintensive Aufgaben zur Schulung der verschiedenen technisch-taktischen Grundlagen herstellen.

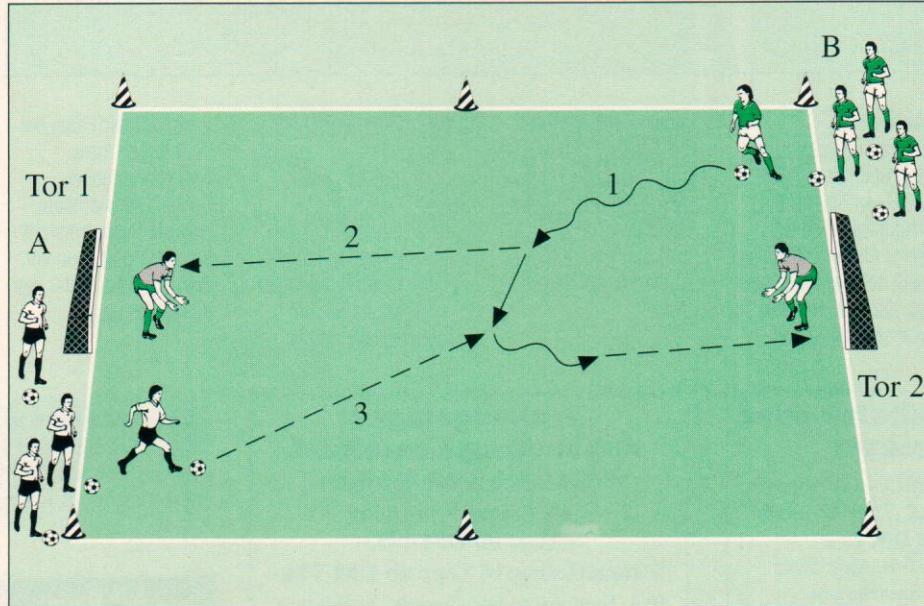


FOTO: MINIKUS

SCHWERPUNKT Ballkontrolle und Torschuß

„Doppelaktion“ des Torschützen I

1 2 Tore mit Torhütern stehen in einem Abstand von etwa 35 Metern gegenüber. Die Spieler haben je einen Ball und teilen sich in 2 Gruppen auf, die sich jeweils neben einem der beiden Tore aufstellen. Als Orientierungshilfe ist die Mittellinie zwischen beiden Toren mit Hütchen markiert.



Ablauf

Der erste Spieler der Gruppe B dribbelt in höchstem Tempo bis etwa auf Höhe der

Mittellinie und schießt dann möglichst plaziert auf das Tor 1. Gleichzeitig dribbelt der erste Spieler von A in

gemäßigtem Tempo von der Torauslinie los und wartet auf die Torschußaktion seines Gegenübers.

Sobald dieser abgeschlossen hat, paßt A flach auf B. B nimmt das Zuspiel kurz in Richtung des

Variationen

■ A paßt den Ball so dosiert in den Lauf von B, daß dieser direkt auf das Tor 2 schießen kann.

■ Die Spieler der Gruppe A stellen sich etwas weiter ins Feld. Nach Torschuß von B spielen sie B mit einem regelgerechten Einwurf an. B nimmt das hohe Zuspiel mit und schießt auf das andere Tor.

Fr. 23:00 u. So. 21:50 im *DSF*.

MITTENDRIN statt nur dabei.



HATTRICK. Das große Fußball-Magazin.
Alles über Tore, Tricks & Trainer, Profis, Stars
und Prominente. Die Bundesliga komplett.
Im Deutschen SportFernsehen.

DSF

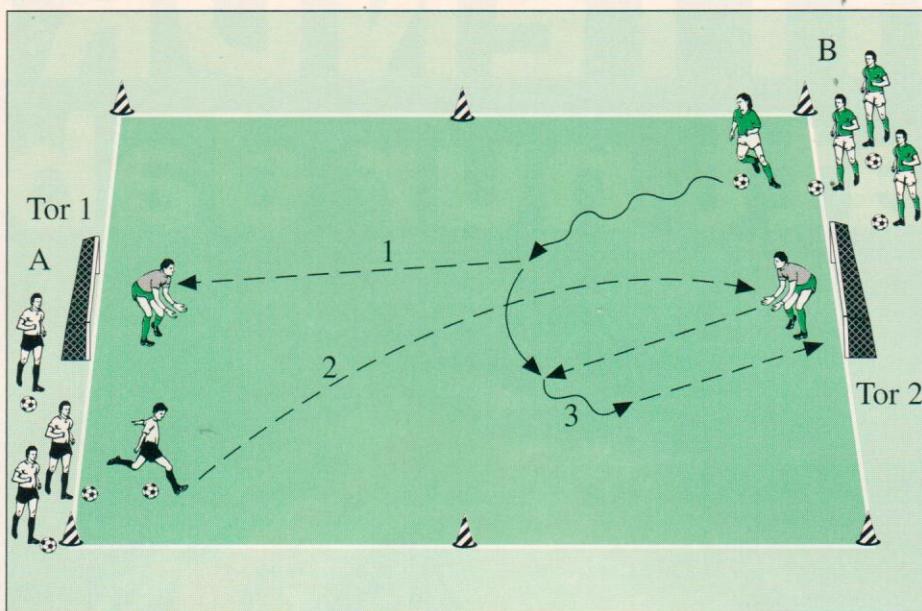
SCHWERPUNKT

Ballkontrolle und Torschuß

2 Gleiche Übungsorganisation wie zuvor.

Die Spieler kehren wiederum nach jeder Aktion zunächst zu den Ausgangspositionen zurück. Erst nach einigen Aktionen tauschen die beiden Gruppen dann die Positionen und Aufgaben.

„Doppelaktion“ des Torschützen II



Ablauf

Der erste Spieler der Gruppe B dribbelt wiederum in höchstem Tempo los, schießt ab der Mittellinie auf das Tor 1 und dreht sich

anschließend sofort in Richtung des Tores 2. In dieser Zeit spielt der erste Spieler von A einen langen Flugball auf den Torhüter in Tor 2.

Der Torhüter fängt das hohe Zuspiel ab und rollt anschließend den Ball in den Lauf von B, der entgegenkommt. B kontrolliert das Zuspiel kurz und schließt

dann mit einem Torschuß auf das Tor 2 die Aktion ab.

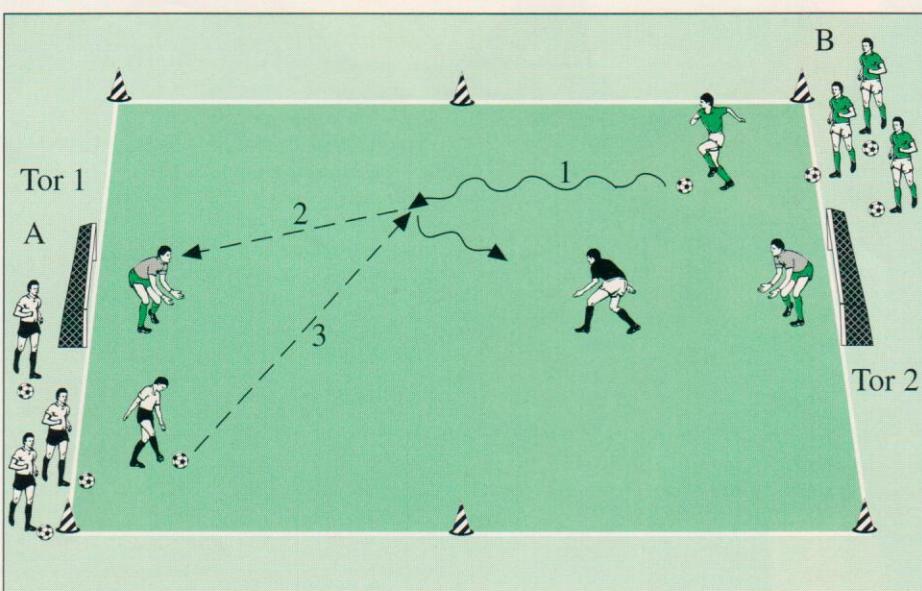
Variationen

- B schießt den zu gerollten Ball direkt auf das Tor 2.
- Der Torhüter wirft den 2. Ball hoch zu B, der das Zuspiel zunächst kontrolliert und dann beim Tor 2 abschließt.
- Der Torhüter in Tor 2 nimmt das hohe Zuspiel wie ein Feldspieler an und spielt dann zum entgegenkommenden B (Schulung der Torhüter im Hinblick auf die Rückpaßregel).
- B nimmt das Zuspiel des Torhüters nochmals in Gegenrichtung zum Tor 1 hin mit und schießt auch den 2. Ball auf dieses Tor (Ziel: Reaktionsschulung für den Torhüter in diesem Tor).

3 Gleiche Übungsorganisation wie zuvor.

Außerdem stellt sich nun ein weiterer Spieler als Verteidiger vor das Tor 2.

„Doppelaktion“ des Torschützen III



Ablauf

Der erste Spieler der Gruppe B schließt zunächst wiederum nach einem Dribbling bis zur Mittellinie mit einem plazierten Torschuß bei Tor 1 ab.

Anschließend wird er vom ersten Spieler der Gruppe A flach in den Fuß angespielt. B nimmt das Zuspiel sicher an und mit und dribbelt anschließend auf den Verteidiger vor dem an-

deren Tor zu. B soll sich im 1 gegen 1 durchsetzen und zum Torschuß auf das Tor 2 kommen. Die beiden Spieler stellen sich zunächst wieder bei den ur-

sprünglichen Gruppen an, erst nach einigen Aktionen tauschen die Spieler der Aufgaben und Positionen.

Variationen

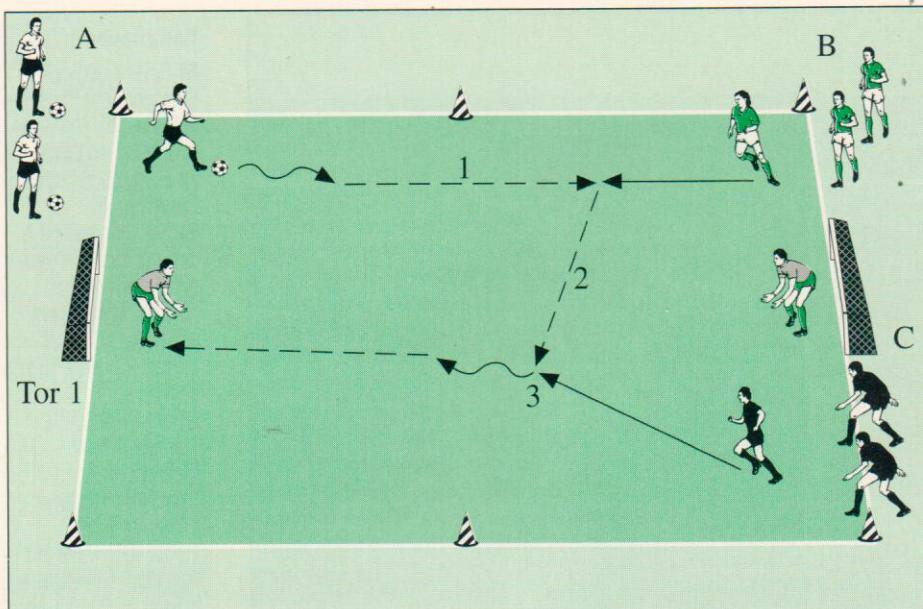
- Gruppenwettbewerb: Welche Gruppe hat nach 5 „Doppelaktionen“ pro Spieler am Ende die meisten Treffer erzielt? Der Verteidiger wird jeweils von der anderen Gruppe gestellt.
- Vor dem Tor 2 stellen sich jeweils 2 Spieler auf, so daß der Angreifer jeweils aus der schwierigen Situation 1 gegen 2 zum Torabschluß kommen muß.
- Der Spieler der Gruppe A kann sich nach seinem Zuspiel mit in den Angriff auf das andere Tor einschalten, so daß der Verteidiger im 2 gegen 1 ausgespielt werden kann.

SCHWERPUNKT

Zusammenspiel und Torschuß

Kombinationen zum Torschuß I

1 2 Normaltore mit Torhütern stehen in einem Abstand von etwa 35 Metern gegenüber.
Die Spieler teilen sich gleichmäßig auf 3 Gruppen auf: Die Gruppe A steht auf der Torauslinie neben Tor 1, die Spieler von B und C postieren sich rechts bzw. links auf der Torauslinie neben Tor 2. Die Spieler der Gruppe A haben jeder einen Ball.



Variationen

- Alle Zuspiele in der Kombination laufen mit höchstens 2 Ballkontakte ab.
- Die Kombination muß nur mit direkten Zuspielen ablaufen, lediglich vor dem Torschuß darf der Angreifer den Ball kurz kontrollieren.
- Auch der Torschuß muß direkt erfolgen.
- C muß den Torhüter in Tor 1 nach der Kombination im 1 gegen 1 ausspielen.

Ablauf

Der erste Spieler der Gruppe A dribbelt kurz an und paßt dann flach und scharf auf den ersten Spieler der Gruppe B, der entgegenkommt.

B kontrolliert das Zuspiel und leitet dann mit einem Querpaß in den Lauf des ersten Spielers von C weiter. C nimmt den Ball ebenfalls kurz mit und schließt die

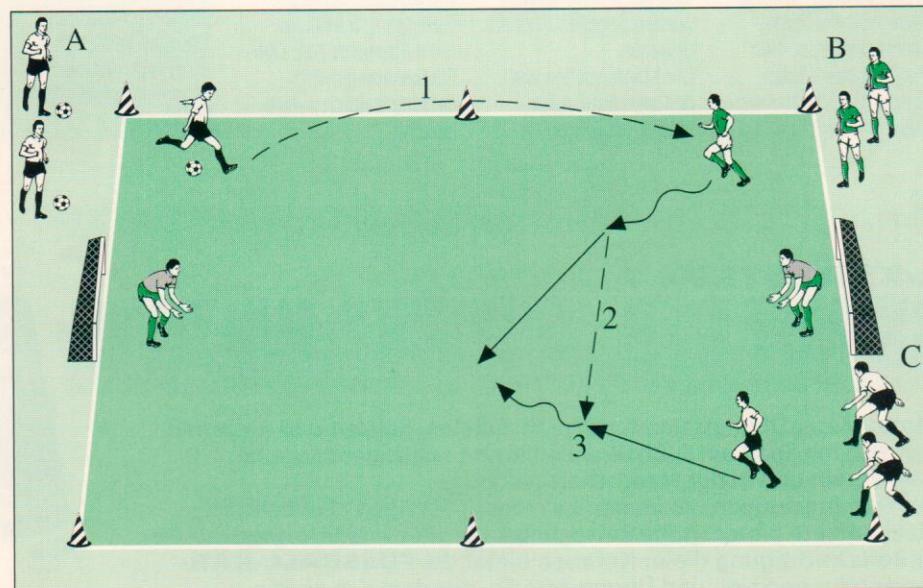
Aktion dann mit einem Torschuß auf das Tor 1 ab. Wenn der Torhüter den Ball festhalten kann, so wirft er jeweils nochmals kurz auf A ab, der dann bei einem

„Konter“ mit Torschuß auf das andere Tor startet. Nach Abschluß jeder Aktion schließen sich die Spieler jeweils bei der nächsten Gruppe an.

Die beiden Torhüter wechseln nach je 10 Aktionen die Positionen.

2 Gleiche Übungsorganisation wie zuvor.
Die Spieler schließen sich nach Abschluß jeder Aktion wieder bei der nächsten Gruppe an.

Kombinationen zum Torschuß II



Variationen

- B dribbelt nach der Kontrolle des Zuspiels von A diagonal nach innen. Anschließend paßt er in die Bewegung des hinterlaufenden C, der direkt auf das Tor schießt.
- Gleicher Ablauf, aber B legt rechtzeitig mit der Sohle zurück auf C, der sich in seinem Rücken freiläuft.
- Auch Spieler A attackiert zusammen mit B den Ballbesitzer C, der sich somit im 1 gegen 2 bis zum Torabschluß durchsetzen muß.
- Nun spielen B und C zusammen gegen A auf das Tor 1. A hat nach einer Balleroberung eine Kontermöglichkeit.

Ablauf

Der erste Spieler der Gruppe A spielt einen weiten Flugball auf den ersten Spieler von B. Dieser kontrolliert das hohe Zuspiel und legt anschließend quer auf

den ersten Spieler der 3. Gruppe C. Mit dem Zuspiel setzt B nun jedoch sofort nach und versucht, den Torschuß von C noch zu verhindern. C soll einen Zweikampf möglichst

vermeiden und zielsicher zum Abschluß kommen. Wenn der Torhüter den Ball halten kann, so bringt er sofort B ins Spiel, der eine Kontermöglichkeit auf das an-

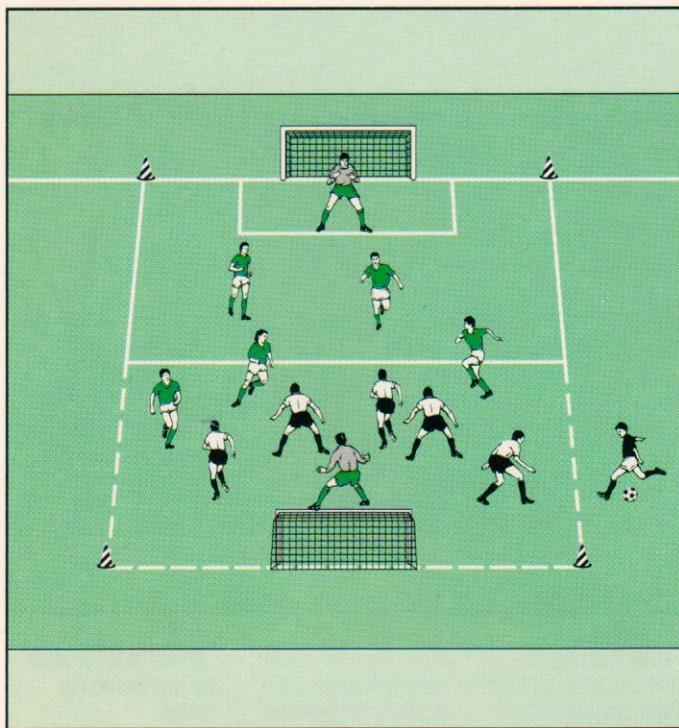
dere Tor mit Torhüter hat. Danach ist die Aktion sofort beendet.

SCHWERPUNKT

Kopfball

5 gegen 5 + 1 „Flankengeber“

1 2 Tore mit Torhütern stehen in einem Abstand von etwa 40 Metern gegenüber.
Die Spieler werden in 2 Mannschaften zu je 5 Spielern aufgeteilt.
Außerdem stellt sich an einer Seitenlinie ein weiterer „neutraler“ Spieler als „Flankengeber“ auf.



Ablauf

5 gegen 5 von Tor zu Tor. Die Mannschaften versuchen, aus dem Zusammenspiel heraus Treffer zu erzielen. Dabei können beide Teams den „neutralen“ Flankengeber in das eigene Angriffsspiel einbeziehen, der hinter der

Außenlinie nicht attackiert werden darf. „Normale“ Treffer aus dem Spiel heraus zählen 1fach, Tore nach Vorlage des Flankengebers werden dagegen doppelt gewertet. Die Mannschaften werden also dazu aufgefordert, möglichst oft

über die Außenposition zu spielen, es kommt somit zu vielen Kopfballsituationen vor den Toren. Die Spielzeit sollte pro Durchgang 5 Minuten nicht überschreiten. Der Flankenspieler wird zwischenzeitlich ausgetauscht.

Variationen

- Spiel 4 gegen 4/ 6 gegen 6 mit Flankengeber, wobei die Spielfeldgröße möglicherweise etwas angepaßt werden muß.
- Nur Mannschaft A darf mit dem Flankengeber zusammenspielen, wobei unterschiedliche Torwertungen für beide Teams gelten.

Mannschaft B: Alle Treffer = 2 Tore.
Mannschaft A: „Normale“ Treffer = 1 Tor.
Treffer nach einer Vorlage des Flankengebers: 2 Tore.

Welche Mannschaft weist nach 5 Minuten die meisten Tore auf?
Beim 2. Durchgang können dann die Aufgaben/Torwertungen getauscht werden.

- Beide Mannschaften dürfen nun Tore nur nach Vorlage des Flankengebers Tore erzielen. Allerdings müssen zunächst 5 ununterbrochene Zuspiele innerhalb der

Mannschaft erfolgt sein, bevor der AußenSpieler mit in das Spiel einzogen werden kann.
Nach einer Ballerobierung im Feld/nach einer Kopfballsituation vor dem eigenen Tor liegt somit der Schwerpunkt zunächst auf der Ball-sicherung.

FUSSBALL-KARTOTHEK 7 SCHLUSS MIT DER „O BOCK“-HALTUNG

Denn das große Motto dieser Übungssammlung heißt: **Spielen, Spielen und nochmals Spielen**. Eins ist klar: Nur mit Spaß am Fußballspielen lassen sich Jugendliche im „kritischen Alter“ im Verein und in der Mannschaft halten.

Wählen Sie deshalb Trainingsformen, die immer auch dem „richtigen“ Fußballspiel ähneln, die viele Ballkontakte bieten, hohe Bewegungsintensität und Erfolgsergebnisse garantieren. Unter Berücksichtigung dieser Kriterien bietet die **FUSSBALL-KARTOTHEK 7** einen Fundus an Spiel- und Übungsformen, aus dem sich viele attraktive Trainingseinheiten für B- und A-Junioren zusammenstellen lassen.

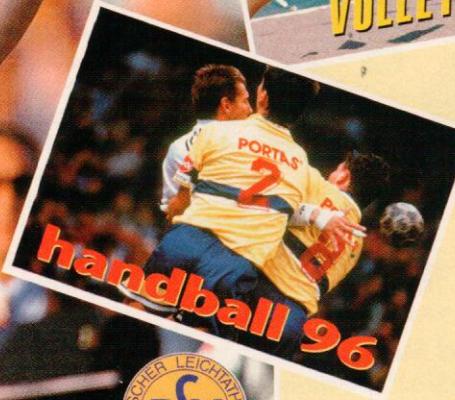
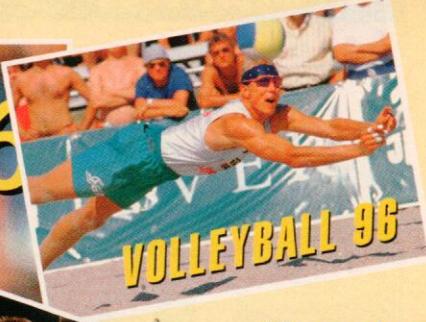
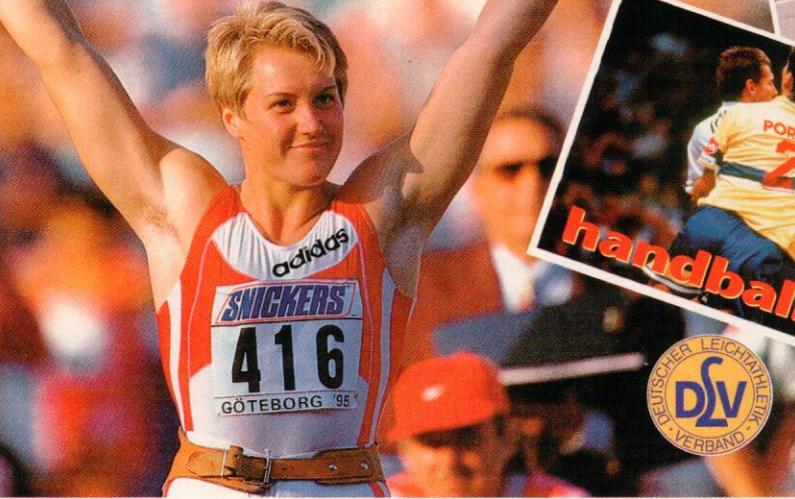
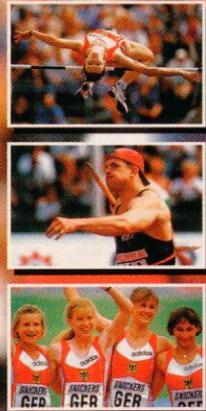
Und so ist die Kartothek inhaltlich gegliedert:

- Technik-Intensivschulung,
- Stationentraining,
- Schnelligkeitsschulung,
- Kraftschulung,
- Gruppen- und Mannschaftstaktik,
- Torwartschulung,
- Ausdauerschulung,
- Stretching.



Fußball-Kartothek 7
**Nachwuchsschule:
B- und A-Junioren**
89 Doppelkarten mit
Beifehlt und Karteikarten
DM 34,80

Leichtathletik '96



Höhepunkte der Saison – festgehalten in drei attraktiven Sportkalendern

Volleyball '96,
Handball '96

1 Ex. DM	23,80
3 Ex. DM	66,00
5 Ex. DM	99,00
10 Ex. DM	189,00
20 Ex. DM	349,00
50 Ex. DM	789,00

GESCHENKE VON SPORTLERN FÜR SPORTLER



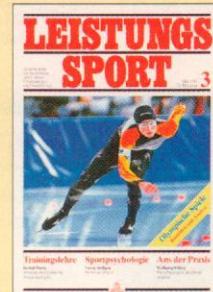
Aktuelle Tips zur Trainingsgestaltung für Trainer, Übungsleiter und Sportlehrer. 12 Ausgaben pro Jahr DM 69,60 (Ausl.: DM 76,80)



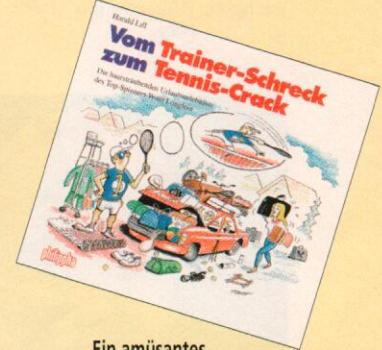
Praktische Anregungen für das Training mit verschiedenen Alters- und Leistungsstufen. 12 Ausgaben pro Jahr DM 69,00 (Ausl.: DM 76,20)



DLV-Rahmentrainingspläne in der Praxis: Tips zur Umsetzung mit Schwerpunkt Grundlagentraining. 12 Ausgaben pro Jahr DM 66,- (Ausl.: DM 72,-)



Neueste Erkenntnisse aus der Sportwissenschaft für die Sportpraxis (herausgegeben vom DSB). 6 Ausgaben pro Jahr DM 60,- (Ausl.: DM 66,-)



Ein amüsantes Lesevergnügen für Tennissarren. 19 heitere Episoden um „Wolli Longlein“ und seinen Tenniskurs. 106 Seiten DM 24,00

Coupon (oder Kopie) einsenden an den Philippka-Verlag, Postfach 6540, 48034 Münster, Telefon 0251/230050, Fax 230059.

Ich bestelle hiermit die links angekreuzte Zeitschrift ab Heft 1/96

bis auf Widerruf, mind. 1 Jahr für ein Jahr (befristet) als Geschenk-Abo für

Leistungssport

Name des Beschenkten _____

leichtathletiktraining

Straße _____

fußballtraining

PLZ/Ort _____

handballtraining

● Den Beschenkten

- informiere ich per Geschenk-Gutschein, den Sie mir zusenden.
- informieren Sie bitte direkt

Besteller

Name _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

● Gewünschte Zahlungsweise:

Buchen Sie den Rechnungsbetrag ab von meinem / vom*

Konto-Nr.: _____ BLZ: _____

bei (Bank): _____

* Konto-Inhaber bin nicht ich, sondern:

Verrechnungsscheck anbei

Ich zahle sogleich nach Rechnungerhalt

Datum _____ Unterschrift _____

Aus Ihrem Buch- und Kalenderangebot bestelle ich

Exemplare
Handball '96

Exemplare
Volleyball '96

Exemplare
Leichtathletik '96

Exemplare
Vom Trainer-Schreck zum Tennis-Crack

Einweisungskabonement

Ich weiß, daß ich diese Abonnement-Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Philippka-Verlag, Postf. 6540, 48034 Münster, schriftlich widerrufen kann, und bestätige dies mit meiner 2. Unterschrift.

2. Unterschrift _____

Buch-/Kalenderbestellung

News



Bund Deutscher Fußball-Lehrer

Otto-Fleck-Schneise 12, 60528 Frankfurt
Telefon 069/679636 Fax: 679647

Internationaler Trainer-Kongress 1996

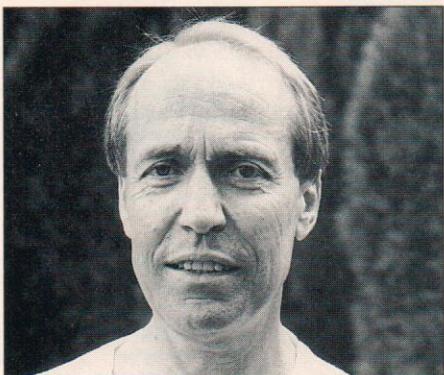
Da im Juni des kommenden Jahres (8.6. bis 30.6.1996) die Europameisterschaften in England stattfinden, wurde der Termin des Internationalen Trainer-Kongresses auf den **22.7. bis 27.7.1996 (zweigeteilter Lehrgang)** festgelegt.

Die offizielle Ausschreibung erfolgt in der nächsten Ausgabe des BDFL-Journals Nr. 11 im März 1996.

AUFNAHMEANTRÄGE

Name, Vorname	Straße	PLZ/Wohnort
Becker, Jochen	Cormeniusstr. 26	60389 Frankfurt
Braun, Michael	Am Herrenweg 11	76863 Herxheim
De Mos, Aad	Hillmannplatz 20	28195 Bremen
Eckschlager, Max	Zietenstr. 6	80877 München
Eibelshäuser, Torsten	Am Hochstädter Rain 8	63477 Maintal
Fascher, Marco	Martin-Luther-Str. 16a	20459 Hamburg
Fazlic, Husnija	Raumerstr. 37	10437 Berlin
Graf, Reinhard	Hauptstr. 10	84184 Tiefenbach-Ast
Hansen, Helmut	Siebengebirgsallee 16	50939 Köln
Lippert, Bernhard	Brückenstraße 15	63877 Sialauf
Lübbeshusen, Andreas	Vechtaerstr. 117	49424 Lutten
Mager, Reinhard	Am Pichelsee 53	13595 Berlin
Mergens, Christian	Auf Feiser 28	54292 Trier
Mohr, Jürgen	Bergstr. 2	54318 Mertesdorf
Möldgen, Bernd	Am Obstgarten 18	50170 Kerpen
Plag, Walter	Oberheckerweg 55	56112 Lahenstein
Rompel, Dietmar	Siegenerstr. 67	65936 Frankfurt
Sander, Denny	Aurikelweg 4a	509259 Pulheim
Schäfer, Claus	Brandesgasse 28	63667 Nidda
Simnik, Uwe	Walter-von-Hohenegg-Str. 17	87474 Buchenberg
Stojanovic, Branislav	Elisabeth-von-Thadden-Str. 21	51377 Leverkusen
Stölben, Jörg	Kurfürst-Baldwin-Str. 8	54550 Daun
Ükermann, Norbert	Sölder Str. 75	44289 Dortmund
Weber, René	Johannisburgstr. 16	28779 Bremen
Weil, Jürgen	Ingolstädter Str. 240	80939 München
Wittelsberger, Heinz-Jürgen	Am Rothenbusch 5	56288 Hollnich
Wormuth, Frank	Kannbecker 2	79331 Teningen
Yuasa, Kenji	Yoyogi 5-36-5-301	Tokio, Shibuya
Zeidler, Ekkehard	Trattendorfer Str. 19	03048 Cottbus

Gemäß BDFL-Satzung unterliegen die Aufnahmeanträge einer Einspruchsfrist von vier Wochen



Trauer um Heiner Ueberle

Die BDFL-Mitglieder werden es sicherlich schon wissen: Heiner Ueberle, der langjährige Vorsitzende der Verbandsgruppe Baden-Württemberg und Pressereferent des BDFL ist tot.

Auch im Ausland wird die Trauer groß sein, denn Heiner Ueberle hat den BDFL auch in vielen Ländern als Referent in der Trainerausbildung vertreten.

fußballtraining-Autoren kennen den hauptberuflichen Gymnasiallehrer als kompetenten Fachautor.

Mit wieviel Optimismus und Lebenswillen er auch nach wenigen Wochen vor seinem Tod beseelt war, zeigt sich daran, daß wir noch zusammen eine Konzeption für eine langfristige Beitragsserie entwickeln, in der Heiner Ueberle seine langjährigen Erfahrungen aus seiner Trainertätigkeit bei vielen Vereinen aus dem Amateur-Spitzenbereich (u.a. bei Eintracht Trier, Waldhof Mannheim, SV Alsenborn, VfR Mannheim, Wormatia Worms, VfB Eppingen, SV Sandhausen) an die Leser von **fußballtraining** weitergeben wollte.

Norbert Vieth

D. und H.-D. Antritter/Heinz Lüthmann
Dehnen und Kräftigen 1
Gut und richtig dehnen



D. und H.-D. Antritter/Heinz Lüthmann
Dehnen und Kräftigen 2
Gymnastik, die stark macht



D. und H.-D. Antritter/Heinz Lüthmann
Dehnen und Kräftigen 3
Kräftigungsgymnastik mit Kleingeräten



Dehnen und Kräftigen – drei Übungssammlungen für das Training der allgemeinen Fitneß

Stretching und Kräftigungsgymnastik ohne und mit Kleingeräten sind die Themen der drei Übungssammlungen dieser Kartotheken-Reihe. Sie bieten somit Übungsmaterial, das sowohl in das Training aller Sportarten integriert als auch zum individuellen Fitneßtraining eingesetzt werden kann. Je Kartothek 89 Doppelkarten, Beiheft mit Erläuterungen zu Aufbau und Anwendungsmöglichkeiten und Karteikarten

DM 34,80

philippa

Wir rüsten Sie aus, wenn Sie sich für uns stark machen

Denn für jeden neu geworbenen „ft“-Leser, halten wir für Sie Werbeprämien bereit, die Sie für Training und Wettkampf gut gebrauchen können.

Unser Angebot umfaßt ausschließlich Qualitätsartikel, und zwar von unterschiedlichem Wert – daher gibt es ein Punkt-System: Jedes neue Jahresabo ergibt 1 Punkt; Punkte können gesammelt werden. Also, gehen Sie auf Punktjaqd!

P.S.: Wir behalten uns vor, gleichwertige Prämien zu liefern, wenn die hier aufgeführten nicht lieferbar sein sollten.



1 Punkt (Abb. rechts)

- Minitaktik Fußball, Kleinlehrtafel, DIN A4, Magnetchips.
 - Springseil „de Luxe“ .
 - All-Trainer-Gymnastikhantel
 - Fußballfachliteratur für DM 30,-
 - Auswahl von 10 Heften aus der Reihe SPORTHEK (viele Sportarten, kurz und bündig).
 - „ft“-Telefonkarte
 - Bauchmuskeltrainer mit Softgriffen.

2 Punkte (Abb. rechts)

- **hummel-Jogging-Anzug**
CLEVELAND, Baumwolle,
Größen M-XXL
 - **Schienebeinschützer**, mit
Schutz für Knöchel und
Achilles-Sehne
 - **DFB-Rucksack** (adidas)
 - **Street Soccer Fußball**
(Puma)
 - **Flag Allwetter-Jacke**
(hummel), Nylon, Gr.: M-XXL



3 Punkte (Abb. oben)

- **hummel-Jogging-Anzug**
NEW YORK, lila/grau, 100% Baumwolle, Größen M-XXL.
 - **DFB-Teambag** (adidas),
2 Seitentaschen,
Größe: 61-29-32 cm
 - **Komplette Reihe SPORTHEK**
 - **Ballpumpe**, Doppelzylinder-Ausführung, Manometer,
ca. 420 cm³.

4+5 Punkte (Abb. oben)

- **ISM-Trainermappe Fußball,**
38x29 cm, Blöcke, Tafel,
Magnete .
 - **ASICS-Viali NC**, hochwertiger
Nockenschuh (5 Punkte!).
 - **Official Coach Jacke**
(hummel), Nylon/Taslan, navy/
rot, navy/grün, Gr. M-XXL
 - **hummel-Trainingsanzug**
TORONTO, Baumwolle-Pope-
line, Größen S-XXL

Nebenstehende(n) „fußballtraining“-Neuabonnenten habe ich geworben.

Meine Kundennummer/Absender: 1.14.

Sie bestellen ab angegebenem Monat (rückwirkende Bestellungen sind möglich) für mindestens 1 Jahr bis auf Widerruf die Zeitschrift „fußballtraining“, Bezugspreis pro Jahr DM 69,60 frei Haus, im Ausland DM 76,80, für zwölf Ausgaben. Kündigungsfrist: 6 Wochen zum Jahresende. Sie waren bisher im Gegensatz zu mir nicht Abonnenten dieser Zeitschrift. Ich selbst bin und bleibe auch für mindestens weitere 12 Monate Abonnent von „ft“.

- Ich sammle Punkte. Bitte Schicken Sie mir eine Bestätigung über diese Leserwerbung.
 - Erbitte Ihr Prämien-Gesamtangebot.
 - Gewünschte Prämie(n) (bei Textilien und Schuhen gewünschte Größe angeben!)

Datum/Unterschrift: _____

Coupon bitte einsenden an Philippka-Verlag, Postfach 6540, D-48034 Münster (Absender nicht vergessen!)

1. Neuabonnent

Vorname

Name _____

Straß

PLZ, Ort

1. Unterschrift

Hinweis: Ich weiß, daß ich diese Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Philippa-Verlag, Postfach 6540, 48034 Münster, schriftlich widerrufen kann, und bestätige dies durch meine zweite Unterschrift.

2. Neuabonnent

Vorname

Name _____

Straß

PLZ, Ort

1. Unterschrift

Hinweis: Ich weiß, daß ich diese Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Philippka-Verlag, Postfach 6540, 48034 Münster, schriftlich widerrufen kann, und bestätige dies durch meine zweite Unterschrift.



Die hohe Ajax - Laufschule auf Video

Jetzt mit unterem Bestellabschnitt anfordern!

Jetzt endlich am Lager vorrätig:
VHS-Videos: Ajax-Laufschule

Die Ajax - Schule Teil 1 und 2

mit deutschem Kommentar!

Die „Ajax-Schule“ ist ein Begriff im In- und Ausland. Jedes Jahr werden mehrere Talente aus dem eigenen Nachwuchs in die Profimannschaft integriert:

Diese Filme zeigen vor allem Übungen für das Koordinations- und Schnelligkeits bzw. Lauftechnik-Training.

„Schneller am Ball zu sein, beweglicher und wendiger zu sein, als der Gegenspieler“, das sind die Ziele und Vorteile der Ajax-Profs!

Beispiele von der jüngsten Jugend bis hin zur A - Mannschaft mit u.a. Rikaard, Overmars, Blind und Litmanen.

Inhalt:

- Die fußballspezifische Lauftechnik
- Aufbau von der Jugend beginnend
- Übungsbeispiele für die Verbesserung von Technik, Kraft, Schnelligkeit und Koordination

Laufzeit pro VHS-Video: ca. 50 Min./farbig 1995

VHS - Videopaket - Teil 1 und Teil 2

Art.-Nr.: 35.600.135 DM 99,-

TEIL 1
Koordinations- und Schnelligkeitstraining
Fysische Aspekte

DIE AJAX SCHULE



DESER FILM MÄCHT DEUTSCHE WAREN AMSTERDAM SOVIEL ERFOGL MIT DER JUGENDMANNSCHAFT HAT UND WARUM DIE PROFISPIELER DAS LAUF- UND KOORDINATIONSSTRATEGIE EINEN GROßen PLATZ EIN.



TEIL 2
Koordinations- und Schnelligkeitstraining
Fysische Aspekte

DIE AJAX SCHULE



DESER FILM MÄCHT DEUTSCHE WAREN AMSTERDAM SOVIEL ERFOGL MIT DER JUGENDMANNSCHAFT HAT UND WARUM DIE PROFISPIELER DAS LAUF- UND KOORDINATIONSSTRATEGIE EINEN GROßen PLATZ EIN.



BFP-VERSAND, Anton Lindemann · Postfach 1144 · D-26761 Leer · Tel.: 0491-97 92 10 · Fax: 73130

BESTELL-COUPON

Bitte kopieren, ausschneiden und einsenden an: BFP-VERSAND · Postfach 1144 · D-26761 Leer
Alle genannten Preise incl. MwSt. und zzgl. Versandkosten · Lieferung erfolgt per Nachnahme!

Stck BFP-Gratiskatalog "Fußballtraining"

Stck Ajax-Videopaket Teil 1 und Teil 2 Art.-Nr.: 35.600.135 DM 99,-

Name:

Anschrift:

Unterschrift: