

# fußball training



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

Zeitschrift für Trainer,  
Lehrer, Übungsleiter  
und Schiedsrichter

Januar 1985  
3. Jahrgang

1



**Horst Köppel**  
**Vorbereitung**  
**auf Malta**

# Ganz schön bunt. Die Philippka-Palette.

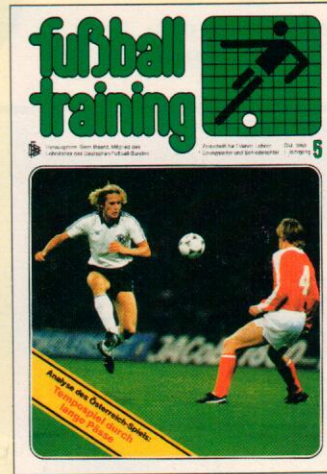
Sportzeitschriften sind unser Metier. Ganz gleich, ob es „nur“ um eher „unterhaltende“ Objekte geht wie den „deutschen Tischtennis-sport“, die „deutsche Volleyball-zeitschrift“ oder das neue „handball-magazin“, oder ob Sie Zeitschriften suchen, von denen Sie – vielleicht als Trainer, Sportlehrer oder Übungsleiter – in Ihrem Fachgebiet profitieren können: Bei uns sind Sie immer an der richtigen Adresse. 1985 dürfte die verkaufte Auflage der hier abgebildeten Titel Monat für Monat fast 60 000 Exemplare erreichen. Was wir als die schönste Bestätigung für unsere Konzeption betrachten.



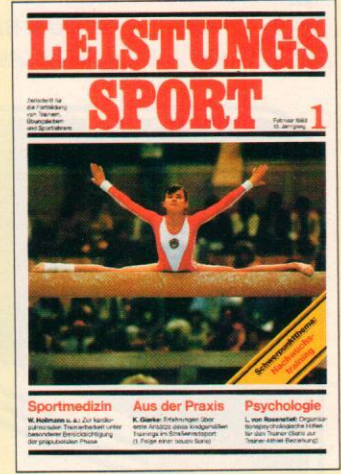
„handball-magazin“, die farbige Monatszeitschrift für alles, was im Handball läuft. Einzelheft DM 5,-, Abo jährlich DM 54,- (Ausland DM 60,-) 10% Rabatt für L&P-Bezieher.



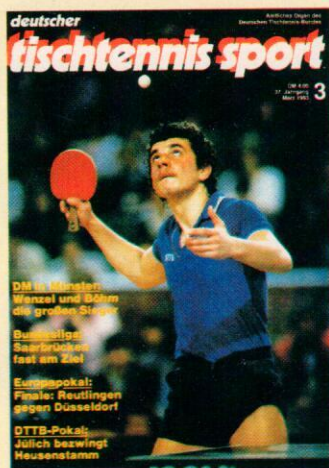
Zeitschrift für Trainer, Lehrer, Übungsleiter und Schiedsrichter im Handball. 12x jährlich, zweifarbig. Abo DM 48,- (Ausland DM 54,-). Fast 10 000 Abonnenten.



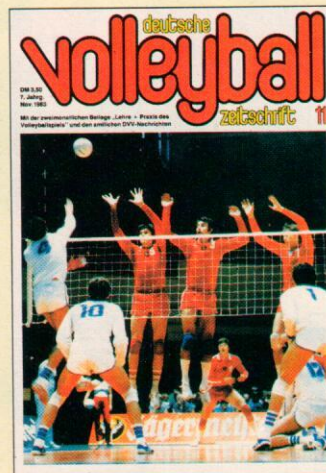
Zeitschrift für Trainer, Lehrer, Übungsleiter und Schiedsrichter im Fußball. Schriftleiter: Gero Bisanz. 12x jährlich, Abo DM 48,- (Ausland DM 54,-).



Zeitschrift für die Fortbildung von Trainern, Übungsleitern und Sportlehrern. Herausgeber: DSB. 6x jährlich, teilweise farbig. Abo DM 42,- (Ausland DM 48,-).



Amtliches Organ des DTTB mit ausführlichem Regionalteil (4 Ausgaben). 12x jährlich, teilweise vierfarbig. Abo DM 52,20 (Ausland DM 60,-).



Farbiges Monatsmagazin mit den amtlichen Nachrichten des DVV sowie zweimonatlicher Lehrbeilage. Abo DM 45,- (Ausland DM 49,80).



„Lehre + Praxis“ ist die zweimonatlich der „deutschen Volleyball-zeitschrift“ beiliegende (nicht separat beziehbare) 12seitige Lehrbeilage.

Wenn Sie Probehefte wünschen, schicken Sie uns je Titel DM 3,- in Briefmarken. Sie erhalten dann eine Gutschrift, die wir im Falle eines Abonnements auf den Bezugspreis anrechnen.

**Philippka-Verlag, Steinfurter Str. 104, 4400 Münster, ☎ 02 51/2 05 37**

## Liebe Leser,

Schnee und Eis machen derzeit nicht nur den Autofahrern, sondern auch Trainern, Spielern und Terminplanern das Leben schwer. Sollte auch Ihr Spielplan für die Rückrunde ins Rutschen gekommen sein, können wir Sie vielleicht ein wenig damit trösten, daß unsere Planung für die zwölf Hefte des Jahrgangs 1985 „steht“.

Diese zwölf Hefte werden Sie, wie schon in Heft 5/84 angekündigt, in zehn Ausgaben erhalten, da wir zu den Schwerpunktthemen „Trainingsplanung/Saisonvorbereitung“ und „Taktiktraining“ jeweils ein Doppelheft vorgesehen haben.

Neben den bereits bekannten, bewährten Autoren werden Ihnen in diesem Jahr einige „Neuzugänge“ begegnen. So beginnt bereits in diesem Heft Friedhelm Wenzlaff seine Arbeit mit einem Thema, das in diesen Wochen jeden Trainerkollegen interessieren dürfte: Training auf Schnee- und Eisboden.

Im Jugendbereich finden die Übungsstunden zur Zeit weniger im Schnee als in der Halle statt. Gerd Thissen stellt deshalb in diesem Heft in seinem Beitrag „Fußball in der Halle“ Spiel- und Übungsformen vor, die besonders das Training mit dem Nachwuchs interessant und abwechslungsreich gestalten können. Den zweiten Teil dieses Artikels können Sie übrigens in unserer nächsten Ausgabe (erscheint in der zweiten Februar-Hälfte) lesen.

Über die inoffizielle Weltmeisterschaft für Frauenmannschaften und Entwicklungstendenzen im internationalen Frauenfußball berichtet Anne Trabant-Haarbach, die im Dezember 1984 mit ihrer SSG Bergisch-Gladbach am Weltpokalturnier in Taiwan teilnahm und den Titel gewinnen konnte. Dazu auch an dieser Stelle noch einmal herzliche Gratulation.



Foto: Mühberger

Thema Nationalmannschaft. Das Auftreten ihrer Spieler und der verantwortlichen Trainer sowie die von ihr vortragene Spielauffassung haben Vorbildfunktion auch für den Amateurbereich und ganz besonders für unsere jugendlichen Spieler. Um so erfreulicher, daß Horst Köppel bereit war, die Vorbereitung der Mannschaft auf das WM-Qualifikationsspiel gegen Malta in „fußballtraining“ vorzustellen. Ganz gewiß geht es in diesem Beitrag nicht darum, die eine oder andere „tolle“ Übung zu präsentieren. Wir meinen vielmehr, daß auf diesem Weg ein Stück Erfahrungsaustausch auch mit der „höchsten Ebene“ möglich wird.

Franz Beckenbauer und Horst Köppel haben eine neue Linie in die Nationalmannschaft gebracht. Es ist zu wünschen, daß diese sehr deutlich in Richtung Balltechnik und „Mut zum Risi-

ko“ akzentuierte Spielauffassung schnell den Weg an die Basis, sprich in die Trainingspraxis unserer Vereine findet.

Wie wertvoll dabei der ständige Gedanken- und Erfahrungsaustausch sein kann, wurde auch bei der Tagung der Verbandstrainer deutlich, die Mitte dieses Monats in der westfälischen Sport- und Jugendschule Kaiserau stattfand.

Das Team Beckenbauer/Köppel beeindruckte durch die überzeugende Art und Weise, in der beide ihre Gedanken zur Entwicklung des deutschen Fußballs sowie ihr Konzept für die zukünftige Arbeit mit der Nationalmannschaft vortrugen. Wir hoffen, daß Franz Beckenbauer und Horst Köppel auch über „fußballtraining“ den von ihnen gesuchten und gewünschten Kontakt zu den Trainern finden. Die Spiele gegen Schweden und in Malta geben unbestritten

lediglich zu verhaltenem Optimismus Anlaß, aber sie haben gezeigt (und dies scheint mir mindestens ebenso wertvoll zu sein wie die beiden Siege), daß in der Nationalmannschaft deutliche spielerische Akzente gesetzt werden und daß von ihr wieder Impulse für unseren Fußball ausgehen.

Drücken wir den Spielern und dem Trainerduo die Daumen für die nächste schwere Aufgabe, die sie im Februar in Portugal zu lösen haben.

Einen eisfreien und erfolgreichen Rückrundenstart wünscht Ihnen

Ihr

Walter  
Jass



## Der Verlag informiert

Wir haben in den letzten beiden Ausgaben schon darauf aufmerksam gemacht:

„fußballtraining“ erscheint ab 1985 im Prinzip jeden Monat, allerdings werden aus redaktionellen Erwägungen (siehe das Editorial auf der vorhergehenden Seite) zweimal zwei Hefte zu Doppelnummern zusammengefaßt. **Preislich** ändert sich am seit 1983 gültigen **Einzelheft-Preis** von DM 4,- nichts, aber wegen Verdoppelung der Heftzahl kostet das Jahres-Abonnement ab 1985 im Inland DM 48,- (Ausland: DM 54,-). Bitte berücksichtigen Sie dies, wenn Sie in den nächsten Wochen die Jahresrechnungen bzw. die Banklastschriften erhalten.

Apropos Banklastschriften: Wenn Sie uns eine Einzugsermächtigung erteilt haben und Ihre **Bankverbindung und/oder Konto-Nummer** sich in den letzten 10 Monaten **geändert** hat, teilen Sie uns die neue Bankverbindung bitte baldmöglichst und unter Angabe Ihrer Kundennummer (steht auf dem Adressaufkleber auf dem Heftrücken) mit. Sonst werden erhebliche Bankspesen fällig, die wir Ihnen weiterberechnen müßten.

Wer uns eine Einzugsermächtigung erteilt hat, erhält ab 1985 auf den oben genannten Preis 2% Skonto. Übrigens: Die Jahresrechnung kommt bestimmt; **warten Sie diese bitte ab**, denn Vorauszahlungen ohne Rechnung werden meist zu Problemfällen.

Und ein letztes: **Wenn Sie umziehen**, sollten Sie uns außer der neuen immer **auch die bisherige** Anschrift mitteilen oder aber Ihre **Kundennummer**. Sonst wird weitere Korrespondenz mit Ihnen erforderlich. Vielen Dank.

Ihr Philippka-Verlag

P.S.: Auch von diesem Heft haben wir wieder viele Werbe-Exemplare versandt. Bestellkarten für ein Abo und/oder Fußball-Fachbücher befinden sich in der Heftmitte in der Karteikartensammlung. Ein vorbereitetes Überweisungsformular liegt bei.

## In dieser Ausgabe

### Horst Köppel:

Vorbereitung unserer Nationalmannschaft auf das WM-Qualifikationsspiel gegen Malta . . . . . 5

### Gerd Thissen:

Fußball in der Halle (I) . . . . . 11

„fußballtraining“-Übungssammlung (2. Folge) . . . . . 15

### Gero Bisanz:

Eine Unterrichtseinheit für das Training mit den „Kleinen“ (14. Unterrichtseinheit) . 21

### Anne Trabant-Haarbach:

Internationales Welt-Turnier in Taiwan (I) . . . . . 23

### Horst Wenzlaff:

Training auf Schneeboden – eine Trainingseinheit für Amateure zur Anpassung an winterliche Verhältnisse . . . . . 28

Das „fußballtraining“-Inhaltsverzeichnis 1984 . . . . . 30

## Soeben erschienen:

Kongreß-Bericht des Bundes Deutscher Fußball-Lehrer, Lehrgang 1984 in Hennef . . . . . **DM 13,00**

### Außerdem lieferbar:

1978 Saarbrücken . . . . . **DM 11,00**

1979 Duisburg, 1980 Trier, 1981 Warendorf, 1982 Regensburg,

1983 Duisburg . . . . . **je DM 13,00**

Preise zzgl. Versandkosten. Bitte benutzen Sie den Bestellschein auf Seite 17/18 dieser Ausgabe.

Philippka-Buchversand, Steinfurter Straße 104, 4400 Münster, ☎ 0251/20537



Zeitschrift für Trainer, Lehrer, Übungsleiter und Schiedsrichter

### Herausgeber:

Gero Bisanz, Mitglied des Lehrstabes des Deutschen Fußball-Bundes

### Redaktion:

Gero Bisanz (verantwortlich), Dietrich Späte (Schlußredaktion), Christiane Späte, Walter Haase

### Redaktionskollegium:

Horst Köppel, Gunnar Gerisch, Horst Zingraf, Erich Rutemöller, Horst R. Schmidt, Anne Trabant-Haarbach

### Zeichnungen:

Christiane Späte

### Redaktionsanschrift:

siehe bei Verlag

### Verlag und Anzeigenverwaltung:

Philippka-Verlag Konrad Honig, Steinfurter Str. 104, 4400 Münster, Tel. (0251) 20537\*

### Anzeigenleitung:

Konrad Honig

Diese Zeitschrift bildet mit den Titeln „deutsche volleyball-zeitschrift“, „handballmagazin“, „Lehre & Praxis des Handballspiels“, „deutscher tischtennis-sport“ und „Leistungssport“ die Philippka-„sportivkombi“.

### Erscheinungsweise:

In der zweiten Hälfte jeden Monats

### Bezugspreis:

Für Abonnenten ab 1985 jährlich (12 Hefte!) DM 48,- (bei Abbuchung 2 % Skonto) incl. Mehrwertsteuer und Versandkosten.  
Im Ausland DM 54,-. Bei Vereins-Sammelbestellungen ab 6 Heften 20 % Rabatt. Einzelhefte: DM 4,- zzgl. DM 2,- Versandkosten.  
Bei einem Bestellwert von unter DM 15,- Lieferung nur gegen Vorkasse (Scheck, Briefmarken, Abbuchungsauftrag).

### Abonnementbestellungen:

Direkt beim Verlag: möglichst mit Lastschrift-Ermächtigung, sonst Rechnung abwarten. Kündigungen nur schriftlich und mit einer Frist von sechs Wochen zum 30. Juni oder 31. Dezember.

### Gesamtherstellung:

Graph. Betriebe E. Holterdorf, 4740 Oelde

### Titelfoto:

Das Foto beweist: Technisch perfekt kann Nationalspieler Lothar Matthäus mit dem Ball am Fuß das Spielgeschehen beobachten. Unser Hauptbeitrag in dieser Ausgabe – verfaßt vom Co-Trainer der Nationalmannschaft, Horst Köppel – gibt einen Einblick in den Ablauf der Vorbereitung auf das WM-Qualifikationsspiel gegen Malta.

Foto: Horstmüller



Foto: Horstmüller

Horst Köppel:

## Vorbereitung unserer Nationalmannschaft auf das WM-Qualifikationsspiel gegen Malta

Erstmalig stellt „fußballtraining“ Trainingseinheiten mit der deutschen Nationalmannschaft vor. DFB-Trainer Horst Köppel schildert die Arbeit mit unseren Nationalspielern auf der Mittelmeerinsel Malta und gibt dabei nicht nur einen Einblick in das technisch-taktische Übungsprogramm, sondern darüber hinaus in die gemeinsam mit Franz Beckenbauer für dieses wichtige WM-Qualifikationsspiel festgelegte Marschroute.

Vor dem Problem, gegen eine spielerisch unterlegene Mannschaft unbedingt zum Erfolg kommen zu müssen, stehen nicht nur Trainer von Nationalmannschaften. Insofern dürfte der Beitrag neben dem wohl in jedem Fall interessanten Blick hinter die Kulissen jedem Trainer Anregungen für solche Spiele geben, in denen er mit seiner Mannschaft eine massierte gegnerische Abwehr „knacken“ muß.

Das Spiel unserer Nationalmannschaft gegen Malta wurde von Franz Beckenbauer und mir sehr ernst genommen. Das haben wir den Spielern von Anfang an klargemacht, damit auch im Unterbewußtsein gar nicht erst eine Haltung aufkommen konnte, die eine mangelnde Einstellung und Ernsthaftigkeit hätte nach sich ziehen können.

Unsere Forderung lautete, den Gegner ja nicht zu unterschätzen und das Spiel nicht auf die leichte Schulter zu nehmen. Wir verlangten aber auch, mit Selbstbewußtsein und ohne Ängste in das Spiel zu gehen. Die Spielweise der Malteser war uns bekannt. Die Mannschaft, die einige gute Fußballer in ihren Reihen hat, kann aus einer verstärkten Abwehr heraus aufgrund ihrer guten Technik sehr gefährliche Konter starten.

Auf der anderen Seite ist natürlich unsere Nationalmannschaft so stark, daß nichts anderes als ein Sieg über Malta bei diesem Spiel herauskommen durfte. Die Anreise zum Spiel erfolgte am Donnerstag, dem 13. Dezember 1984, nach Frankfurt. An den Tagen vorher waren einige Spieler noch in DFB- und Europapokalspielen beschäftigt. Am Donnerstagnachmittag flogen wir nach Malta ab und absolvierten am Freitag zwei Trainingseinheiten. Das Abschlußtraining am Samstag war zeitlich so angesetzt, daß es dem Sonntagsspiel entsprach.

Unsere Auffassung von einem Training an Tagen vor dem Wettspiel ist folgende:

- Das Training sollte zeitlich nicht zu lang gestaltet, sondern besser kürzer und mit relativ hoher Intensität durchgeführt werden.
- Bei den Trainingsschwerpunkten sollte im Wettspieltempo gespielt werden.
- Es sollte mit Mut zum Risiko gespielt werden.
- Die Angriffe sollen in jedem Fall zum Torschuß führen.
- Standardsituationen (z. B. Eckbälle und Freistöße) sind wesentliche Trainingsinhalte, besonders bei der Arbeit mit Auswahlmannschaften.
- Bei der Vorbereitung der Trainingseinheiten müssen auch regenerative Maßnahmen (Stretching, gemeinsames Auslaufen am Ende des Trainings) eingeplant werden.
- Die Bereitschaft der Spieler, auf dem Spielfeld Verantwortung zu übernehmen (Torschuß, lange Pässe), muß im Training immer wieder gefördert werden.



# 1. Trainingseinheit

Freitag, 14. 12. 1984, 10.30 Uhr

Dauer: 60 Minuten

## Aufwärmen (15 Minuten)

- Gemeinsames Warmlaufen
- Gymnastische Übungen
- Ein sehr ausgedehntes Stretching

## Torschußtraining (25 Minuten)

Die Mannschaft wurde in zwei Gruppen aufgeteilt. Alle Übungen mußten von den Spielern im Wettkampftempo ausgeführt werden.

### Übung 1 (Abb. 1):

Horst Köppel und Franz Beckenbauer waren Anspielstationen für die Spieler etwa 20 Meter vor dem Tor. Die Bälle wurden flach zu den Spielern zurückgespielt. Die Spieler nahmen den Ball an und schlossen mit einem Torschuß aus dem Lauf ab.

### Erweiterung:

Das Rückspiel auf die Spieler erfolgt variabel: flach, hoch, in den Fuß, in den Lauf usw.

### Übung 2 (Abb. 2):

Horst Köppel und Franz Beckenbauer standen als teilaktive Abwehrspieler etwa 20 Meter vor dem Tor. Vor den beiden Trainern war jeweils ein Abwehrspieler A postiert. Ein Spieler B aus dem Mittelkreis spielte den Ball auf A, der den Ball mitnehmen und zum Torschuß kommen sollte.

Der Paßgeber B startete seinem Paß nach und ließ sich auf der Position von A vom nächsten Spieler aus dem Mittelkreis anspielen usw.

### Übung 3 (Abb. 3):

Die Trainer vor dem Strafraum wurden aus dem Mittelkreis hoch angespielt. Der Paßgeber startete seinem Paß nach und bekam den Ball so „serviert“, daß er ihn aus der Luft auf das Tor schießen mußte.

### Hinweis:

Diese Torschußübung war speziell auf die sehr holprigen Bodenverhältnisse abgestimmt.

### Übung 4 (Abb. 4):

Die Spieler befanden sich zwischen Strafraumgrenze und Seitenauslinie. Horst Köppel und Franz Beckenbauer standen auf der Höhe der Seitenlinie des Torraums außer-

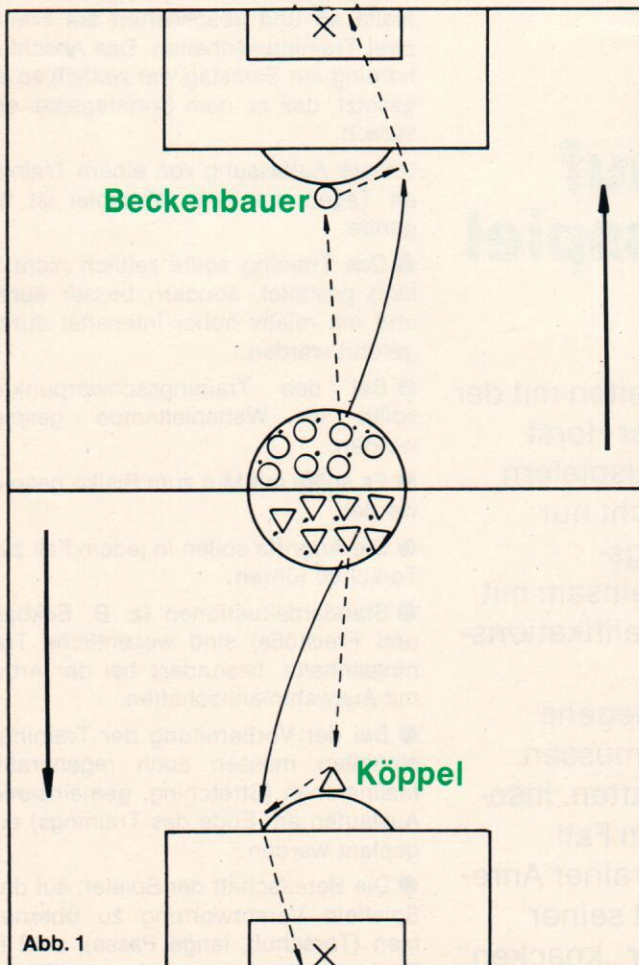


Abb. 1

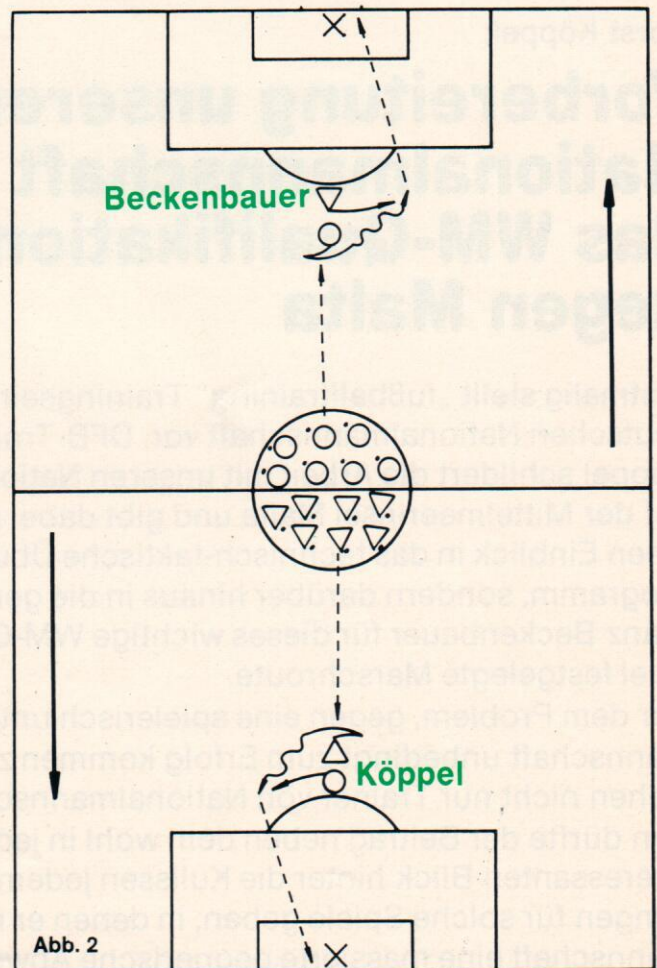


Abb. 2

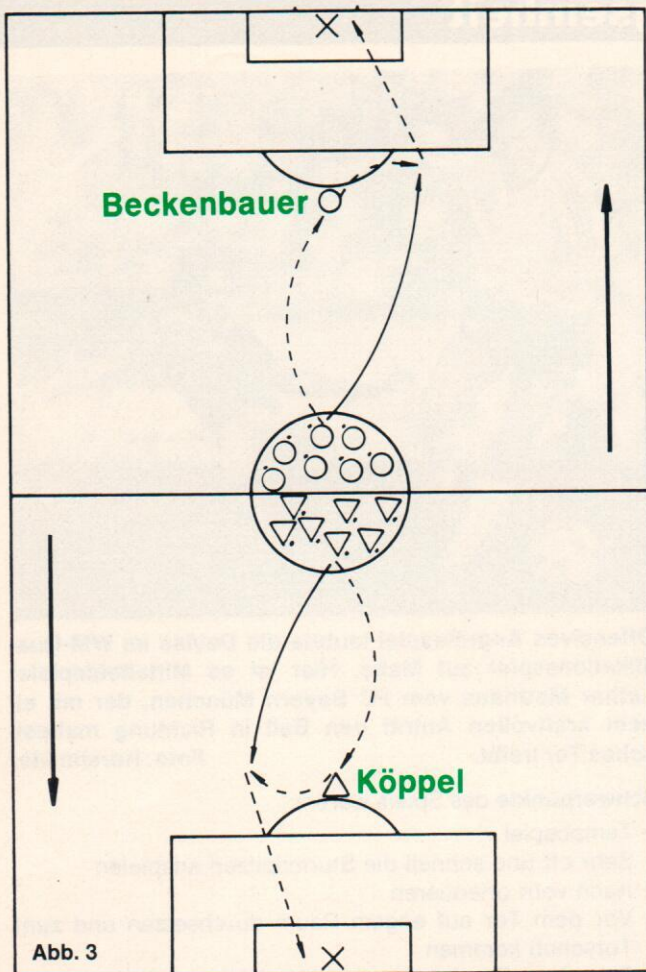


Abb. 3

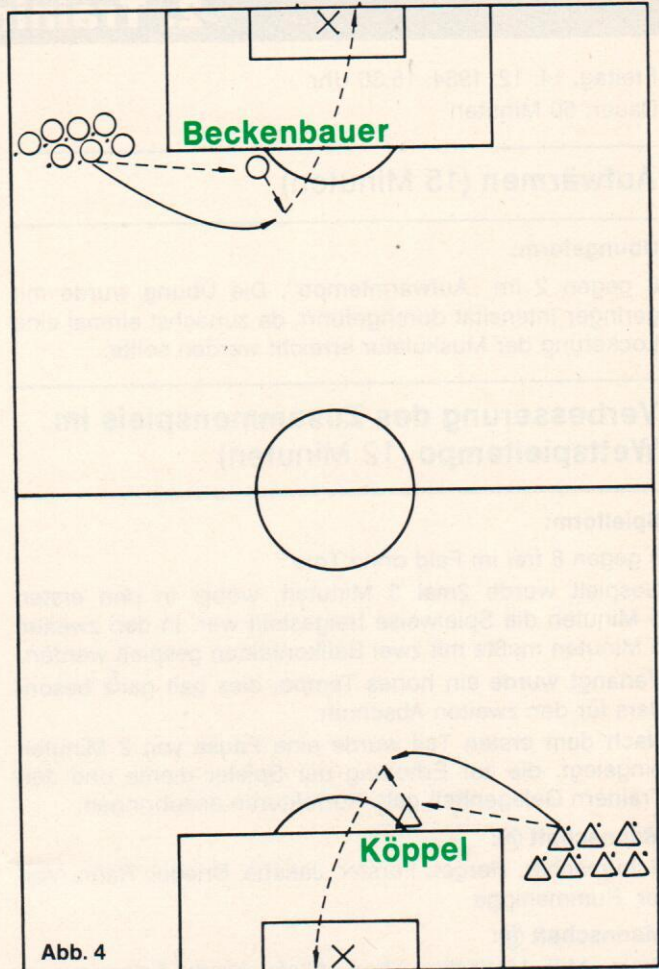


Abb. 4

halb des Strafraums. Die Spieler paßten auf den Trainer. Dieser ließ die Bälle so abprallen, daß aus der Drehung auf das Tor geschossen werden mußte.

### Standardsituationen – Eckbälle (15 Minuten)

Die beiden Trainer haben diese Standardsituationen üben lassen, um den Spielern Möglichkeiten aufzuzeigen, wie man gegen Spieler in einem eng besetzten Feld zu Torchancen kommen kann.

#### Übung 5 (Abb. 5):

Die Eckbälle von links schoß Klaus Allofs mit dem linken Fuß, so daß der Ball Effet vom Tor weg bekam. Die Eckbälle von rechts schoß Lothar Matthäus mit dem rechten Fuß.

Vor dem Tor standen wie aus der Abbildung ersichtlich mit Völler, Rummenigge, Briegel, Förster und Jakobs kopfballstarke Spieler.

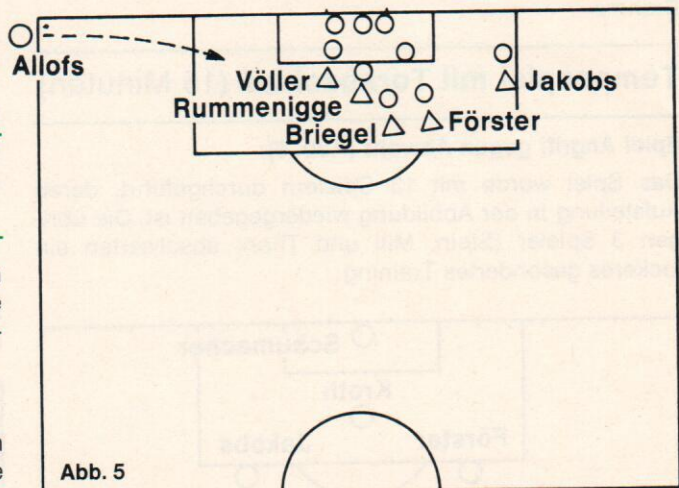


Abb. 5

### Auslaufen

Am Ende des Trainings wurden von den Spielern zwei Platzrunden in einem sehr langsamen Tempo gelaufen.

## A-Lizenz-Trainer

(30 Jahre) sucht für die Saison 1985/86 im Raum Ostfriesland, OL, WHV einen neuen Wirkungskreis.

Angebote unter Chiffre „fußballtraining“ 1a/85 an Philippka-Verlag, 4400 Münster, Steinfurter Straße 104.



## 2. Trainingseinheit

Freitag, 14. 12. 1984, 15.30 Uhr  
Dauer: 50 Minuten

### Aufwärmen (15 Minuten)

#### Übungsform:

6 gegen 2 im „Aufwärmtempo“. Die Übung wurde mit geringer Intensität durchgeführt, da zunächst einmal eine Lockerung der Muskulatur erreicht werden sollte.

### Verbesserung des Zusammenspiels im Wettspieltempo (12 Minuten)

#### Spielform:

8 gegen 8 frei im Feld ohne Tore  
Gespielt wurde 2mal 5 Minuten, wobei in den ersten 5 Minuten die Spielweise freigestellt war. In den zweiten 5 Minuten mußte mit zwei Ballkontakten gespielt werden. Verlangt wurde ein hohes Tempo, dies galt ganz besonders für den zweiten Abschnitt.  
Nach dem ersten Teil wurde eine Pause von 2 Minuten eingelegt, die zur Erholung der Spieler diente und den Trainern Gelegenheit gab, Korrekturen anzubringen.

#### Mannschaft (A):

Schumacher, Herget, Förster, Jakobs, Briegel, Rahn, Völlner, Rummenigge

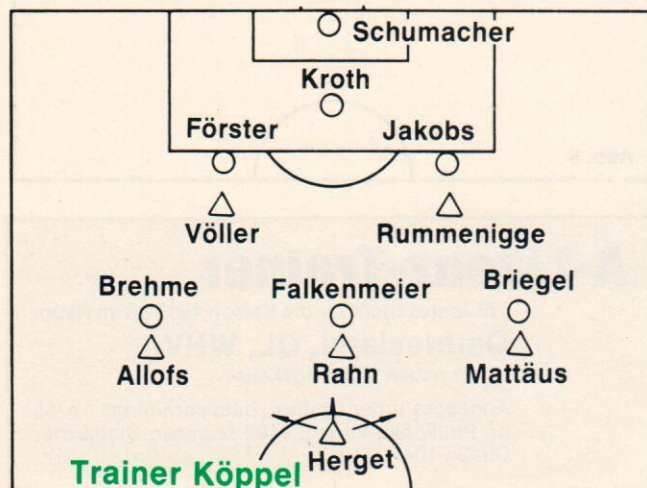
#### Mannschaft (B):

Stein, Mill, Matthäus, Thon, Allofs, Kroth, Falkenmayer, Brehme

### Tempospiel mit Torabschluß (15 Minuten)

#### Spiel Angriff gegen Abwehr (Abb. 6):

Das Spiel wurde mit 13 Spielern durchgeführt, deren Aufstellung in der Abbildung wiedergegeben ist. Die übrigen 3 Spieler (Stein, Mill und Thon) absolvierten ein lockeres gesondertes Training.



Offensives Angriffsspiel lautete die Devise im WM-Qualifikationsspiel auf Malta. Hier ist es Mittelfeldspieler Lothar Matthäus vom FC Bayern München, der mit einem kraftvollen Antritt den Ball in Richtung maltesisches Tor treibt.  
Foto: Horstmüller

#### Schwerpunkte des Spiels waren:

- Tempospiel
- Sehr oft und schnell die Sturmspitzen anspielen
- Nach vorn orientieren
- Vor dem Tor auf engem Raum durchsetzen und zum Torschuß kommen
- Das Angriffsspiel auseinanderziehen, um Raum zu schaffen
- Über außen kommen und durch Flanken die Abwehr überwinden

#### Hinweis:

Erkämpfte die Abwehr den Ball, mußte der betreffende Spieler sofort den Trainer anspielen.

### Auslaufen (8 Minuten)

Am Ende des Trainings wurde etwa 8 Minuten lang in einem lockeren Trabtempo gelaufen.

#### Hinweise für Neubezieher:

### „fußballtraining“ brachte in den letzten Heften unter anderem:

- **Erich Rutemöller:**  
Saisonvorbereitung mit Amateurmansschaften (Heft 3/84, S. 4)
- **Anne Trabant-Haarbach:**  
Trainingseinheiten für Frauenmannschaften (es erschienen insgesamt 8 Folgen)
- **Dietrich Späte/Gero Bisanz:**  
Tempospiel durch lange Pässe (Analyse des EM-Qualifikationsspiels Deutschland – Österreich); (Heft 5/83, S. 7)
- **Horst Köppel:**  
Einblick in die Vorbereitung von Arminia Bielefeld auf die Saison 82/83 (Heft 4/83, S. 5).





### 3. Trainingseinheit



Eine „Standardsituation“ für Karl-Heinz Rummenigge: 1 gegen 2. Unser Mannschaftskapitän sieht sich fast während der gesamten 90 Minuten eines Spiels zwei gegnerischen Abwehrspielern gegenüber.

Foto: Horstmüller

Samstag, 15. 11. 1984, 13.30 Uhr  
Dauer: 45 Minuten

#### Aufwärmen (15 Minuten)

- Gemeinsames Warmlaufen
- Gymnastische Übungen
- Ein sehr ausgedehntes Stretching

#### Standardsituationen – Freistoßvarianten (25 Minuten)

Als ausführende Spieler bei Freistößen waren die Spieler Rummenigge, Allofs und Matthäus vorgesehen. Mit diesen Spielern wurden die folgenden Varianten geübt.

##### Freistoßvariante ①:

Direktschüsse von Rummenigge und Allofs auf das Tor.

##### Freistoßvariante ②:

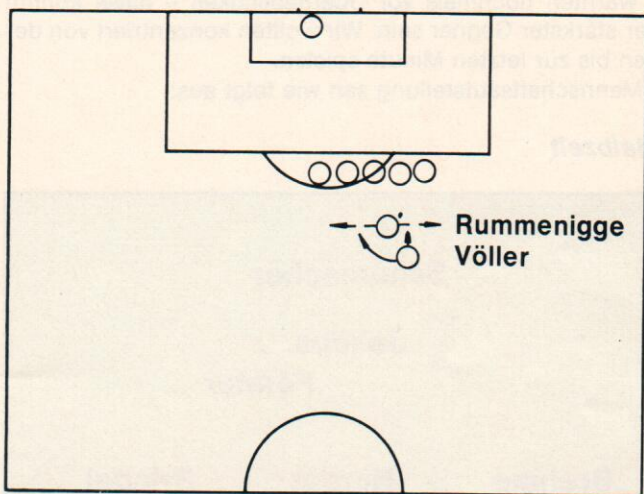
Rummenigge spielt den Ball hoch (lupft ihn an), Allofs schießt ihn direkt aus der Luft auf das Tor; Rollenwechsel Rummenigge – Allofs.

##### Freistoßvariante ③:

Rummenigge läuft zum Torschuß an, täuscht einen direkten Torschuß an und legt den Ball mit der Hacke so vor, daß Allofs ihn direkt auf das Tor schießen kann.

##### Freistoßvariante ④:

Rummenigge steht am Ball, Allofs dahinter in Lauerstellung. Rummenigge spielt den Ball entweder mit der Hacke nach links vor oder mit der Innenseite nach rechts. Allofs läuft an und schießt auf das Tor.



##### Freistoßvariante ⑤:

Diese Variante bei Freistößen seitlich vom Strafraum angewandt werden. Matthäus spielt die Bälle von rechts, Allofs die von links mit Effet vom Tor weg in den Strafraum.

#### Auslaufen (5 Minuten)

Auch am Ende dieses Trainings wurden von den Spielern zwei Platzrunden in einem sehr langsamen Tempo gelaufen.

### Unsere Vorbereitung am Spieltag

Das Spiel fand am Sonntag um 13.30 Uhr statt.

#### Tagesablauf

Bis 10 Uhr mußten alle Spieler gefrühstückt haben. Weil das Frühstück Ersatz für das Mittagessen war, mußte ein reichhaltiges Angebot gemacht werden. Es gab unter anderem Fruchtsäfte, Kaffee, Tee, Eier, Brot, Honig, Spaghetti, Steaks und Waffeln.

Um 10.30 Uhr wurde ein gemeinsamer Spaziergang gemacht, auf dem wir Trainer die Gelegenheit wahrnahmen, mit den Spielern einzeln zu sprechen.

Bei diesen Spaziergängen horchen wir in sie hinein, wollen erfahren, wie und was sie vor dem Spiel denken. Einige

Spieler brauchen beruhigende Worte, andere Spieler bekommen Anregungen. Es wird immer wieder vor Überheblichkeit gewarnt, aber wir geben ihnen auch Selbstvertrauen. Der eine oder andere wird mit seinen Aufgaben vertraut gemacht; es wird auch auf die Stärken und Schwächen von Gegenspielern kurz eingegangen. Auf einem solchen Spaziergang kann man als Trainer schon eine Menge an Informationen geben, die dann in der folgenden Mannschaftsbesprechung eindringlicher und konzentrierter mit der gesamten Mannschaft besprochen werden.

#### Mannschaftsbesprechung (11 Uhr)

Noch einmal wurde auf die Schwächen und Stärken der Malteser eingegangen und über Mittel gesprochen, wie man am effektivsten gegen sie spielen könne.



Unsere taktische Ausrichtung sah wie folgt aus: offensives Spiel, von hinten heraus mit hohem Tempo spielen, häufig über die Flügel spielen; die Angriffsspitzen sollten sich sehr viel bewegen und den Spielern aus der Abwehr Anspielstationen bieten; es sollte aus der zweiten Reihe geschossen werden, weil zu vermuten war, daß die Malteser ihre Abwehr im Strafraum personell verstärken würden.

Gegenseitiges Helfen und Unterstützen war wichtig, um ein schnelles Kombinationsspiel zustande kommen zu lassen. Wir wollten Mut zum Risiko zeigen: besser 5mal über das Tor schießen als 2mal querspielen.

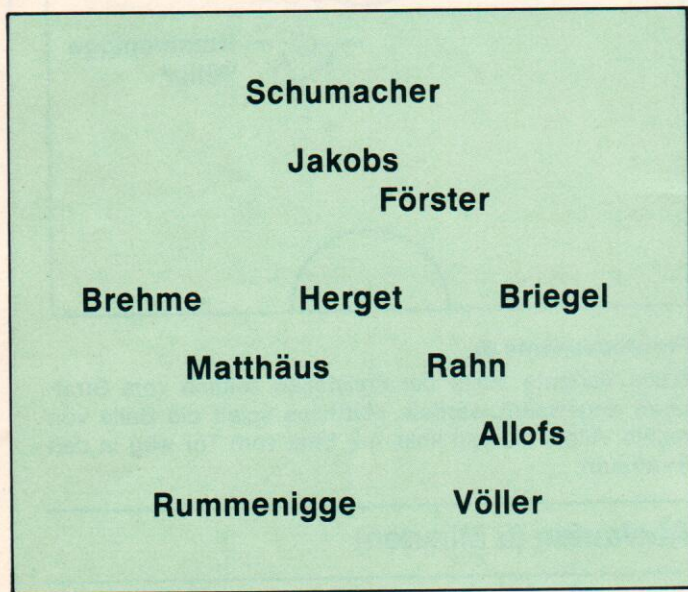
Selbstsicherheit und Verantwortung waren zwei Begriffe, die eine wesentliche Rolle in der Besprechung spielten.

Die Abwehr sollte den Gegner schon an dessen Strafraum unter Druck setzen (Forechecking); der Ball sollte so schnell wie möglich wiedererkämpft werden; kein Leichtsin im Abwehrverhalten.

Wir warnten nochmals vor Überheblichkeit – diese konnte unser stärkster Gegner sein. Wir wollten konzentriert von der ersten bis zur letzten Minute spielen.

Die Mannschaftsaufstellung sah wie folgt aus:

**1. Halbzeit**



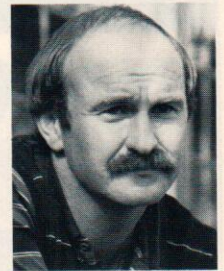
**„fußballtraining“ bringt in den nächsten Heften u. a.:**

- G. Gerisch/J. Krug: Zum Phänomen des Heimvorteils im Fußball. Mit diesem Beitrag beginnen wir eine Serie zum Komplex Mannschaftsführung, die in den weiteren Folgen die Themen „Angstgegner“, „Favoritenrolle“, „Pokaleffekt“ und „Erfolgs- bzw. Mißerfolgsserie“ behandelt.
- H. Zingraf: Das Training des Torwarts – 3. Folge
- D. Ehrlich/R. Gebel: Rehabilitationstraining mit Fußballspielern
- J. Maxeiner: Streß und Aufmerksamkeit

**Horst Köppel**

Horst Köppel (Jahrgang 1948) spielte als Jugendlicher in den Auswahlmannschaften des DFB und erhielt elfmal eine Berufung in die A-Nationalmannschaft.

Von 1966 bis 1979 spielte er in der Bundesliga beim VfB Stuttgart und bei Borussia Mönchengladbach. Mit der Borussia gewann Horst Köppel u. a. drei deutsche Meisterschaften und zweimal den UEFA-Pokal.



Noch während seiner Zeit als Profifußballer erwarb er die A-Lizenz und war von 1971 bis 1981 als Spielertrainer beim Amateur-Oberligisten 1. FC Viersen tätig. 1981 holte ihn Hannes Löhr als Co-Trainer zum 1. FC Köln. 1982 wurde Horst Köppel, der inzwischen die Prüfung zum Fußball-Lehrer abgelegt hatte, Cheftrainer beim ostwestfälischen Bundesligisten Arminia Bielefeld.

Trotz großer sportlicher Erfolge nahm er nach einer Saison bei den Bielefeldern das Angebot von Hermann Neuberger an, als Nachwuchstrainer und Assistent des Bundestrainers zum DFB zu kommen. Nach der Europameisterschaft 1984 in Frankreich wurde ihm gemeinsam mit Franz Beckenbauer die Verantwortung für die Nationalmannschaft übertragen.

**2. Halbzeit**

Für Jakobs kam Thon in das Spiel. Daraus ergaben sich folgende Umstellungen in der Mannschaft:

Für Jakobs – Herget, für Herget – Rahn, für Rahn – Allofs, für Allofs – Thon.

**Resümee**

Das Ergebnis des Spiels lautete bekanntlich 3:2 für unsere Nationalmannschaft.

Ich war mit dem Ergebnis natürlich einverstanden. Unser Angriffsspiel lief in vielen Phasen gut, es wurden Torchancen herausgespielt. Zu bemängeln war allein die Tatsache, daß die herausgespielten Chancen nicht optimal genutzt wurden. Es war sehr schwer, gegen die vor dem Tor massiv abwehrenden Malteser zu klaren Torchancen zu kommen. Daß sie trotzdem herausgespielt wurden, spricht für das Engagement unserer Spieler.

Leider habe ich im Abwehrverhalten Schwächen festgestellt, die in unserem Spiel nicht auftreten dürfen. Der Gegner hatte nur etwa drei Torchancen und konnte zwei davon verwerten. Zu dem Glück, das eine Mannschaft dazu benötigt, kommt noch das Fehlverhalten unserer Spieler hinzu, das diese Gegentore begünstigte.

Hier setzt meine Kritik an. Wir müssen in der Abwehr noch konzentrierter spielen und die Angriffsaktionen der Gegner besser voraussehen und entsprechende Gegenmittel einsetzen.

Das war unser 2. Sieg in der Qualifikationsrunde. Wir stehen nun mit 4:0 Punkten in der Tabelle und können so mit großer Selbstsicherheit in das Spiel gegen Portugal gehen. Portugal ist für mich allerdings als der größte Konkurrent anzusehen.

Dank des Engagements von Franz Beckenbauer und meiner Aussagen vor der Mannschaft wissen unsere Spieler, um was es geht. Wir können wieder Vertrauen in die Leistung unserer Nationalmannschaft setzen.

Auf ein Neues gegen Portugal.

# jugendtraining



Gerd Thissen:

## Fußball in der Halle (I)

1. Folge: Regeln, Bestimmungen und methodisch-organisatorische Änderungen des Regelwerks

### 1. Vorbemerkungen

Fußball in der Halle wird vielfach kritisch beurteilt und in erster Linie als notdürftige Ausweichmöglichkeit angesehen, wenn das Rasenspiel Fußball aufgrund der Witterungsverhältnisse oder einer fehlenden Übungsstätte nicht im Freien durchgeführt werden kann. Tatsächlich gibt es in den meisten Sporthallen wegen der Enge des Raums und bei großen Lerngruppen auf den ersten Blick nur geringe Möglichkeiten, eine gezielte Fußballe Ausbildung methodisch sinnvoll aufzubauen und zu gestalten. Die Hallenarbeit erschöpft sich daher sehr oft in Spielen, bei denen nur wenige Trainingsteilnehmer gleichzeitig mitmachen können und der größte Teil der Lerngruppe zuschauen muß. Verlaufen solche „Spielchen“ ohne besonderes Regelwerk und folglich ohne die entsprechende Disziplin der Spieler, vergrößert sich die Gefahr, daß es zu Verletzungen bei den Spielern und zu Beschädigungen der Halle kommt. Um dem vorzubeugen, haben viele Kommunalverwaltungen in ihren Hallenordnungen ein Fußballspielverbot erlassen, so daß das im letzten Jahrzehnt stark gestiegene Sporthallenangebot für den Fußballsport teilweise nicht genutzt werden kann.

Deswegen muß überlegt werden, wie man in einer Sporthalle überhaupt den Verhältnissen entsprechend ein zielgerichtetes Fußballtraining realisieren kann. Die Halle als Übungsstätte bringt sowohl für die Spieler als auch für den Übungsleiter und Trainer allgemeine **Vorteile** (standardisierte Spiel- und Übungsbedingungen, hohe Verfügbarkeit und Verwendbarkeit von Hilfsmitteln und Hilfsge-

räten, große organisatorische und methodische Variationsbreite usw.) und **Nachteile** (wettkampffremder Übungsort, erhöhte Verletzungsgefahr, eingeschränkte Spiel- und Übungsmöglichkeiten usw.) mit sich.

Wägt man die beim Hallenfußball sich ergebenden Vor- und Nachteile gegeneinander ab, so kann durchaus festgestellt werden, daß es sich beim Fußball in der Halle nicht nur um eine Ausweichmöglichkeit, sondern auch um eine wertvolle **Ergänzung** zum Spiel und Training auf dem Sportplatz handelt. Aufgrund der genannten Vorteile scheint die Halle gerade für das Kinder- und Jugendtraining eine ideale Übungsstätte zu sein. Sie schließt einige der beim Lernprozeß möglichen Störfaktoren (z. B. unebener Platz, böiger Wind) aus und bietet in methodischer und organisatorischer Hinsicht viele Vorzüge, die im Kinder- und Jugendtraining von großer Bedeutung sind und auf dem Sportplatz nur mit großem Aufwand bzw. überhaupt nicht erzielt werden können.

Entscheidenden Anteil am Erfolg eines Fußballtrainings in der Halle hat neben einer guten Unterrichtsorganisation die entsprechende Stoffauswahl.

Hinsichtlich der Stoffauswahl können beispielsweise für das Kinder- und Jugendtraining in der Halle folgende Schwerpunkte gesetzt werden:

#### ● Vielseitige und umfassende Körperausbildung

(Gymnastik mit und ohne Gerät – typische Hüftsteifheit der Fußballer! – Lauf- und Sprungschule, Medizinballspiele usw.)

## ● Allgemeine und fußballspezifische Ballgewöhnung

(Laufen mit dem Ball und Anhalten des Balls; Prellen, Werfen und Fangen des Balls; Jonglieren des Balls mit dem Fuß, Oberschenkel, Kopf usw.)

## ● Erarbeitung und Verbesserung elementarer technischer Fertigkeiten

(Innenseitstoß, Spannstoßarten, Kopfstoß, Ballan- und -mitnahme, Ballführen, Torwarttechnik und Einwurf)

## ● Erarbeitung elementarer taktischer Fähigkeiten

(zweckmäßige Raumaufteilung, Zusammenspiel mit dem Mitspieler, individuelles Angriffs- und Abwehrverhalten)

## 2. Regeln und Bestimmungen für Fußballwettspiele in der Halle

Für die Durchführung von Fußballspielen und -turnieren in der Halle hat der DFB eine Rahmenordnung erlassen, die das allgemein gültige Regelwerk für Wettspiele auf dem Sportplatz abändert und ergänzt. Grundsätzlich sollen die Spielregeln den gegebenen Möglichkeiten, vor allem der Größe der zur Verfügung stehenden Halle, angepaßt werden.

### Spielfeld

Das Spielfeld muß vom Zuschauerraum abgegrenzt und rechteckig sein. Seine Größe soll etwa 20 x 40 Meter betragen.

Die Aufteilung des Spielfeldes erfolgt nach den Spielregeln und ist den jeweiligen Größenverhältnissen in der Halle anzupassen. Das Spielfeld wird durch Seiten- und Torlinien begrenzt. Die Mittellinie muß parallel zu den Torlinien verlaufen und genau den Mittelpunkt der Seitenlinien treffen. Der Mittelpunkt des Spielfeldes muß gekennzeichnet und von einem Anstoßkreis mit einem Durchmesser von 3 Metern umgeben sein. Sofern bei kleineren Hallen Wände zugleich Spielfeldgrenzen darstellen, kann das Wandspielen erlaubt werden. Es kann auch mit Seitenbände gespielt werden, jedoch muß diese mindestens 1 Meter hoch und fest verankert sein.

Der Strafraum entspricht im allgemeinen dem Handballwurfkreis. Gegebenenfalls kann als Strafraum ein rechteckiger Torraum abgezeichnet werden, der mindestens 6 Meter tief sein muß. Die seitlichen Begrenzungslinien des Torraums müssen mindestens 3 Meter seitlich der beiden Torpfosten verlaufen.

Das Tor soll 3 bis 5 Meter breit und 2 Meter hoch sein.

### Ball

Der Spielball muß in Umfang und Gewicht dem normalen Jugend- bzw. Erwachsenenspielball entsprechen.

### Spielerzahl

Eine Mannschaft soll höchstens aus 11 Spielern bestehen, von denen je nach Hallengröße bis zu 6 (1 Torwart und 5 Feldspieler) gleichzeitig auf dem Spielfeld sein dürfen.

Hat eine Mannschaft mehr als 6 Spieler auf dem Spielfeld, ist das Spiel zu unterbrechen. Die Mannschaft erhält eine Strafzeit von 2 Minuten für einen Spieler, den der Spielführer benennt. Das Spiel wird mit einem Freistoß an der Stelle fortgesetzt, an der sich der Ball bei der Spielunterbrechung befand.

Das Auswechseln von Spielern kann auch in Form des fliegenden Wechsels erfolgen. Ebenso ist das Wiedereinwechseln von Spielern gestattet. Je nach Beschaffenheit der Halle hat die Auswechslung von der Seitenlinie aus in Höhe der Spielfeldmitte bzw. von der eigenen Torlinie aus seitlich vom Tor zu erfolgen.

### Ausrüstung der Spieler

Mit Ausnahme des Schuhwerks (nur Turn- oder Sportschuhe ohne Stollen oder Absätze) gelten die gleichen Bestimmungen wie bei Wettspielen im Freien.

Das Spielen ohne Schuhe ist nicht erlaubt.

### Dauer des Spiels

Die Spielzeit soll die Dauer von 2 x 15 Minuten nicht überschreiten. Die Halbzeitpause kann bis zu 5 Minuten andauern.



### Gerd Thissen

Gerd Thissen ist Studienrat für die Fächer Französisch und Sport und war bisher am Lehrstuhl für Sportwissenschaft der Technischen Hochschule in Aachen sowie an verschiedenen Gymnasien in Nordrhein-Westfalen tätig. Von 1982 bis 1984 betreute er die Fußballauswahl der TH Aachen, mit der er

die Deutsche Hochschulmeisterschaft im Fußball gewinnen konnte.

Weiterhin engagiert er sich im Lehrwesen des Fußballverbandes Mittelrhein und kann bereits auf einige Veröffentlichungen mit dem Schwerpunkt „Jugendfußball“ verweisen. Gemeinsam mit Klaus Röttgen ist er Autor des 1984 erschienenen Lehrbuches „Torwartspiel im Fußball“.

### Sonderspielregeln

- Die Abseitsregel ist aufgehoben.
- Der Strafstoß wird von einem Punkt 7 m von der Torlinie entfernt gegenüber der Tormitte (7m-Markierung) ausgeführt.
- Alle Freistöße sind indirekt auszuführen.
- Ein Tor ist nur dann gültig, wenn der Torschuß innerhalb der gegnerischen Spielfeldhälfte erfolgte. Wird der Torschuß aus der eigenen Spielfeldhälfte abgegeben, so ist das Tor nur gültig, wenn der Ball in der gegnerischen Hälfte noch von einem Spieler berührt wurde.

Eigentore zählen auf jeden Fall, auch wenn der Ball aus der gegnerischen Hälfte kommt.

Gelangt ein Ball direkt aus der eigenen Hälfte ins gegnerische Tor, ist auf Abstoß zu entscheiden.

- Aus einem Eckstoß kann ein Tor direkt erzielt werden.
  - Der Ball, der zuletzt von einem Angreifer berührt wird und die Torlinie überschreitet, darf nur durch den Torwart durch Abstoß, Rollen oder Werfen von einem beliebigen Punkt des Torraumes aus wieder ins Spiel gebracht werden.
- Überquert der Ball nach einem Abstoß oder Abwurf die Mittellinie, ohne daß ein anderer Spieler ihn berührt oder gespielt hat, erhält die gegnerische Mannschaft einen Freistoß an der Stelle zugesprochen, an der der Ball über die Mittellinie gelangt ist.
- Bei vorhandenen Seitenlinien ist nach einem Ausball das Spiel durch Einrollen oder Einstoßen des Balls (flach über den Boden) fortzusetzen.
  - Wie hoch der Ball gespielt werden darf, richtet sich nach der Hallenhöhe. Bei einem Verstoß gegen die vereinbarte Regelung ist das Spiel mit einem Freistoß gegen die letztberührende Mannschaft von der Stelle aus fortzusetzen, an der die zulässige Höhe überschritten wurde.
  - Beim Anstoß, Freistoß und Eckstoß müssen die Gegenspieler mindestens 3 Meter vom Ball entfernt sein, bis der Ball im Spiel ist. Bei der Ausführung eines Strafstoßes müssen sich alle Feldspieler außerhalb des Torraums, aber innerhalb des Spielfelds und mindestens 3 Meter von der Strafstoßmarke entfernt aufhalten, bis der Ball im Spiel ist.
  - Unsportliches Verhalten eines Spielers sowie Verstöße gegen die Spielregeln sollen nach vorheriger Ermahnung und Verwarnung mit einem einmaligen Feldverweis für

die Dauer von 2 Minuten, grobe Verstöße hingegen so gleich mit einem Feldverweis auf Dauer geahndet werden.

## Hallenfußball-Turniere

- Bei einem Seniorenturnier darf die Gesamtspielzeit einer Mannschaft an einem Tage nicht mehr als 120 Minuten betragen.
- Jede an einem Turnier beteiligte Mannschaft hat zwischen ihren Spielen jeweils eine Pause von mindestens 15 Minuten einzuhalten.
- Bei einem Jugendturnier betragen die Höchstspielzeiten an einem Spieltag für F-, E-, D-Junioren und B-Mädchenmannschaften 80 Minuten. Die Mindestspielzeiten betragen für A- und B-Junioren sowie für A-Mädchenmannschaften 2 x 10 Minuten oder 1 x 15 Minuten, für F-, E-, D- und C-Junioren sowie B-Mädchenmannschaften 2 x 5 Minuten oder 1 x 10 Minuten.
  - Ein auf Dauer des Feldes verwiesener Spieler ist von der weiteren Turnierteilnahme ausgeschlossen.

## 3. Methodisch-organisatorische Änderungen des Regelwerks

Grundsätzlich sind die meisten Hallenfußballregeln sehr flexibel auslegbar. Sie können sowohl auf die konkret vorherrschenden Hallenbedingungen abgestimmt als auch aus methodischen oder organisatorischen Gründen abgewandelt werden. Vielfach sind Regeländerungen vor allem notwendig, um Verletzungen der Spieler und Beschädigungen der Halle zu vermeiden.

# Sammelmappen schaffen Ordnung



Damit Sie „fußballtraining“ praktisch archivieren können – unzerschnitten, ungelocht und trotzdem immer griffbereit –, haben wir schicke Sammelmappen herstellen lassen: in grünem Regentleinen mit gelber Prägung des Originaltitels auf Vorderseite und Rücken. Die Hefte werden einzeln hinter Stäbe geschoben, was einwandfreies Blättern, Lesen ohne toten Rand und eine Entnahme von Heften problemlos macht. **Achtung:** Neben den schon in der Vergangenheit angebotenen Mappen für 6 Hefte (passend für Jahrgang 1983 oder 1984) zum Preise von DM 10,50 gibt es ab sofort Mappen auch für **12 Hefte**, in denen Sie die Jahrgänge 1983 und 1984 **zusammen** bzw. **alle Jahrgänge ab 1985** unterbringen und dabei kräftig sparen können: Die 12er-Mappe kostet bei ansonsten gleicher Ausstattung nur DM 12,50 (Achtung: Erst ab 15. 2. 1985 lieferbar)! Da „fußballtraining“ ab 1985 **monatlich** erscheint, können Sie Arbeit und Porto sparen und gleich einen kleinen Vorrat an Sammelmappen ordern: Ab 5 Mappen liefern wir **spesenfrei**, darunter berechnen wir **je Sendung** DM 3,- Versandkosten. Bestellkarte auf Seiten 17/18 benutzen.

Philippka-Verlag · Steinfurter Straße 104 · 4400 Münster · ☎ (0251) 20537

## Möglichkeiten der Torbildung an der Wand

- Bereits vorhandene Hallenhandballtore benutzen.
- Kreide- oder Klebestreifenmarkierungen werden an der Wand angebracht. Tore gelten nur als erzielt, wenn der Ball beim Torschuß die Markierungen nicht berührt.
- Turn- oder Weichmatten in unterschiedlicher Größe werden gegen die Wand gestellt.
- Das Tor wird von zwei Hochsprungständern gebildet. Eine zwischen den Hochsprungständern gespannte Schnur kennzeichnet die Höhe des Tores.

● Schwedenbänke werden umgekippt (Sitzfläche in Richtung Spielfeld) und an die Wand gerückt. Die geringe Höhe des Tores erfordert flache Torschüsse, während seine große Breite es einem Abwehrspieler erschwert, das gesamte Tor wirkungsvoll abzudecken.

● Turnmatten, die hochkant an der Wand stehen, werden durch Matten auf dem Boden ergänzt, die den Torraum kennzeichnen. In diesem Torraum darf sich nur der Torwart bewegen. Greift der Torwart zur Ballaufnahme in das Spielfeld hinein, so muß er sich noch mit mindestens einem Bein auf den Matten befinden. Bei Verstößen erhält die gegnerische Mannschaft einen Freistoß an der Mittellinie.

● Kastenober- oder -zwischenenteile sowie waagrecht oder senkrecht aufgestellte Kleinkästen werden gegen die Wand geschoben.

Die kleinflächigen Tore zwingen zu genauen und flachen Torschüssen. Falls die abwehrende Mannschaft ständig versucht, durch massierte Tordeckung Torerfolge der Angreifer zu verhindern, empfiehlt es sich, z. B. mehrere Kästen direkt nebeneinander oder der Hallengröße entsprechend weit auseinander aufzustellen.

● Auf ein auf die Seite gestelltes Kastenteil kann sich ein Torwart setzen, der die Torschüsse nur mit seinen Füßen abzuwehren versucht. Kippt das Kastenzwischenteil bei einer Abwehrbewegung des Torwarts um, gilt das Tor als erzielt.

● Kleine Ziele (Keulen, Medizinbälle usw.), die hinter einer Schußlinie vor der Wand in einem bestimmten Abstand zueinander aufgestellt sind, dienen als Tormarkierung.

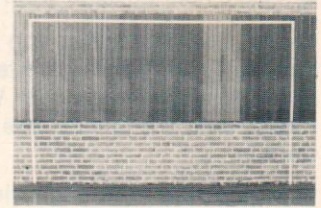
Nach einem Treffer hat der Schütze das Ziel sofort wieder an seinem ursprünglichen Platz aufzubauen. Das Spiel wird nicht unterbrochen. Auch indirekte Treffer von der Wand her sind möglich. Es kann auch mit Torwart gespielt werden. Falls dieser bei seinen Abwehrreaktionen eine Zielmarkierung umstößt, gilt der Treffer als erzielt.

● Die gesamte Hallenbreite dient als Tor. Die Torhöhe wird entsprechend markiert. Mehrere Torhüter stehen hinter einer Schußlinie an der Wand entlang verteilt.

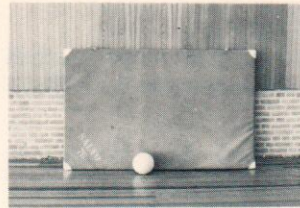
Die große Breite des Tores bewirkt, daß sich die Angriffsmaßnahmen der Angreifer nicht auf einen Punkt konzentrieren. Das Spielgeschehen wird dadurch „entflechtet“.



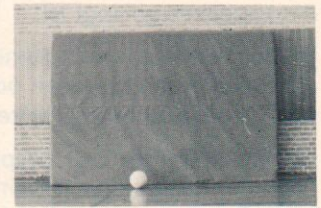
Handballtor



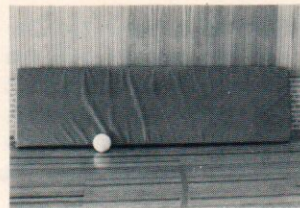
Klebestreifen



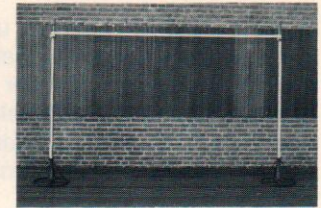
Turnmatte



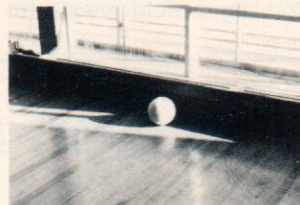
Weichboden



Turnmatte (quer)



Hochsprungständer



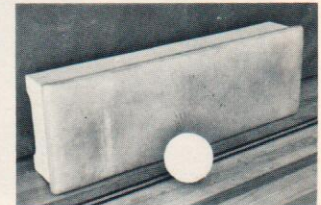
Schwedenbank



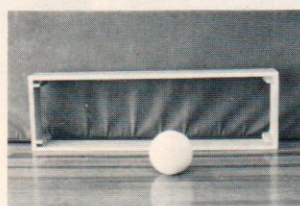
Schwedenbank



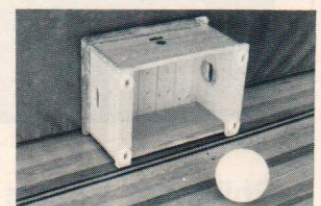
Torraumbegrenzung



Kastenoberenteil



Kastenzwischenteil



Kleinkasten



Gero Bisanz:

# „fußballtraining“-Übungssammlung

## 2. Folge: Torschußtraining II (Verbesserung der Schußtechnik)

„fußballtraining“ bietet Ihnen, liebe Leser, einen neuen Service an: die „fußballtraining“-Übungssammlung. Auf handlichen Karteikarten werden erprobte Trainingsbeispiele zur konditionellen, technischen und technisch-taktischen Schulung im Fußball dargestellt, die Sie ausschneiden und sammeln können. Im Laufe der Zeit werden Sie dann eine stattliche Übungssammlung Ihr eigen nennen können. Im nächsten Jahr werden wir diese Serie in unregelmäßiger Folge (etwa in jedem 2. Heft) mit vielen interessanten Übungs- und Spielformen zu unterschiedlichen Themenbereichen fortsetzen.

### Hinweise zur Systematik:

Auf jeder Karteikarte wird in einer Kurzüberschrift (in diesem Fall Torschußtraining) das Thema der Übung angegeben. Weitere charakteristische Merkmale der einzelnen Übungen finden Sie unter den Stichworten „Ziele“, „Hinweise“ und „Regeln“ im Text unter der jeweiligen Abbildung (Beispiel: Die Übung soll im Wettkampftempo ausgeführt werden). Mit der Ziffer hinter der Kurzüberschrift werden die Übungen in der Reihenfolge ihres Erscheinens durchnummeriert.

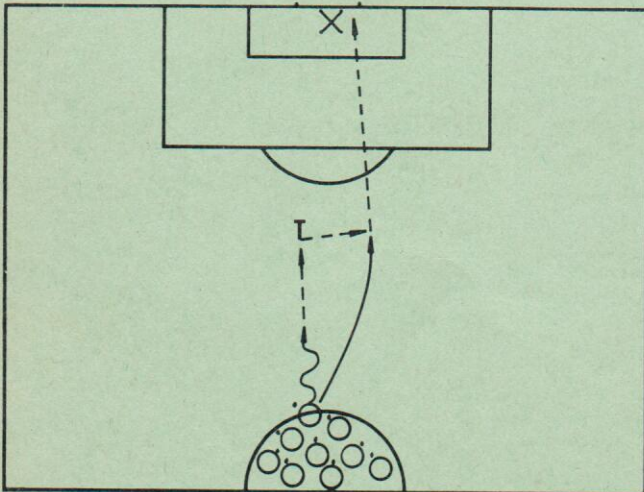
Eine weitere Differenzierung nach Unterthemen (Beispiele: Verbesserung der Schußtechnik, Verbesserung der Schußstärke) bleibt dem Benutzer der Übungssammlung überlassen.

### Hinweise zum Gebrauch der Übungssammlung:

- Trainingsschwerpunkte (z. B. Torschuß) sollten immer längerfristig geplant und durchgeführt werden ( etwa 8 bis 12 Trainingseinheiten pro Schwerpunkt).
- In jeder Trainingseinheit muß immer genügend Zeit für das jeweilige Schwerpunktthema zur Verfügung sein (ca. 20 bis 30 Minuten), damit eine ausreichende Anzahl verschiedener Übungen und genügend Wiederholungen möglich sind.
- Bei einer großen Anzahl von Trainingsteilnehmern muß die Gruppe geteilt werden (auf ca. 6 bis 8 Spieler reduzieren), damit Korrekturen angebracht werden können und eine hohe Effektivität möglich ist.
- Die Inhalte des Trainings sollten aufeinander aufbauen und sobald wie möglich in **wettkampfnahen** Spiel- und Übungsformen enden.

### Torschußtraining

07



#### Ablauf:

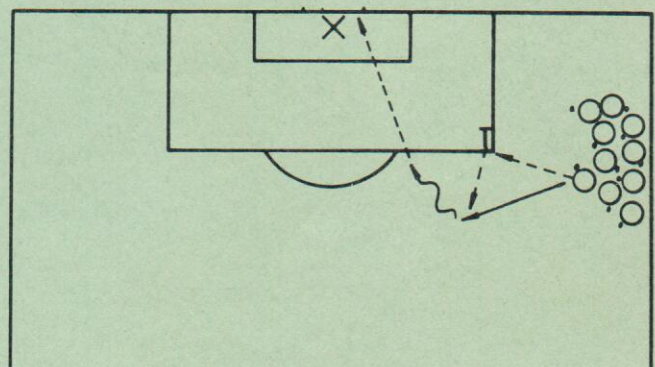
Die Spieler stehen mit je einem Ball am Mittelkreis. Sie spielen nacheinander nach kurzem Dribbling den 20 Meter vor dem Tor stehenden Trainer an. Sie starten ihrem Paß nach und schießen den vom Trainer flach zugespielten Ball nach Ballkontrolle auf das Tor. Danach holen sie ihren Ball und laufen zurück an den Mittelkreis. Jeder Spieler schießt 10mal mit dem rechten und 10mal mit dem linken Fuß.

#### Variationen:

- Die Bälle verschiedenartig in den Lauf spielen: flach, halbhoch, hoch, zum Spieler hin, vom Spieler weg etc. Wird ein Ball so zugespielt, daß er direkt auf das Tor geschossen werden kann, dann soll direkt geschossen werden.
- Möglichst direkt schießen.

### Torschußtraining

08

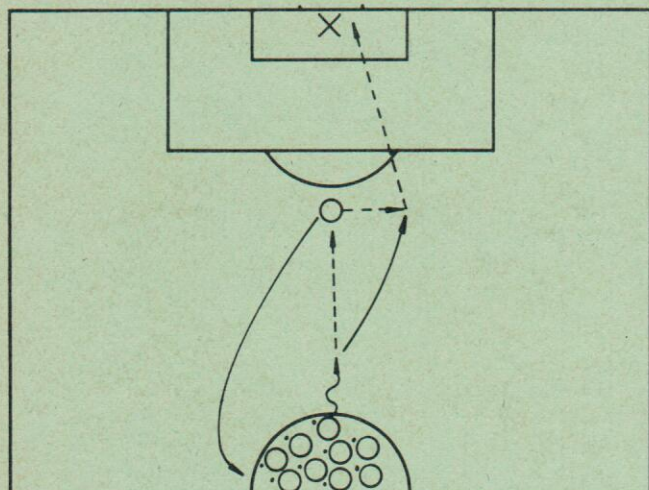


#### Ablauf:

An der Seitenlinie etwa 20 Meter von der Torlinie entfernt stehen die Spieler mit ihren Bällen. Der an der Strafraumecke stehende Trainer wird angespielt und läßt den Ball kurz in Richtung Mittellinie abprallen. Der nachstartende Spieler schießt nach Ballkontrolle oder direkt auf das Tor.

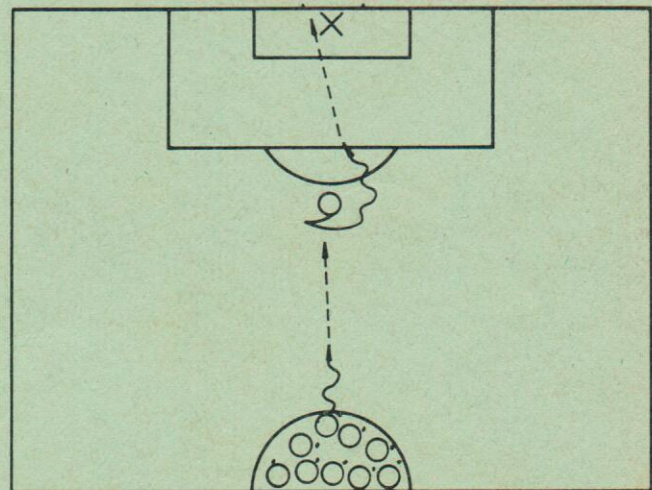
#### Hinweise:

Wird der Ball dem Trainer von der rechten Spielfeldseite zugespielt, dann schießen die Spieler mit dem linken Fuß auf das Tor, wird der Ball von der linken Spielfeldseite zugespielt, dann wird mit dem rechten Fuß auf das Tor geschossen. Die Spieler sollen den Ball mit viel Effet auf das Tor schießen, dabei ist es sinnvoll, jeweils auf die lange Ecke des Tores zu zielen. 8 bis 10 Schüsse von der rechten und 8 bis 10 Schüsse von der linken Seite aus auf das Tor schießen.



**Ablauf:**

Die Spieler stehen mit je einem Ball im Mittelkreis. Vor dem Strafraum steht ein Mitspieler ohne Ball. Ein Spieler aus dem Mittelkreis spielt den Ball nach kurzem Dribbling zu seinem Partner vor dem Strafraum, dieser läßt den Ball abprallen, der nachstartende Spieler aus dem Mittelkreis schießt nach Ballkontrolle oder direkt auf das Tor. Nach erfolgtem Torschuß wird der Schütze Anspielstation für den nächsten Spieler aus dem Mittelkreis, der Angespielte holt den Ball und läuft in mittlerem Tempo zur Mittellinie.



**Ablauf:**

Wie Übung 09; jetzt nimmt der vor dem Strafraum stehende Spieler den Ball nach rechts an und mit und schießt auf das Tor. Der Paßgeber aus dem Mittelkreis startet dem Ball nach, läßt sich jetzt selbst anspielen, nimmt den Ball nach links an und mit und schießt ihn auf das Tor usw. Der Schütze holt sich seinen Ball und stellt sich im Mittelkreis hinten wieder an.



**Nützliche Sportbücher – nicht speziell Fußball, aber wichtig!**

- Baumann, S.:** Sportspiele, BLV-Handbuch (mit Handball), 216 S. **DM 48,00**
- Clasing:** Sportärztliche Ratschläge **DM 16,00**
- Dassel, H./Haag, H.:** Circuit-Training (66 Bildtafeln)  
Teil I: Sportmotorische Eigenschaften **DM 29,80**  
Teil II: Balltechnische Fertigkeiten (52 Bildtafeln) **DM 28,80**
- Dietrich/Dürnwächter/Schaller:** Die Großen Spiele (Methodische Aufarbeitung von Basketball, Handball, Fußball und Volleyball), 3. Aufl. 1982, 224 S. A 6 **DM 17,80**
- Digel, H.:** Lehren im Sport. Ein Handbuch für Sportlehrer, Sportstudierende und Übungsleiter **DM 15,80**
- Döbler, E. und H.:** Kleine Spiele (Ein Handbuch für Schule und Sportgemeinschaft), 429 S. **DM 22,00**
- Hans Eberspächer:** Sportpsychologie, rororo-Sachbuch **DM 11,80**
- Fidelus/Kocjasz:** Atlas der Trainingsübungen (2000 Üb.) **DM 18,00**

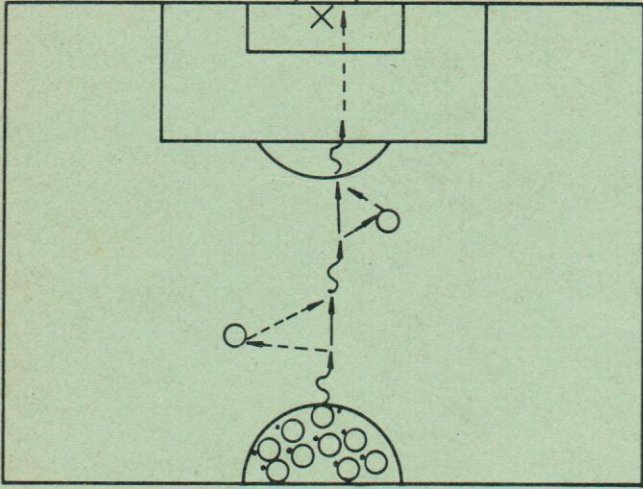
- H. Gabler/H. Eberspächer u. a.:** Praxis der Psychologie im Leistungssport, 15,5 x 23 cm, 1979, 616 Seiten mit 84 Abb. und 41 Tab. **DM 40,00**
- Gain:** Muskelkraft durch Partnerübungen **DM 9,80**
- Gold/Roth:** Krafttraining, 2. Aufl. 1980, 160 Seiten, 150 Abb. **DM 20,00**
- Grosser/Herbert:** Konditionsgymnastik **DM 24,80**
- Hamm/Nilles:** Richtig essen hilft gewinnen **DM 16,80**

- Harre, Dietrich:** Trainingslehre, Das Standardwerk aus der DDR, 280 S. **DM 34,00**
- Jonath, K./Krempel, R.:** Konditionstraining (neu!), rororo-Sportbuch, 429 S. **DM 16,80**
- Konzag, G.:** Übungsformen für die Sportspiele **DM 16,80**
- Kos, B.:** Gymnastik, 1200 Übungen **DM 15,80**
- Kos, B./Teply, Z.:** Kondition durch Gymnastik (aus der DDR), 312 S., ca. 1500 Abb. **DM 15,80**
- Kreidler, H.-D.:** Konditionsschulung durch Spiele, 104 S. **DM 16,80**
- Kuprian/Eitner/Meissner/Ork:** Sportphysiotherapie, 376 S. (17,5 x 24,5 cm) gebunden, 362 Abb. **DM 59,00**
- Letzelter, M.:** Trainingsgrundlagen (rororo-Sportbuch) **DM 10,80**
- Löcken/Dietze (Hrsg.):** Das Betreuungssystem im modernen Hochleistungssport (NEU!), 255 S. **DM 28,00**
- Löscher:** Kleine Spiele für viele **DM 9,80**
- Martin, D.:** Grundlagen der Trainingslehre: Teil I: Die inhaltl. Struktur des Trainingsprozesses. 292 S. **DM 33,60**



**Weitere Titel auf der übernächsten Seite – Bestellkarten rechts**





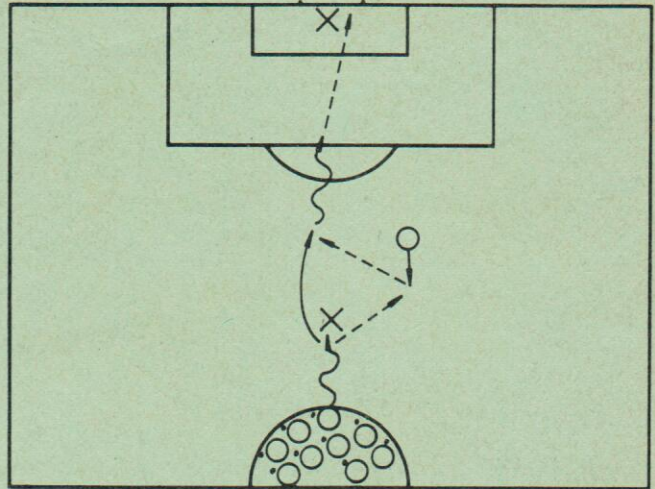
**Ablauf:**

Die Spieler stehen mit ihren Bällen im Mittelkreis. Einer steht seitlich etwas versetzt 10 Meter vom Kreis entfernt in Richtung Tor, ein zweiter Partner steht vor dem Strafraum.

Die nacheinander aus dem Kreis startenden Spieler spielen mit ihren beiden Partnern je einen Doppelpaß und schießen nach Ballkontrolle oder direkt auf das Tor.

**Variation:**

Doppelpaßspiel von der Seite des Feldes. Nach einigen Durchgängen werden die Anspielstationen ausgetauscht.



**Ablauf:**

Wie Übung 11; jetzt wird der erste Anspieler zum Gegenspieler des aus dem Kreis startenden Ballbesitzers, der 2. Spieler bleibt Anspielstation zum Doppelpaß.

**Hinweise:**

- Nach einigen Durchgängen wechseln die beiden Spieler im Feld mit zwei Spielern aus dem Mittelkreis.
- Der jeweilige Abwehrspieler ist zunächst teilaktiv, später wettkampftaktiv.

**Bestellung**  
Umseitiger Absender bestellt  
Abonnement „fußballtraining“  
und/oder Fachliteratur

- ab \_\_\_\_\_ (Monat/Jahr) / \_\_\_\_\_ bis auf Widerruf \_\_\_\_\_ Abonnement(s) der Zeitschrift „fußballtraining“ zum Jahresbezugspreis von DM 48,- (bei Abbuchung minus 2% Skonto; im Ausland DM 54,-). Das Abonnement läuft mindestens 1 Jahr und danach bis auf Widerruf. Kündigen kann ich es schriftlich jederzeit mit 6-Wochen-Frist zu jedem 30. Juni oder 31. Dezember.
- aus dem Jahrgang 1983 (6 Hefte) folgende Hefte nach: Nr. \_\_\_\_\_
- aus dem Jahrgang 1984 (6 Hefte) folgende Hefte nach: Nr. \_\_\_\_\_
- aus Ihrem **Literatur-Angebot:**
- \_\_\_\_\_ Expl. Farbkalender „kicker '85“
- \_\_\_\_\_ Expl. 6er-Sammelmappen „fußballtraining“
- \_\_\_\_\_ Expl. 12er-Sammelmappen „fußballtraining“
- \_\_\_\_\_ Expl. \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_ Expl. \_\_\_\_\_

**Die Zahlungsweise und meine genaue Anschrift habe ich umseitig deutlich lesbar angegeben.**

**Hinweis:** Ich weiß, daß ich die Abonnement-Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Verlag schriftlich widerrufen kann.

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

(2. Unterschrift des neuen Abonnenten)

**Bestellung**  
Umseitiger Absender bestellt  
Abonnement „fußballtraining“  
und/oder Fachliteratur

- ab \_\_\_\_\_ (Monat/Jahr) / \_\_\_\_\_ bis auf Widerruf \_\_\_\_\_ Abonnement(s) der Zeitschrift „fußballtraining“ zum Jahresbezugspreis von DM 48,- (bei Abbuchung minus 2% Skonto; im Ausland DM 54,-). Das Abonnement läuft mindestens 1 Jahr und danach bis auf Widerruf. Kündigen kann ich es schriftlich jederzeit mit 6-Wochen-Frist zu jedem 30. Juni oder 31. Dezember.
- aus dem Jahrgang 1983 (6 Hefte) folgende Hefte nach: Nr. \_\_\_\_\_
- aus dem Jahrgang 1984 (6 Hefte) folgende Hefte nach: Nr. \_\_\_\_\_
- aus Ihrem **Literatur-Angebot:**
- \_\_\_\_\_ Expl. Farbkalender „kicker '85“
- \_\_\_\_\_ Expl. 6er-Sammelmappen „fußballtraining“
- \_\_\_\_\_ Expl. 12er-Sammelmappen „fußballtraining“
- \_\_\_\_\_ Expl. \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_ Expl. \_\_\_\_\_

**Die Zahlungsweise und meine genaue Anschrift habe ich umseitig deutlich lesbar angegeben.**

**Hinweis:** Ich weiß, daß ich die Abonnement-Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Absendung in diesem Zeitraum genügt) beim Verlag schriftlich widerrufen kann.

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

(2. Unterschrift des neuen Abonnenten)

## Allg. Sportbücher (Fortsetzung von Seite 16)

- Teil II.** Die Planung, Gestaltung, Steuerung des Trainings; Kinder- und Jugendtraining, 1. Aufl. 1980 304 S. **DM 33,60**
- Matkovic:** 400 Übungen zur Entwicklung von Kraft, Beweglichkeit und Geschicklichkeit **DM 22,80**
- Meinel, K.:** Bewegungslehre, 448 S. **DM 29,80**
- Rigauer, B.:** „Sportsoziologie“ (Grundlagen, Methoden, Analysen) **DM 11,80**
- Weineck, J.:** Optimales Training, 380 S. 103 Abb. **DM 38,00**



## Optimales Training



## Neue Fußballbücher (und andere . . .)

- Bucher, W.:** 1009 Spiel- und Übungsformen im Fußball. 224 Seiten DIN A 5 quer, zahllose Fotos und Skizzen **DM 26,80**
- Rogalski/Degel:** Fußball (Reihe „Schülersport“/DDR). 160 S. A 5, zahlr. zweifarbige Abbildungen **DM 12,80**
- Bauer/Ueberle:** Fußball. Faktoren der Leistung, Spieler- und Mannschaftsführung. 191 Seiten, 24 Grafiken **DM 18,00**
- Thissen/Roelgen:** Torwartspiel im Fußball. 336 S., 675 Abb. und Fotos **DM 32,00**
- Coerver, W.:** Fußballtechnik. Dribbeln und Tricksen. Passen und Schießen. 199 Seiten, 21,5 x 27 cm, 725 Fotos **DM 29,80**
- Pfeifer/Maier:** Fußball-Praxis (4. Teil): Jugendtraining II (Technik, Taktik, Kondition) 290 S., über 1000 Übungs-, Spiel- und Wettkampfformen **DM 29,80**
- Zeeb, G.:** Fußball-Training (Planung, Durchführung), 94 Trainingsprogramme. 160 S., über 100 Abb. **DM 14,80**
- Müller-Wohlfahrt u.a.:** Süße Pille Sport – Verletzt, was nun? 172 S. A 5 (Besprechung in Heft 5, S. 10) **DM 14,80**

**Super.  
Noch lieferbar!**

**Ab  
5 Stück  
frei Haus!**



**kicker85**  
ist genau das richtige Geschenk für alle Fußballnarren – insbesondere natürlich für Ihre Jugendmannschaften, die Sie zum Jahreswechsel sicherlich mit einer kleinen Aufmerksamkeit bedenken wollen.

24 (!) farbige Topscenen aus den letzten 12 Monaten in Bundesliga-, Europacup- und EM-Spielen. Kalenderformat 39,5 x 28 cm. Lieferung in stabilem Versandschuber. Versandkosten DM 3,- je Sendung, ab 5 Stück Lieferung **frei Haus!**

**Mitbestellen:  
84er-Kicker-Kalender (24 Farbposter)  
zum Ausverkaufspreis  
DM 7,80**

**14,80  
DM**

### Süße Pille Sport

Verletzt, was nun?  
Dr. med. H.W. Müller-Wohlfahrt, H.J. Montag  
Prof. Dr. Dr. W. Dieckhoff



### Gerhard Zeeb

Planung, Durchführung,  
94 Trainingsprogramme



Bitte  
ausreichend  
frankieren

**philippa verlag**

Steinfurter Straße 104  
D-4400 Münster

Bitte  
ausreichend  
frankieren

**philippa verlag**

Steinfurter Straße 104  
D-4400 Münster

### Besteller:

Straße: \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

### Gewünschte Zahlungsweise:

- Buchen Sie den Rechnungsbetrag abzgl. 2% Skonto (für nicht preisgebundene Titel) ab von meinem/vom\* \_\_\_\_\_

Konto Nr. \_\_\_\_\_  
bei (Bank): \_\_\_\_\_

\* Konto-Inhaber bin nicht ich, sondern: \_\_\_\_\_  
BLZ: \_\_\_\_\_

- Ich habe das vorbereitete Überweisungsformular benutzt.  
 Verrechnungsscheck abzgl. 2% Skonto anbei.  
 Ich zahle sogleich nach Rechnungserhalt.

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

### Besteller:

Straße: \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

### Gewünschte Zahlungsweise:

- Buchen Sie den Rechnungsbetrag abzgl. 2% Skonto (für nicht preisgebundene Titel) ab von meinem/vom\* \_\_\_\_\_

Konto Nr. \_\_\_\_\_  
bei (Bank): \_\_\_\_\_

\* Konto-Inhaber bin nicht ich, sondern: \_\_\_\_\_  
BLZ: \_\_\_\_\_

- Ich habe das vorbereitete Überweisungsformular benutzt.  
 Verrechnungsscheck abzgl. 2% Skonto anbei.  
 Ich zahle sogleich nach Rechnungserhalt.

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

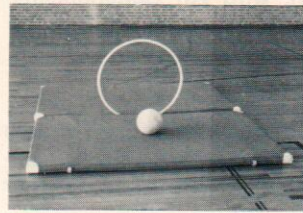


## Möglichkeiten der Torbildung auf dem Spielfeld

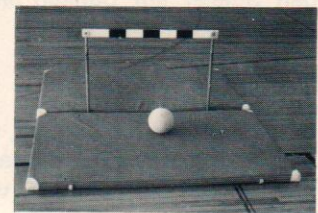
### Anmerkung:

Die Tore können 3 bis 5 Meter von der Wand entfernt oder in einer bestimmten Spielfeldbegrenzung (z. B. in den Freiwurfbereichen eines Basketballfeldes) aufgebaut werden. Dadurch kann die gesamte Hallenfläche bzw. das gesamte Spielfeld zu taktisch einfallreichen Spielzügen ausgenutzt werden. Ein hoher Spielfluß ist gewährleistet. Tore können aus verschiedenen Richtungen erzielt werden. Turnmatten bilden den Torraum, der nicht betreten werden darf. Bei Verstößen wird ein Strafstoß verhängt.

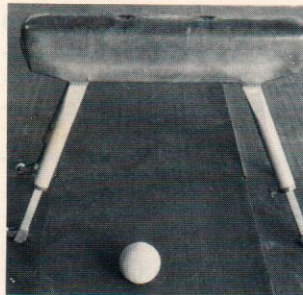
- Zwischen 2 Turnmatten wird ein Gymnastikreifen aufrecht eingeklemmt.
- Eine Hürde ist zwischen 2 Turnmatten aufgestellt. (Eine der Matten liegt auf den Hürdenbeinen, so daß die Hürde nicht umstürzen kann.)
- Zwei Hochsprungständer werden zwischen zwei Turnmatten festgeklemmt. Die Matten lagern teilweise auf den Füßen der Ständer, wodurch ein Umfallen dieser verhindert wird. Die Torhöhe wird durch eine Schnur markiert. Es kann mit Torwart gespielt werden.
- Auf der Mitte zweier Turnmatten befindet sich ein auf die Seite gestelltes Kastenteil oder ein Medizinball.
- Bei einem Seitpferd als Tor können Tore von 4 Seiten (2 Längs- und 2 Breitseiten) erzielt werden.



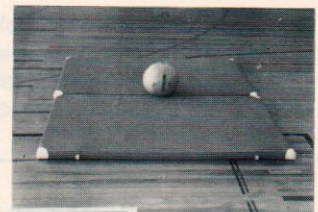
Gymnastikreifen



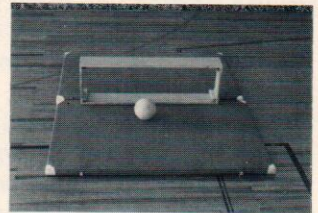
Hürde



Seitpferd



Medizinball



Kastenzwischenstück

## Änderungen des Regelwerks

### Spiel mit Bande

Besonders in kleinen Hallen ist es notwendig, über eine möglichst große Spielfläche zu verfügen. (Eventuell können die sich nicht auf dem Spielfeld befindlichen Spieler im Geräteraum usw. Platz nehmen.)

Die Wände gelten als Begrenzung der Spielfläche. Vor Geräten, die an den Wänden installiert sind, Fensterscheiben und offenen Geräteraum können Kastenoberseiten oder umgekippte Schwedenbänke aufgestellt werden, um eine zusätzliche Bandenfläche zu schaffen.

Turnmatten können auch benutzt werden, jedoch vermindert sich dann die Prellwirkung des Balls entscheidend. Springt der Ball über die zusätzlich geschaffene Bandenfläche, so wird er an dieser Stelle eingorollt.

Falls die Wände hinter den Toren als Bande benutzt werden, ist es unbedingt notwendig festzulegen, von welcher Entfernung aus (z. B. Mittellinie) frühestens gegen diese Bande gespielt werden darf. Sonst besteht die Gefahr, daß der Ball vom eigenen Tor aus nur nach vorn geschossen und dann hinterhergelaufen wird.

Das Spiel mit Bande steigert das Spieltempo wesentlich und beansprucht in hohem Maße das Reaktionsvermögen der Spieler.

### Torwart

Es kann ohne, mit „festem“ oder mit ständig wechselndem Torwart gespielt werden. Im letzten Fall kann während des Spiels von jedem Feldspieler jederzeit die Torwartfunktion ausgeübt werden. Eine zusätzlich angebrachte Torraummarkierung kann als Orientierungshilfe dienen. Nur derjenige darf die Torwartaufgabe übernehmen, der sich innerhalb des Torraums aufhält. Agieren zwei Feldspieler gleichzeitig als Torwart oder steht der Torwart bei seiner Abwehrbewegung außerhalb des Torraums, wird ein Strafstoß verhängt. Vor jedem Tor werden Schußlinien markiert, die nicht mit der Mittellinie identisch sind.

Es gibt zwei Wertungsmöglichkeiten. Ein Tor ist nur gültig, wenn sich der Torschütze im Moment der Schußabgabe innerhalb oder außerhalb der Schußzone befindet. Bei nicht gültigen Toren wird auf Toraus entschieden.

Das Festlegen bestimmter Schußzonen unterbindet eine wilde „Bolzerei“ und fördert das Zusammenspiel innerhalb der Mannschaft. Je nach Könnensstand muß diese Zone entsprechend groß oder klein gewählt werden.

### Eckball

Anstelle eines Eckstoßes wird der Ball von der Eckmarkierung aus eingorollt.

## Seitenlinie

Die Seitenlinie, hinter der die nicht am Spiel teilnehmenden Spieler auf Bänken sitzen, wird zur Seitenauslinie erklärt.

## Torerfolg

Ein Tor wird nur anerkannt, wenn der Torschütze vor dem Torschuß mindestens einmal mit einem Mitspieler zusammengespielt oder den Ball unmittelbar von einem Gegner erhalten hat.

## Strafstoß

Der Strafstoß auf ein freistehendes gegnerisches Tor wird von der Mittellinie des Spielfeldes ausgeführt. Die Feldspieler müssen eine mindestens 5 Meter breite Schußgasse freigehalten. Sie dürfen sich jedoch hinter dem Tor auf-

halten. Der Ball darf auf dem Weg zum Tor nicht angehalten werden. Verfehlt der Strafstoß das Tor, nehmen die Feldspieler das Spiel sofort wieder auf.

## Dauer des Spiels

Wenn die Mannschaften mehrmals spielen, soll wegen der hohen Organbelastungen, die der Hallenfußball schon in kürzester Zeit hervorruft, die Dauer des Spiels 5 Minuten nicht überschreiten. Auf diese Weise kann in Verbindung mit den einzelnen Spielpausen ein intensives Intervalltraining durchgeführt werden.

## Spielerzahl

Je nach Größe der verfügbaren Spielfläche empfiehlt es sich, eine Mannschaft mit nicht weniger als 3 und nicht mehr als 6 Spielern zu bilden.

## 4. Spielmöglichkeiten an der Hallenwand

Fast in jeder Sporthalle sind Wandflächen vorhanden, die frei von Geräten und daher als Spielwand zu nutzen sind. Zum Spielen an der Wand ist eine glatte und senkrechte Fläche notwendig, die den Ball möglichst unbeeinflusst zurückprallen läßt.

Wände mit hohen Bodenleisten, die flach gespielte Bälle unregelmäßig ablenken, Wände, an denen Geräte befestigt sind, Fensterscheiben, offene Geräte Räume usw. sind mit geringem Aufwand wenigstens teilweise durch umgekippte Schwedenbänke, Kastenoberteile, Kleinkästen oder Turnmatten zur Spielwand umzufunktionieren.

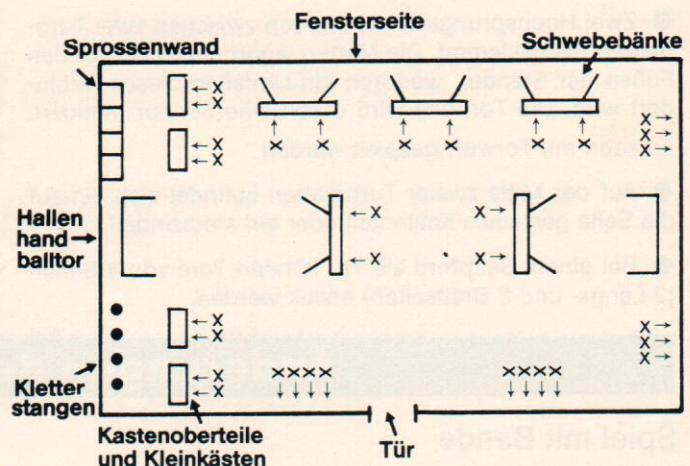
Lassen sich an allen 4 Hallenseiten Spielflächen schaffen, ist es durchaus möglich, daß die gesamte Lerngruppe bzw. große Teile der Lerngruppe gleichzeitig an der Wand spielen können, ohne sich gegenseitig zu behindern. Dadurch wird eine hohe Intensität sichergestellt (vgl. **Abb. 1**).

Die Spielwand stellt einen idealen Trainingspartner dar. Sie bietet zahlreiche Schulungsmöglichkeiten für die wesentlichen Grundlagen der Balltechnik.

Durch ihre Prellwirkung ersetzt die Spielwand einen Partner, so daß ein Spieler sich individuell beschäftigen und ohne Störungen durch den Partner einen bestimmten technischen Bewegungsablauf durch vielfache Wiederholung und ständige Selbstkontrolle erarbeiten und verbessern kann.

Von der Spielwand prallt der Ball so zurück, wie er geschossen wurde. Auf diese Weise wird der Spieler gezwungen, sein Ballgefühl, seine Balltechnik und sein Reaktionsvermögen zu entwickeln. Um einen großen Übungseffekt zu gewährleisten, muß auch beim Spielen an der Spielwand ein methodischer Aufbau beachtet werden.

Zunächst steht das Einzelspiel im Vordergrund. Jedem Spieler sollen genügend Möglichkeiten gegeben werden, sich intensiv mit dem Ball an der Wand zu beschäftigen und den Ball sowohl mit dem **rechten** als auch mit dem **linken** Fuß zu spielen. Erst wenn eine gewisse Sicherheit beim Spielen mit dem Ball erreicht ist, können Mitspieler hinzukommen.



**Abb. 1:** Sicherung einer hohen Übungsintensität bei großen Übungsgruppen durch Nutzung der gesamten Halle.

Für das Spielen an der Wand muß der Übende eindeutige Vorgaben erhalten, da sonst schnell ein unkontrolliertes „Gebolze“ entsteht. Die einzelnen Aufgabenstellungen lassen sich sehr variabel und interessant gestalten. Je nach Entfernung zur Spielwand werden der Krafteinsatz sowie das Dosierungs-, Konzentrations- und Reaktionsvermögen unterschiedlich beansprucht. Zielmarkierungen motivieren und helfen, die Schußgenauigkeit zu kontrollieren. Außerdem erfordern sie eine exakte Bewegungsausführung. Nicht nur die Schußtechnik läßt sich verbessern, sondern auch die Schußkraft. Turnmatten, insbesondere Weichbodenmatten, vermindern weitgehend den Rückpralleffekt selbst härtester Schüsse.

Da besonders in Stadtgebieten vielfach Bolzplätze, Rasenflächen usw. zum Fußballspielen fehlen, erscheint es besonders wichtig, daß die Spieler sinnvolle Anleitungen erhalten, wie sie in ihrer Freizeit selbstständig an Mauern, Garagenwänden usw. mit dem Ball spielen können.

**Fortsetzung in Heft 2/85**

## Allgemeine Ziele:

- Verbesserung des Laufverhaltens
- Verbesserung des Ballgefühls
- Verbesserung des Zusammenspiels

## Laufspiel

### Abschlagen

Die Spieler bewegen sich in einem abgegrenzten Feld. Ein Fänger versucht, einen Spieler abzuschlagen, der Abgeschlagene wird zum Fänger. Die Spieler dürfen nicht abgeschlagen werden, wenn sie

- in die Hocke gehen
- sich hinsetzen
- sich hinlegen.

### Variation:

Der abgeschlagene Spieler muß sich hinhocken. Der Fänger hat 30 Sekunden Zeit, soviel Spieler wie möglich zu fangen. Nach 30 Sekunden wechselt der Fänger.

Wer fängt innerhalb der 30 Sekunden die meisten Spieler?

## Ballgewöhnungsübungen

Die Übungen 1, 2 und 3 aus der letzten Unterrichtseinheit („fußballtraining“ 6/84, S. 20 ff.) werden wiederholt.

### Übung 4:

Jeder Spieler hat einen Ball. Freies Dribbeln im Feld:

- Ballführen nur mit dem rechten Fuß.
- Nur mit dem linken Fuß.
- Abwechselnd mit dem rechten und linken Fuß dribbeln.
- Den Ball nur mit dem Außenspann (mit der Außenseite) führen, rechts führen, links führen, im Wechsel rechts und links führen.
- Kleine Kreise mit dem Ball laufen und ihn dabei nur mit der Außenseite des rechten und linken Fußes führen.
- Den Ball wechselweise mit der rechten und linken Außenseite des Fußes führen.

### Übung 5:

Jonglieren des Balls mit dem Spann:

Wer schafft es, den Ball 5mal hintereinander mit dem rechten Fuß hochzuhalten, wer schafft es 5mal mit dem linken Fuß? Wer kann den Ball abwechselnd links und rechts hochhalten?

Jonglieren mit dem Kopf:

Den Ball so oft wie möglich hochhalten.

### Beachten:

- Die einzelnen Aufgaben jeweils etwa 30 Sekunden lang durchführen lassen.
- Beim Dribbling soll der Ball mit vielen schnellen kleinen Schritten geführt und häufig berührt werden.
- Der Ball muß „gestreichelt“ werden; er muß stets unter Kontrolle bleiben.
- Das Tempo variieren.
- Auf Sicherheit beim Dribbling achten.

Gero Bisanz:

## Eine Unterrichtseinheit für das Training mit den „Kleinen“

Teilnehmer: Mädchen und Jungen im Alter von acht bis zwölf Jahren (14. Unterrichtseinheit)

- Den Blick vom Ball lösen und die Spielumgebung mit beobachten.

## Verbesserung des Zusammenspiels

### Spielform 1:

3 gegen 1 auf 2 Tore

Auf den Grundlinien eines etwa 30 Meter langen Spielfeldes steht je ein etwa 5 Meter breites Tor. Im Feld spielen 3 Angreifer gegen 1 Abwehrspieler auf 1 Tor mit 2 Torhütern (**Abb. 1**).

Verlieren die Angreifer den Ball, starten 2 Spieler sofort zurück in ihr Tor, einer läuft zurück und wird Verteidiger. Die bisherigen Abwehrspieler (die beiden Torhüter und der Verteidiger) werden zu Angreifern auf das gegenüberliegende Tor.

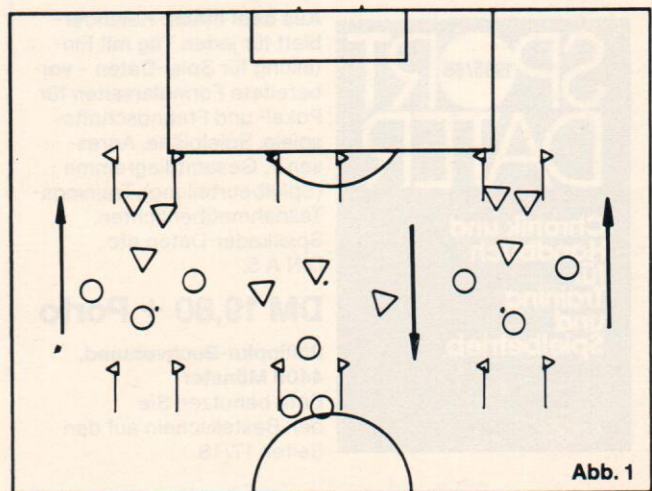


Abb. 1

## Spielform 2:

Wie Spielform 1; jetzt 3 gegen 2 auf 2 Tore (Abb. 2).

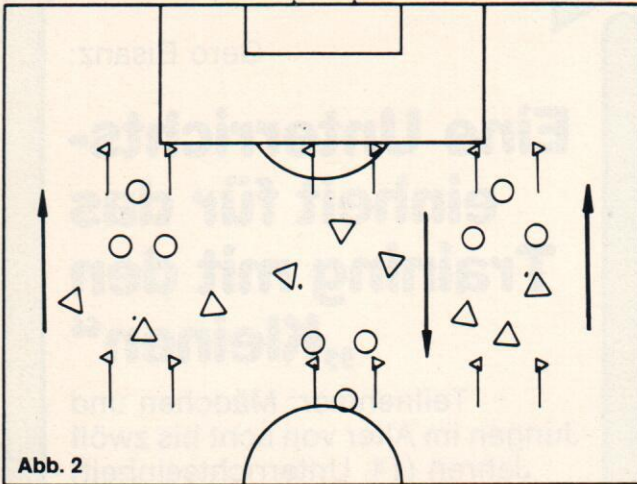


Abb. 2

### Beachten:

- Beim Zusammenspiel auf richtiges Anbieten und Freilaufen achten.
- Der Spieler am Ball braucht Hilfe, deshalb hin zum Spieler am Ball!
- Nach Ballverlust sofort auf Abwehr umschalten und in Richtung eigenes Tor starten.

## Spielform 3:

4 gegen 2 auf 4 Tore

Auf den Grundlinien eines etwa 30 Meter langen Feldes stehen im Abstand von etwa 8 Metern 2 ca. 3 Meter breite Tore (Abb. 3). Vor den Toren spielen 2 Verteidiger, in den Toren steht je 1 Torhüter. 4 Angreifer versuchen, gegen die beiden Verteidiger Tore zu schießen. Er kämpft sich die verteidigende Mannschaft den Ball oder wird der Ball am Tor vorbeigeschossen, greifen sie auf das gegenüberstehende Tor an; die Spieler, die den Ball

verloren haben, schalten sofort um auf Abwehr; zwei Spieler stellen sich in die Tore, die anderen beiden wehren vor den Toren als Verteidiger ab.

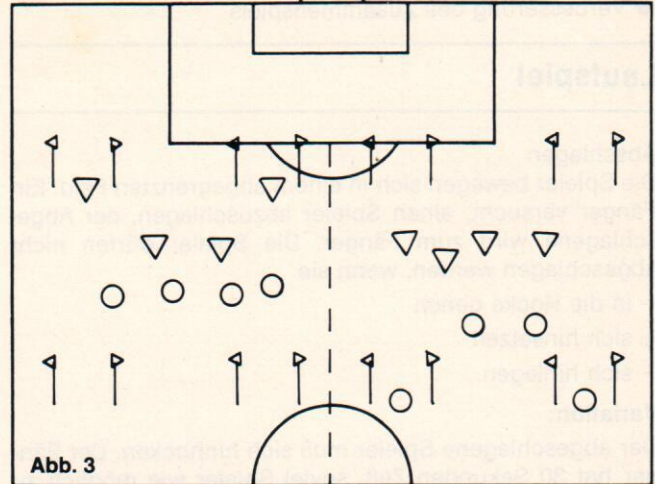


Abb. 3

## Abschlußspiel

6 gegen 6 auf 2 Tore mit Torhütern (Abb. 4)

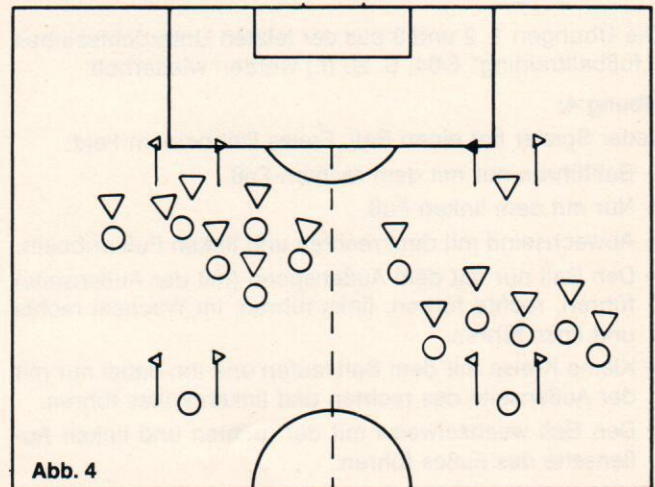


Abb. 4

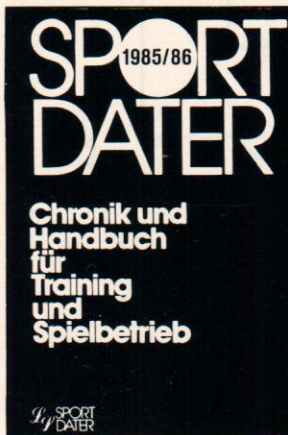
### Beachten:

- Darauf achten, daß durch ein gutes Zusammenspiel Torchancen herausgespielt werden.
- Die Angriffsspieler müssen ständig darauf bedacht sein, sich so freizulaufen, daß der Spieler am Ball Hilfen bekommt, damit ein Zusammenspiel ermöglicht wird.
- Immer aus dem Deckungsschatten der Abwehrspieler herauslaufen.
- Nach dem Abspielen wieder freilaufen und sich anbieten.
- Nach Ballverlust schalten alle Spieler auf Abwehr um und verteidigen ihr Tor.

\*

Anschrift des Verfassers: Im Brückfeld 7, 5063 Overath

## Keine Zettelwirtschaft mehr. Für nur 19,80 DM.



**Aus dem Inhalt:** Kalenderblatt für jeden Tag mit Einteilung für Spiel-Daten – vorbereitete Formulareiten für Pokal- und Freundschaftsspiele, Spielpläne, Adressen –, Gesamtdiagramme (Spielbeurteilung), Trainings-Teilnahmeübersichten, Spielkader-Daten etc., DIN A 5.

**DM 19,80 + Porto**

Philippka-Buchversand,  
4400 Münster  
Bitte benutzen Sie den Bestellschein auf den Seiten 17/18.



## Vorbemerkungen

Die Reise der 30köpfigen Delegation begann am Freitag, dem 30. November 1984, um 16 Uhr ab Bergisch Gladbach über Amsterdam, Wien und Dubai. In der Nacht zum 2. Dezember wurde das erste Ziel Bangkok erreicht. Ein bereits in Deutschland abgestimmtes Besichtigungsprogramm sollte etwas mehr als nur Fußball bieten – mußten doch fast alle Spielerinnen für diese Reise ihren Jahresurlaub opfern.

Mit dem „R. S. Hotel“ fanden wir eine optimale Unterbringung vor. Der begehrteste Treffpunkt in den folgenden Tagen war bei Temperaturen um 35 Grad der Swimmingpool.

Die letzten Trainingsvorbereitungen kamen etwas zu kurz. Nachdem ein fest eingeplantes Testspiel gegen die Thai-Auswahl (befand sich in Japan zur Vorbereitung auf das Turnier in Taiwan) ins Wasser gefallen war, mußte die Mannschaft in den öffentlichen Lumpini-Park ausweichen. Bessere Möglichkeiten bot an den folgenden Tagen ein unebener, harter Privat-Sportplatz.

Freundlicherweise stellte die thailändische Herren-Nationalmannschaft, die sich auf den Asien-Cup vorbereitete, das Trainingsgelände zur Verfügung.

Nach dem vor allem touristisch wertvollen Zwischenstopp bot sich auch Taiwan von der schönsten Seite, mit Sonnenschein und angenehmen Temperaturen um 25 Grad.

Vorher gab es allerdings noch einige Rückschläge: Ein Taifun blockierte stundenlang die Fluglinie nach Hongkong und Taipei. Mit Dauerskat, Canasta und Mini-Schach vertrieb man sich die Zeit. Unangenehm und langwierig waren auch die strengen Zollkontrollen von Hongkong und Taipei.

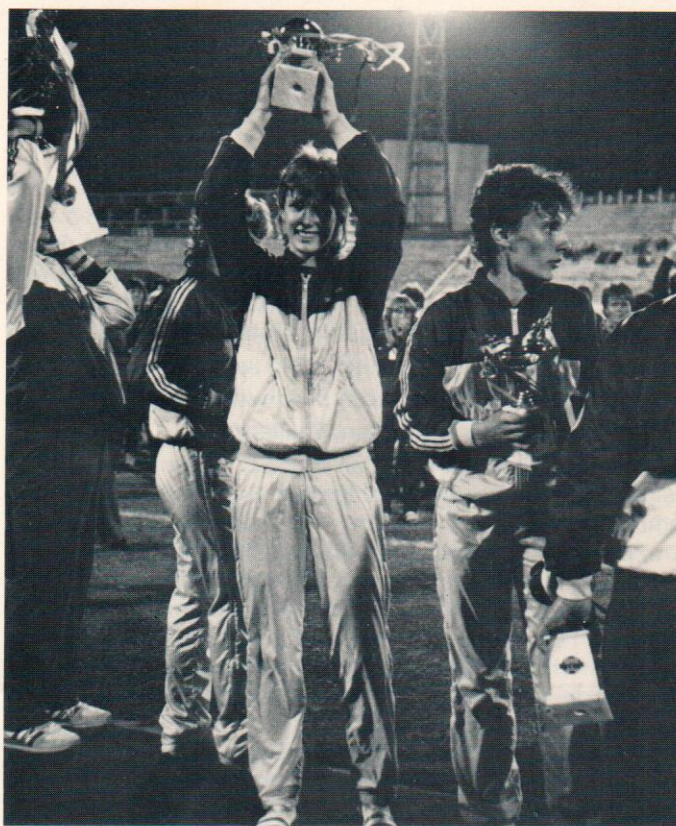
Nach 15 Stunden Reisezeit und völlig geschafft konnten wir um Mitternacht dann endlich unser Quartier im Hotel „Imperial“ beziehen. Alle teilnehmenden Mannschaften waren in diesem Hotel komfortabel untergebracht. Beim gemeinsamen Essen wurden schnell Kontakte mit anderen Spielerinnen geknüpft. Verständigungsprobleme wurden mit Hilfe der englischen Sprache überbrückt. Im ganzen betrachtet, fanden die Mannschaften gute Bedingungen vor, auch was die Trainingsmöglichkeiten und Spielanlagen betraf.

Erfreulich war für mich als Trainerin, daß die Mannschaft überhaupt keine Probleme mit der Zeitumstellung (MEZ plus 7 Stunden) und dem Klimawechsel hatte. Bei unserer ersten Teilnahme im Oktober 1981 war es schwül, und die Luftfeuchtigkeit war extrem hoch gewesen.

Überwältigend und noch wirkungsvoller als 1981 war die Eröffnungszereemonie: Mit großem und herzlichem Beifall wurden alle Mannschaften bei ihrem Einmarsch ins Municipal-Stadion empfangen. Eine bunte Show mit Drachentänzen, chinesischem Ballett und Folklore, dazu über 5000 Schulkinder mit bunten Tafeln, auf denen lebende Bilder und Grüße an die Teams dargestellt wurden, ließen die Eröffnungsfeier zu einem unvergeßlichen Erlebnis werden.

Nachdem Erziehungsminister Lee Huan die Spiele für eröffnet erklärt hatte, kreiste ein Hubschrauber zum Anstoßpunkt. Zwei bildhübsche Schauspielerinnen stiegen aus und überreichten Herrn Assenmacher (FIFA-Schiedsrichter aus Deutschland), der das Eröffnungsspiel Taiwan II gegen Polynesien leitete, den Spielball.

Nach Aussage von Wu Pao-Hua, Präsident des Fußballverbandes von Taiwan, wird dieser Aufwand nur bei diesem Turnier betrieben, da der Damenfußball, international betrachtet, in Taiwan einen höheren Stellenwert hat als der Herrenfußball.



Anne Trabant-Haarbach:

## Internationales Welt-Turnier in Taiwan (I)

Zum zweiten Male nahm die SSG 09 Bergisch Gladbach am internationalen Welt-Turnier in Taiwan teil. Bereits 1978 und 1981 wurde diese inoffizielle Weltmeisterschaft (genehmigt von der FIFA) ausgetragen.

Anne Trabant-Haarbach, Mitglied unseres Redaktionskollegiums, berichtet für Sie, liebe Leser, in 2 Folgen (Folge 2 erscheint in Heft 2/85) von dem Trip zur „Schönen Insel“ Taiwan.

Sie kommentiert den sportlichen Hintergrund sowie die Vorbereitung der teilnehmenden Mannschaften auf dieses Turnier und schildert ihre Eindrücke über die Stärken und Schwächen dieser Mannschaften. Der Leser bekommt hier einen Eindruck vom Leistungsstandard des internationalen Damenfußballs. Gleichzeitig kann der Artikel als eine Standortbestimmung für den Damenfußball (bei diesem Turnier vertreten durch den mehrmaligen deutschen Damenfußballmeister SSG 09 Bergisch Gladbach) bei uns angesehen werden.



Meine Nachbetrachtung wäre unvollständig, würde ich nicht auf den Turnierverlauf und auf die teilnehmenden Mannschaften eingehen.

## Turnier-Reglement

Die drei Erstplatzierten aus dem Turnier 1981 (Germany - SSG 09 Bergisch Gladbach, Neuseeland und Taiwan) hatten sich für 1984 qualifiziert und wurden in die drei Vorrunden-Gruppen gesetzt. Zwei europäische, drei asiatische, zwei amerikanische und ein australisches Team wurden dazugelost. Die Gruppenformation zeigte folgende Einteilung:

**Gruppe A:** Germany, Australien, USA, Japan

**Gruppe B:** Neuseeland, Taiwan II, Schweiz, Polynesia

**Gruppe C:** Taiwan I, Norwegen, Thailand

Die Mannschaften der Gruppen A und C trugen ihre Spiele in Taipei aus. Kaohsiung (zweitgrößte Stadt und wichtigstes Industriezentrum auf Taiwan) war Austragungsort für die Gruppe B. In der Vorrunde mußte jede Mannschaft der Gruppen A und B drei Spiele an drei aufeinanderfolgenden Tagen absolvieren. Die Mannschaften der Gruppe C hatten ein Spiel weniger. Für das Finale, mit sechs Mannschaften besetzt, qualifizierten sich jeweils die zwei Erstplatzierten. Das Resultat (Punkte und Tore) der Vorrunde nahmen diese beiden Mannschaften mit in die Endrunde.

Zwischen den beiden Wettkampfrunden lag ein spielfreier Tag. Vier weitere Spieltage („jeder gegen jeden“) hintereinander folgten. Während die Finalspiele in Taipei stattfanden, kämpften die Dritten und Vierten der Vorrunde in Kaohsiung um die Plätze 7 bis 11. Der letzte Wettkampftag wurde dann wieder komplett im Municipal-Stadion von Taipei ausgetragen, da anschließend die Siegerehrung und die Abschlußfeier stattfanden.

Dieser Modus war der Spannung nicht abträglich. Der Turniersieger wurde erst in den letzten Minuten des letzten Endrundenspiels (SSG 09 Bergisch Gladbach – Norwegen) ermittelt.

## Sportlicher Hintergrund und Spielverhalten der Mannschaften

Interessant für die Leser/-innen dürfte neben der unterschiedlichen Spielauffassung insbesondere der sportliche Hintergrund der teilnehmenden Mannschaften und deren Vorbereitung auf dieses Turnier sein.

Zwischen den Spielen traf ich mich mit den Trainern und Offiziellen der teilnehmenden Mannschaften, um über die Entwicklung und Erkenntnisse des Damenfußballs zu diskutieren. Sämtliche Gegner der SSG 09 Bergisch Gladbach wurden von mir in mehreren Spielen beobachtet, so daß ich meine Mannschaft taktisch bestmöglich auf den jeweils kommenden Gegner einstellen konnte. Meine Befürchtungen, in die stärkste Vorrundengruppe gelost worden zu sein, wurden – wie auch die Endergebnisse zeigen – bestätigt. Zunächst möchte ich mich also mit diesen Teams (USA, Japan, Australien) befassen. Aus der gewaltigen Fülle meiner Aufzeichnungen habe ich nur die wichtigsten Punkte herausgesucht.

## USA

### Sportlicher Hintergrund und Vorbereitung der Mannschaft

Die USA wurden durch eine kalifornische Liga-Auswahl, der Silicon Valley Soccer League, vertreten. Trainer John Fede-

ma und Assistent Edward Caldwell mußten mit einem Team antreten, das in dieser Besetzung zum ersten Mal zusammenspielte. Vorher fanden nur gemeinsame Trainingseinheiten in den USA und in Taiwan statt. Das Durchschnittsalter lag bei 22 Jahren. Die Spielerinnen, nur Studentinnen, trainieren dreimal in der Woche ca. 1½ Stunden mit der Universitätsauswahl und zweimal mit der Clubmannschaft. Mehr als „Erfahrungen sammeln“ traute der Trainer seiner Mannschaft nicht zu.

In den USA gibt es rund eine Million soccer-player, davon 65 Prozent Jungen und 35 Prozent Mädchen. Eine Damen-Nationalmannschaft existiert nur auf dem Papier. Als amerikanischer Meister gilt der Gewinner des „US Open Cups“. Die Teilnahme ist freiwillig.

Zunächst wird der Liga-Meister ermittelt. Zur Zeit gibt es in Kalifornien vier Ligen. Dann spielt z. B. Nordkalifornien gegen Südkalifornien. Übrig bleiben zum Schluß vier Regionalsieger, die in einem Wochenend-Turnier (Halbfinale und Finale) um die Meisterschaft spielen.

Mädchen, die in den USA Fußball spielen wollen, müssen alles – auch die Reise nach Taiwan – selbst finanzieren. Gute Basketball- oder Volleyballspielerinnen können leicht ein Stipendium erhalten. Für Fußballerinnen stehen in ganz Kalifornien nur 10 Plätze zur Verfügung. Ferner mangelt es an guten Trainern, Lehrmaterial und Videotapes.

### Technisch-taktisches Spielverhalten der USA-Mannschaft

Das USA-Team, unser erster Gegner, hinterließ im Training in allen Bereichen einen schwachen Eindruck. Um so mehr überraschten sie im Spiel durch Einsatz und Begeisterung. Die Mannschaft spielte im 4:3:3-System und bevorzugte die Raumdeckung. Vorsätzliches Abseitsstellen des Gegners wurde als taktisches Abwehrmittel nicht eingesetzt.

Das fehlende taktische Verständnis und die technischen Mängel wurden durch persönliches Engagement, Härte und Kampf um den Ball kompensiert. Jede Spielerin war bemüht, bei Ballverlust sofort nachzusetzen. In allen Begegnungen wurde bis zur letzten Minute verbissen gekämpft.

Aufgrund der technisch-taktischen Mängel konnte die Breite und Tiefe des Raums nicht bewußt genutzt werden. Das USA-Team bevorzugte vielmehr ein ideenloses „Kick and rush“ oder verlor sich in Einzelaktionen. Die erzielten Tore resultierten hauptsächlich aus momentaner Unaufmerksamkeit der gegnerischen Abwehrreihen.

Ausgelaugt von dem enormen Laufpensum aller Spielerinnen, hatte die Mannschaft nicht mehr die physische Substanz, um im letzten Spiel gegen das schwächste Team (Polynesien) zu gewinnen. Die Spielhandlungen der Amerikanerinnen erfolgten meist instinktiv und intuitiv. Der Mannschaft fehlt eine ausgefeilte Technik und taktische Disziplin. Hier müssen die Verantwortlichen den Hebel ansetzen.

### Spielergebnisse

#### Vorrunde:

USA – SSG 09 Bergisch Gladbach	1:3
USA – Australien	1:2
USA – Japan	1:1

#### Platz 7 bis 11:

USA – Schweiz	3:1
USA – Thailand	1:0
USA – Polynesien	0:0

**Endergebnis:** 8. Platz





## Japan

### Sportlicher Hintergrund und Vorbereitung der Mannschaft

Japan trat mit der Nationalmannschaft an und konnte sich in aller Ruhe auf das 3. WWMFT vorbereiten. Bereits im Sommer 1984 wurde ein einwöchiges Trainingslager durchgeführt. Nationaltrainer Takemoto Kazuhiko baute ein völlig neues Team mit sieben neuen talentierten Spielerinnen auf. Zur Überprüfung der Leistungsfähigkeit und, um sich Wettkampf- und Turniererfahrungen anzueignen, nahm Japan an einem internationalen Turnier in Xixan (Volksrepublik China) teil. Teilnehmer waren unter anderem die Nationalmannschaften von Italien, Australien und den USA. Dort wurde der 4. Platz erreicht, und man unterlag z. B. gegen die australische Nationalmannschaft noch mit 2:6. Bevor das Aufgebot nach Taiwan flog, rundete ein weiterer Lehrgang die Vorbereitung ab.

Damenfußball wurde 1978 in Japan offiziell zugelassen. Die noch junge, aber sehr gute Football Association of Japan vertritt rund 6000 Spielerinnen. Zur Zeit sind ca. 270 Mannschaften gemeldet. Im Vergleich zu den Top-Sportarten Volleyball und Gymnastik ist Fußball nicht so populär, obwohl eine zunehmende Tendenz zu verzeichnen ist. Eine weitere Entwicklung erhofft man sich durch die Aufnahme des Mädchenfußballs in den Grundschulen.

Der Spielbetrieb läuft in einer zweigeteilten Nationalliga (Tokio-Ost und Tokio-West) ab. Einmal im Jahr (März) findet das

„All-Japan-Turnier“ statt. Die besten Vereinstams (16 Mannschaften) ermitteln den Meister.

Wie mir Verbandssekretärin Kikuko Okatina bestätigte, finanzierte der Verband die Reise nach Taiwan. Frau Okatina ist übrigens die einzige weibliche Fußballtrainerin Japans. Die Selbstbeteiligung pro Spielerin betrug 150 Dollar.

### Technisch-taktisches Spielverhalten der japanischen Mannschaft

In der japanischen Mannschaft war eine Anhäufung von Talenten zu erkennen. Die jungen, technisch sehr versierten Spielerinnen waren den meisten Mannschaften körperlich (Durchschnittsgröße 1,60 m) unterlegen und verstanden es nicht, ihre Stärken im Wettkampf situationsgerecht einzusetzen. Athletisch konnte Japan während des Turniers nicht überzeugen, wohl aber spielerisch.

Japan wählte in allen Spielen ein 4:3:3-System. In der Abwehrkette spielte ein Libero hinter den drei Verteidigerinnen. Erhöhtenwert das gute Stellungs- und Kopfballspiel aller Abwehrspielerinnen. Im Mittelfeld wurde eine Raumdeckung praktiziert. Die Japanerinnen zogen sich bei Ballbesitz des Gegners weit in die eigene Spielfeldhälfte zurück. Ein zielstrebiges Angriffsspiel der gegnerischen Mannschaften versuchten sie zu verhindern, indem sie sie durch Einengung der Angriffsräume zum Spiel in die Breite zwangen. Nach Balleroberung wurden mit langen Diagonalpässen die schnellen Außenstürmerinnen eingesetzt und damit die aufgerückte Abwehr häufig überrascht.



**Ein ganz heißer Tip**  
**SPORT ILLUSTRIERTE** jeden Monat neu  
**Überall wo's Zeitschriften gibt**

### COUPON

Senden Sie mir bitte die neue Ausgabe SPORT-Illustrierte kostenlos zum Kennenlernen.

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Straße/Nr. \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Wenn ich die SPORT-Illustrierte nach Erhalt des Gratisheftes regelmäßig beziehen möchte, brauche ich nichts weiter zu tun. Sie senden mir dann jeden Monat die SPORT Illustrierte zum Jahres-Vorzugspreis von 45,- statt DM 54,-. Wenn ich die SPORT-Illustrierte nicht haben möchte, informiere ich Sie innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt des Gratisheftes. Das kostenlos gelieferte Heft darf ich aber in jedem Fall behalten.

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

**SPORT ILLUSTRIERTE**  
 - Leserservice -  
 Postfach 10 80 12  
 5000 Köln 1





Japans Spiel wurde durch ein stark besetztes Mittelfeld getragen. Takakura Asako war Dreh- und Angelpunkt der Mannschaft. Sie bestach durch ihre ideenreiche Angriffsgestaltung, durch überraschende Vorstöße in die gegnerische Abwehr und durch ihre enorme Schußkraft. Zwei weitere überdurchschnittlich gut spielende Mittelfeldspielerinnen trugen die Angriffe aus der Deckung heraus schnell mit vor, wobei sich die im rechten Mittelfeld spielende Kioka Futaba mit in das Sturmspiel einschaltete und mit der Rechtsaußen Yamamoto Hiromi Positionswechsel vornahm.

Herausragend auch die eigentliche Torjägerin, Mittelstürmerin Ohara Tomoko. Durch ihren großen Aktionsradius versetzte sie die gegnerischen Abwehrreihen in dauernde Unsicherheit und Bewegung. Sie war dribbelstark, trickreich und bestach durch ihre Torgefährlichkeit.

Trotz der herausragenden Technik, der enormen Spielfreude und der guten Spielanlage konnten einige Schwächen beobachtet werden. Die Torhüterin fiel durch schlechtes Stellungsspiel und durch Unsicherheiten bei hohen Flankenbällen auf. In den ersten 15 Minuten beider Halbzeiten brannten die Japanerinnen ein Feuerwerk ab. Sie erspielten sich zahlreiche Torchancen, die häufig überhastet vergeben wurden. Lange Laufwege und die enorme Einsatzbereitschaft führten insbesondere nach der Vorrunde zu einem konditionellen Nachlassen gegen Ende der Spiele.

Mit der Abseitsfalle machte das japanische Team in der ersten Begegnung gegen Australien negative Erfahrungen. Nach weiter Abwehr eines gegnerischen Eckstoßes oder Flankenballs aus dem Strafraum starteten zwar alle Japanerinnen nach vorn, vergaßen aber häufig, die gegnerische Ballbesitzerin einzukreisen und deren Aktionen sofort zu stören. Trainer Takemoto Kazuhiko konnte sich mit der Anwendung der Abseitsfalle nicht zufriedengeben und setzte dieses taktische Mittel in den folgenden Spielen nicht mehr ein.

### Spielergebnisse

#### Vorrunde:

Japan – Australien	2:2
Japan – SSG 09 Bergisch Gladbach	1:1
Japan – USA	1:1

#### Platz 7 bis 11:

Japan – Thailand	1:0
Japan – Schweiz	3:2
Japan – Polynesien	2:1

Endergebnis: 7. Platz

### Australien

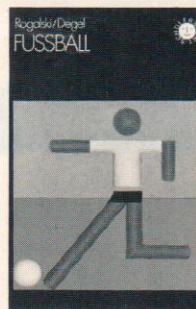
Sportlicher Hintergrund und Vorbereitung der Mannschaft

## Neuerscheinungen für Trainer/Übungsleiter



244 Seiten DIN A 5 quer, zahlr. Fotos und Skizzen **DM 26,80**

Aus dem Inhalt: Spielformen für das Einlaufen und Aufwärmen – Mini-Fußball – Spielformen für die Halle – Stafettenformen – Spielformen zur Verbesserung der technischen Grundlagen – ... mit Mannschaften in Gleich-, in Unter-, in Überzahl – Taktische Spiele – Spiele mit anderen Bällen.



160 Seiten A 5, zahlreiche zweifarbige Abbildungen (Reihe „Schülersport“/DDR) **DM 12,80**

Ein Lehrbuch für die Hand des Schülers! Erläuterungen und Übungen zu den wesentlichen Spiel-Elementen.



191 Seiten, 24 Grafiken **DM 18,-**

Theoretische Grundlagen zur Entwicklung der Leistung, Spieler- und Mannschaftsführung, organisatorische Aspekte für Führungspersönlichkeiten.



336 Seiten, 15x21 cm, 12 Fotos, 675 Abb. **DM 32,-**

Aus dem Vorwort von Dettmar Cramer: „Das Buch enthält alle Elemente guten Torwarttrainings. Ich hoffe, daß Trainer und Torleute danach arbeiten.“



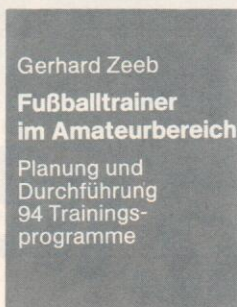
Autoren: Pfeifer/Maier, 290 Seiten, über 1000 Übungs-, Spiel- und Wettkampfformen **DM 25,-**

Aus dem Inhalt: Training der F- bis A-Jugend mit den Schwerpunkten Technik, Taktik, Kondition, Zirkeltraining, Ausgleichsspiele, Beschreibung wesentlicher technischer Fertigkeiten (zu Teil 1 – 3 siehe Heftrücken).



199 Seiten, 725 Fotos (!), Format 21,5 x 27 cm **DM 29,80**

1 Lehrgang für Spieler, Lehrer und Trainer, der in 7 Phasen den Weg zur optimalen Fußballtechnik weisen will.



160 Seiten, über 100 Zeichnungen, Format 17 x 22 cm **DM 24,80**



**DM 14,80**

Bestellkarte auf Seite 17/18 benutzen!



Jim Selbey, Coach der australischen Nationalmannschaft, kam mit großen Erwartungen nach Taiwan. Nachdem sein Team im November 1984 bei dem Turnier in Xian (Volksrepublik China) den zweiten Platz erreichte, rechnete er damit, ganz vorn zu landen. Neuseeland schätzte er als stärkstes Team und größten Konkurrenten ein. Nach Selbeys Aussagen kann von einer systematischen und kontinuierlichen Vorbereitung nicht unbedingt gesprochen werden, da er seine Nationalspielerinnen normalerweise nur einmal im Jahr zum Lehrgang einladen kann. Australien mußte auf junge, international wenig erfahrene, aber einsatzfreudige Spielerinnen (Durchschnittsalter 18 Jahre) zurückgreifen.

Der Frauenfußball ist unter dem australischen Fußballverband organisiert. Administration und Organisation werden durch die außerordentlich großen Entfernungen in diesem Land häufig in Mitleidenschaft gezogen. Seit der offiziellen Einführung 1975 gibt es ca. 7000 Fußballspielerinnen und eine unbekannte Anzahl von College- und Schulmannschaften. In neun Staaten wird in ein bis drei Divisionen gespielt. Eine nationale Meisterschaft wird durchgeführt. Teilnahmeberechtigt sind nur Auswahlmannschaften der Landesverbände.

Zum gegenwärtigen Zeitpunkt mangelt es – ähnlich wie in der Bundesrepublik Deutschland – an qualifizierten Trainern/-innen.

Die Reise und der Aufenthalt in Taiwan wurden von der Regierung finanziert.

## Technisch-taktisches Spielverhalten der Mannschaft

Das australische Spiel war durch eine harte Spielweise mit viel Körpereinsatz gekennzeichnet. In der Grundkonzeption mit einem 4:4:2-System operierend, stießen die Mittelfeldspielerinnen bei Ballbesitz der Mannschaft immer wieder in den freien Raum. Das Mittelfeld wurde schnell überbrückt. Pässe in die Tiefe rissen so manches Mal die gegnerische Abwehr auf. Durch ständiges Rochieren der Mittelstürmerin in die Breite des Spielfeldes wurden immer wieder Angriffsräume für die nachstoßenden Mittelfeldspielerinnen geschaffen.

Die Mannschaft war besonders im Mittelfeld und im Angriff mit technisch sehr guten, körperlich starken (Durchschnittsgröße 1,75 m) Spielerinnen besetzt. Hervorragend spielte sowohl in der Defensive wie auch in der Offensive J. Dolan. Sie scheute auch nie das Risiko, in die Spitze zu gehen und sorgte immer wieder für den notwendigen Druck. Gezielte Schüsse aus der zweiten Reihe und teilweise verdeckt gespielte Pässe in die Tiefe spiegelten in jedem Spiel ihre Gefährlichkeit wider. Von der linken Seite brachte die Außenstürmerin angeschnittene Flanken über die Abwehrreihen hinweg herein, die immer wieder für gefährliche Torschusssituationen sorgten.

Bei Ballverlust versuchten nur die Spielerinnen, die sich in der Nähe befanden, den Ball wieder zurückzuerobieren. Die anderen zogen sich ins hintere Mittelfeld zurück.

Die vier australischen Abwehrspielerinnen postierten sich alle etwa auf einer Höhe, wobei die gegnerischen Sturmspitzen erst in der Gefahrenzone in Manndeckung übernommen wurden. Die beiden Innenverteidigerinnen wechselten sich in der deckenden bzw. angreifenden Rolle ab. Schwächerer Punkt in der Mannschaft war die rechte Abwehrseite. Dribbelstarke gegnerische Außenstürmer konnten sich allzuoft durchsetzen und durch zurückgezogene Flanken die Schwächen der australischen Abwehrkette aufdecken. Bei Positionswechsel der gegnerischen Stürmerinnen wurden diese an die besser postierte Mitspielerin übergeben. Eine Abseitsfalle wurde selten aufgebaut.

In den ersten 20 Minuten zeichneten sich die Australierinnen durch viel Spielwitz und Tempofußball aus. Das Spiel ohne Ball war in diesem Zeitraum in hohem Maße vorhanden.

Danach baute die Mannschaft rapide ab. So konnte z. B. ein sicheres 2:0 gegen Japan nicht gehalten werden. Konditionelle Mängel traten in allen Spielen auf. Sicherlich waren die Mädchen überfordert, denn zusätzlich wurde täglich in den Morgenstunden trainiert.

## Spielergebnisse:

### Vorrunde:

Australien – Japan	2:2
Australien – USA	2:1
Australien – SSG 09 Bergisch Gladbach	1:1

### Endrunde:

Australien – Neuseeland	0:3
Australien – Taiwan I	0:2
Australien – Norwegen	1:0
Australien – Taiwan II	0:1

**Endergebnis:** 5. Platz

\*

*Anschrift der Verfasserin: Im Feldblick 41, 4030 Ratingen*

## Lehrhefte für Vereins- und Verbandsmitarbeiter – Fußballtrainer und Übungsleiter

Best.-Nr.	Titel – Artikel	Einzelpreis DM
101	Mannschaftsführung .....	4,00
102	Trainingslehre .....	4,00
103	Taktik .....	4,00
104	Praxis Grundlehrgang .....	5,00
105	Praxis Aufbaulehrgang .....	4,00
106	Regelkunde .....	4,00
107	Verwaltungslehre .....	4,00
108	Sportmedizin .....	4,00
109	Damenfußball .....	4,00
110	Jugendfußball .....	5,00
111 A	Alle 10 Fußball-Lehrhefte der Bestell-Nr. 101-110 .....	38,00
111 C	Farbiger Sammelordner mit den 10 Lehrheften 101-110 und mit Inhaltsübersicht und Treppenregister aus Hartplastik .....	46,00
115	Torwarttraining .....	6,50
117	Saisonübersicht .....	4,50
118	Erfolgreich Reden .....	4,00

### Bestellungen direkt an:

Fußball-Verlag  
Dietmar Wagner



3175 Leiferde  
Mohrunger Straße 24  
Telefon (05373) 6345

... bzw. an Philippka-Buchersand (Bestellschein S. 17/18)



Friedhelm Wenzlaff:

# Training auf Schneebeden – eine Trainingseinheit für Amateure zur Anpassung an winterliche Verhältnisse

## Vorbemerkungen

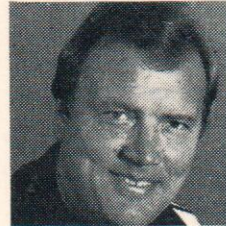
Die Schneefälle in den Wintermonaten bringen nicht nur den Spielplan durcheinander, die veränderten äußeren Umstände zwingen Trainer und Spieler auch zu einer anderen Spielweise.

Liegt der Schnee nicht allzu hoch, werden die Spiele ausgetragen, so daß wir uns im Laufe der Woche auf die winterlichen Bodenverhältnisse einstellen müssen.

Auf Schneebeden wird in der Regel weniger als sonst üblich gedribbelt.

Auch wird die Anzahl der Kurzpässe geringer sein, weil man mit langen Pässen und Flugbällen auf Schneebeden erfolgreicher spielen kann.

Die folgende Trainingseinheit zeigt exemplarisch Aufbau und Inhalt eines Trainings zum Zweck der Anpassung an winterliche Verhältnisse.



**Friedhelm Wenzlaff**

*Friedhelm Wenzlaff, geboren am 10. 10. 1940 in Berlin, war bis Juni 1969 aktiver Spieler bei den Vereinen FC Brandenburg, BSC Wacker und BFC Preußen. 1970 erwarb er in dem letzten von Hennes Weisweiler durchgeführten Lehrgang die Fußballlehrer-Lizenz und war dann bis 1976 als Verbandstrainer beim Fußballverband Mittelrhein tätig.*

*1970 wurde er Assistentstrainer beim MSV Duisburg und übernahm gleichzeitig die A-1-Jugend des damaligen Bundesligisten, mit der er 1978 die Deutsche Meisterschaft gewinnen konnte. Im selben Jahr glückte ihm mit den Amateuren des VfL Rheinbach der Aufstieg in die Bezirksliga.*

*1980 wurde Friedhelm Wenzlaff Cheftrainer des MSV Duisburg, mit dem er 1980 und 1981 den Klassenerhalt schaffte. Nach seiner „Beurlaubung“ im November 1981 trainierte er zwei Jahre lang den FV Bad Honnef (Oberliga Nordrhein). Seit 1984/85 ist er sehr erfolgreich beim westfälischen Amateur-Oberligisten SC Eintracht Hamm tätig.*

## Trainingseinheit

**Trainingszeit:** 100 Minuten

**Teilnehmer:** 16 Feldspieler, 2 Torhüter

**Trainingsgerät:** 9 Bälle, 10 Fahnenstangen (Hütchen)

**Trainingsziele:**

- Langpässe und Flugbälle
- Ballkontrolle (An- und Mitnahme) von lang gespielten Bällen und Flugbällen
- Herauspielen von Torchancen

### Aufwärmen (20 Minuten)

Alle Spieler laufen sich 10 Minuten im normalen Dauerlauf-tempo warm.

Zu zweit spielen sich die Feldspieler scharfe Flachpässe bzw. lange Flugbälle über eine Mindestdistanz von 25 m in den Lauf zu. Jeder zugespielte Ball wird an- und mitgenommen, bevor er wieder zum Partner gespielt wird.

Beide Torhüter wärmen sich torwartspezifisch auf.

### Hauptteil (45 bis 50 Minuten)

#### Übung 1 (Abb. 1):

Die Feldspieler werden in vier 4er-Gruppen eingeteilt, die Gruppen numeriert, die beiden Torhüter besetzen die Tore des großen Spielfeldes. Alle Bälle liegen auf der Mittellinie. Je zwei 4er-Gruppen spielen in einer Spielfeldhälfte gegeneinander.

Vor Beginn der Übung formieren sie sich in der Grundaufstellung 1+3:3+1 (Abb. 1). Nach jeweils 5 Minuten Spielzeit wechseln in beiden Spielfeldhälften die 4er-Gruppen ihre

Aufgaben. Jede Gruppe ist 2 mal 5 Minuten im Angriff und 2 mal 5 Minuten in der Abwehr.

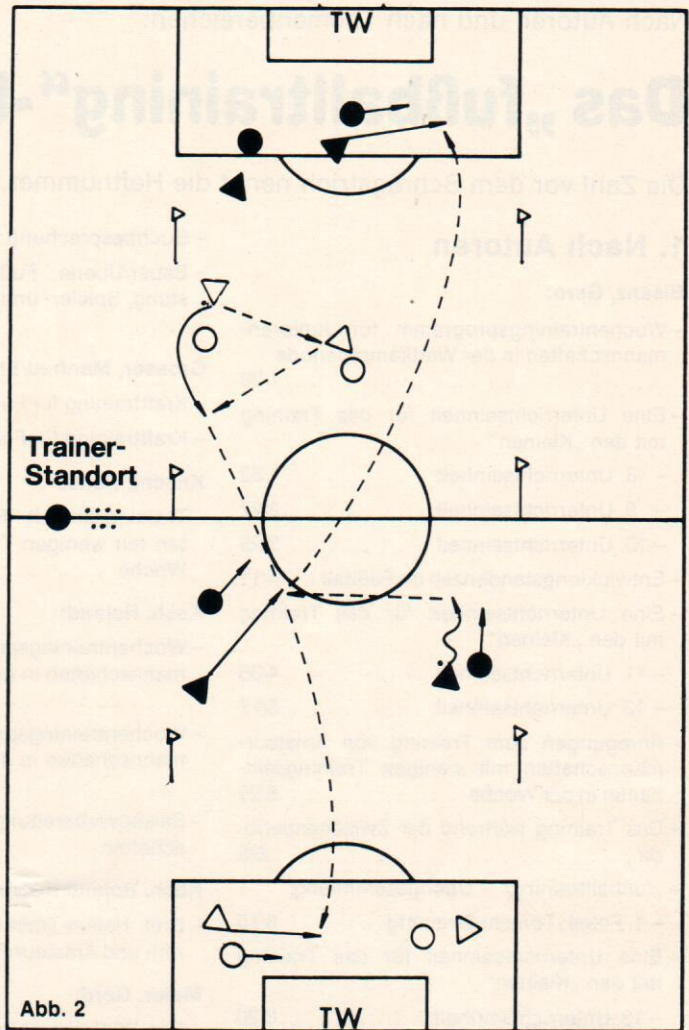
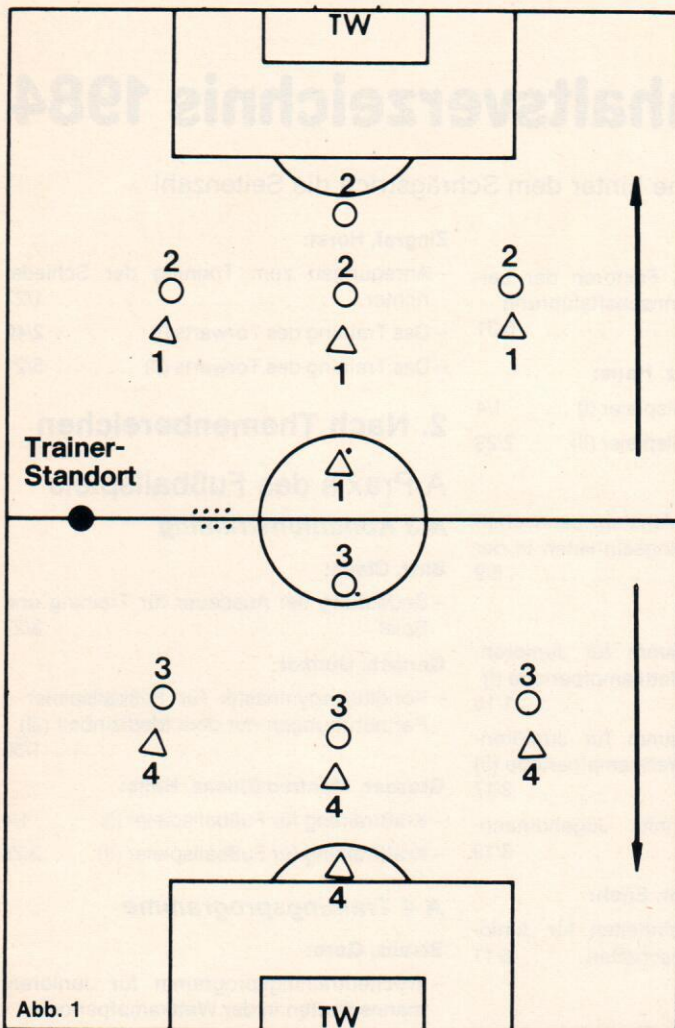
Nach 20 Minuten Spielzeit wird ermittelt, welche Gruppe die meisten Treffer erzielt hat. Kommt ein Spieler der abwehrenden Gruppe in Ballbesitz, so muß der Ball unverzüglich mit einem langen Paß zur Mittellinie gespielt werden, wo der Trainer steht, um das Spielgeschehen in beiden Spielfeldhälften zu überwachen. Nach Torerfolgen, Fehlschüssen, Ballverlusten, Ballbesitz des Torhüters kann das Spiel immer nur von der Mittellinie aus fortgesetzt werden. Daher ist es wichtig, daß immer genügend Bälle im Bereich der Mittellinie liegen.

#### Übung 2 (Abb. 2):

Für die zweite Hälfte des Hauptteils und die nächste Übungsform muß das Spielfeld in 4 gleichgroße Übungsräume unterteilt werden. Mit 6 Fahnenstangen (Hütchen) läßt sich diese Maßnahme schnell vollziehen. Die 4er-Mannschaften bleiben zusammen, werden jedoch in 2er-Gruppen unterteilt. Immer je zwei 2er-Gruppen besetzen einen Übungsraum.

Die 4 Spieler im Übungsraum vor dem Tor bilden mit den 4 Spielern hinter der Mittellinie jeweils eine große Spielgruppe. Die dem Tor entfernten, in der anderen Spielfeldhälfte befindlichen Spieler spielen in ihrem Übungsraum 2 gegen 2 und sollen ihre vor dem Tor befindlichen Mitspieler mit Langpässen oder Flugbällen einsetzen, wenn sie sich entsprechend freigelaufen haben. Dazu muß der Ball durch oder über den Übungsraum der anderen Spielgruppe hinter der Mittellinie geschlagen werden (Abb. 2).

Hat die angespielte 2er-Gruppe vor dem Tor den Torabschluß gefunden, so wird der Ball wieder hinter die Mittellinie gespielt. Die Übung wird allerdings von der 2er-Gruppe fortge-



setzt, deren Mitspieler zuvor nicht zum Torschuß kamen. Bei Ballbesitzwechseln durch Erkämpfen des Balles in den torntfernten Übungsräumen müssen sich die Spieler in den tornahen Übungsräumen sofort in ihren Aufgaben (Angriff – Abwehr) umstellen. Nach 10 Minuten Spielzeit wechseln die 4 Spieler vor dem Tor mit den 4 Spielern hinter der Mittellinie die Übungsräume, und nach einer kurzen Pause wird das Spiel für weitere 10 Minuten fortgesetzt.

### Abschlußspiel (25 Minuten)

Über das ganze Spielfeld wird 8 gegen 8 gespielt. Neben den

Trainingszielen Langpässe, Flugbälle, Ballkontrolle und Herauspielen von Torchancen werden keine besonderen Forderungen an die Spieler gestellt.

Bei schwerwiegenden taktischen Fehlern muß der Trainer jedoch unterbrechen, um entsprechende Korrekturhilfen zu geben.

### Auslaufen (5 Minuten)

Zum Abschluß langsamer Lauf, um die Anstrengungen des Trainings abklingen zu lassen.

## UNSERE PREISKNÜLLER



**Trainingsfußball**  
aus Leder, s/w, 32tlg.,  
geschweißt.  
Stückpreis DM 21,-  
Art.-Nr. 20000

10 Stück **199,50**

**OFFICIAL**  
**Wettspiel-Fußball**  
32 tlg., Leder  
mit Kunststoffbeschichtung,  
Art.-Nr. 20300,  
Stückpreis DM 42,-

10 Stück **399,00**



**SPORTVERSAND H. WERNER OHG, Postf. 20, 8079 Kipfenberg, Tel.: (084 65) 14 29**



Nach Autoren und nach Themenbereichen:

# Das „fußballtraining“-Inhaltsverzeichnis 1984

Die Zahl vor dem Schrägstrich nennt die Heftnummer, jene hinter dem Schrägstrich die Seitenzahl

## 1. Nach Autoren

### Bisanz, Gero:

- Wochentrainingsprogramm für Juniorenmannschaften in der Wettkampfperiode . . . . . 1/20
- Eine Unterrichtseinheit für das Training mit den „Kleinen“
  - 8. Unterrichtseinheit . . . . . 1/32
  - 9. Unterrichtseinheit . . . . . 2/27
  - 10. Unterrichtseinheit . . . . . 3/25
- Entwicklungstendenzen im Fußball . . . . . 4/11
- Eine Unterrichtseinheit für das Training mit den „Kleinen“
  - 11. Unterrichtseinheit . . . . . 4/35
  - 12. Unterrichtseinheit . . . . . 5/17
- Anregungen zum Training von Amateurmannschaften mit wenigen Trainingseinheiten in der Woche . . . . . 5/25
- Das Training während der Zwischenperiode . . . . . 6/5
- „fußballtraining“ – Übungssammlung
  - 1. Folge: Torschußtraining. . . . . 6/15
- Eine Unterrichtseinheit für das Training mit den „Kleinen“
  - 13. Unterrichtseinheit . . . . . 6/20

### Binz, Claus:

- Bedeutung der Ausdauer für Training und Spiel . . . . . 3/27

### Fritz, Rolf:

- Verbesserung des Zweikampfverhaltens bei einer B-Jugend-Mannschaft . . . . . 5/18

### Gerisch, Gunnar:

- Konditionsgymnastik für Fußballspieler. Partnerübungen mit dem Medizinball (III) . . . . . 1/30
- Trainingseinheiten zur Schulung des Konterspiels. . . . . 6/23

### Gerisch, Gunnar/Eisenlauer,

### Hans-Georg/Erkenbrecher, Uwe:

- Verletzungen im Fußball – Hinweise zur Vorbeugung, Erstbeurteilung und Beschleunigung der Heilung
  - Teil I. . . . . 2/4
  - Teil II . . . . . 3/9
- Buchbesprechung:
  - Thissen/Röllgen: Torwartspiel im Fußball . . . . . 4/38
  - Hoek: Der Fußball-Torwart – Ein Leitfa-den für Training und Wettkampf. . . . . 4/38

### Gerisch, Gunnar/Rutemöller, Erich:

- Torwarttraining: Schulung des Abwehrverhaltens bei Flanken . . . . . 5/7

### - Buchbesprechung:

- Bauer/Überle: Fußball. Faktoren der Leistung, Spieler- und Mannschaftsführung . . . . . 6/31

### Grosser, Manfred/Ehlenz, Hans:

- Krafttraining für Fußballspieler (I) . . . . . 1/4
- Krafttraining für Fußballspieler (II) . . . . . 2/29

### Knecht, Hans:

- Trainingseinheit für Amateurmannschaften mit wenigen Trainingseinheiten in der Woche . . . . . 6/9

### Koch, Roland:

- Wochentrainingsprogramm für Juniorenmannschaften in der Wettkampfperiode (I) . . . . . 1/15
- Wochentrainingsprogramm für Juniorenmannschaften in der Wettkampfperiode (II) . . . . . 2/17
- Saisonvorbereitung mit Jugendmannschaften . . . . . 3/19

### Koch, Roland/Rutemöller, Erich:

- Drei Hallen-Trainingseinheiten für Junioren- und Amateurmannschaften. . . . . 6/11

### Meier, Gerd:

- Das Diktiergerät bei der Spielbeobachtung – eine wichtige Gedächtnisstütze für den Trainer . . . . . 3/37

### Rutemöller, Erich:

- Saisonvorbereitung mit Amateurmannschaften . . . . . 3/4
- Wochentrainingsplan für Amateurmannschaften zu Beginn der 1. Wettkampfperiode . . . . . 4/5

### Späte, Dietrich:

- Der Libero in der Offensive . . . . . 4/23
- Buchbesprechung:
  - Fußball – wie er sein soll. Offizieller Lehrfilm auf Videocassette . . . . . 6/31

### Trabant-Haarbach, Anne:

- Eine Trainingseinheit für Frauenmannschaften
  - 6. Folge: Torwarttraining mit der Mannschaft (1. Teil). . . . . 2/14
  - 7. Folge: Torwarttraining mit der Mannschaft (2. Teil). . . . . 3/38
  - 8. Folge: Spiel- und Übungsformen zum Torschuß (1. Teil). . . . . 4/31
  - 9. Folge: Spiel- und Übungsformen zum Torschuß (2. Teil). . . . . 5/33
  - 10. Folge: Eine Hallen-Trainingseinheit nach der Weihnachtspause . . . . . 6/28

### Zingraf, Horst:

- Anregungen zum Training der Schiedsrichter. . . . . 1/27
- Das Training des Torwarts (I) . . . . . 2/40
- Das Training des Torwarts (II) . . . . . 5/21

## 2. Nach Themenbereichen

### A Praxis des Fußballspiels

#### A 3 Konditionstraining

### Binz, Claus:

- Bedeutung der Ausdauer für Training und Spiel . . . . . 3/27

### Gerisch, Gunnar:

- Konditionsgymnastik für Fußballspieler – Partnerübungen mit dem Medizinball (III) . . . . . 1/30

### Grosser, Manfred/Ehlenz, Hans:

- Krafttraining für Fußballspieler (I) . . . . . 1/4
- Krafttraining für Fußballspieler (II) . . . . . 2/29

#### A 4 Trainingsprogramme

### Bisanz, Gero:

- Wochentrainingsprogramm für Juniorenmannschaften in der Wettkampfperiode . . . . . 1/20
- Anregungen zum Training von Amateurmannschaften mit wenigen Trainingseinheiten in der Woche . . . . . 5/25

- Eine Unterrichtseinheit für das Training mit den „Kleinen“
  - 8. Unterrichtseinheit . . . . . 1/32
  - 9. Unterrichtseinheit . . . . . 2/27
  - 10. Unterrichtseinheit . . . . . 3/25
  - 11. Unterrichtseinheit . . . . . 4/35
  - 12. Unterrichtseinheit . . . . . 5/17
  - 13. Unterrichtseinheit . . . . . 6/20

- „fußballtraining“ – Übungssammlung
  - 1. Folge: Torschußtraining. . . . . 6/15

### Fritz, Rolf:

- Verbesserung des Zweikampfverhaltens bei einer B-Jugend-Mannschaft . . . . . 5/18

### Gerisch, Gunnar:

- Trainingseinheiten zur Schulung des Konterspiels. . . . . 6/23

### Gerisch, Gunnar/Rutemöller, Erich:

- Torwarttraining: Schulung des Abwehrverhaltens bei Flanken . . . . . 5/7

### Knecht, Hans:

- Trainingseinheit für Amateurmannschaften mit wenigen Trainingseinheiten in der Woche . . . . . 6/9



**Koch, Roland:**

- Wochentrainingsprogramm für Juniorenmannschaften in der Wettkampfperiode
- Teil I . . . . . 1/15
- Teil II . . . . . 2/17

**Koch, Roland/Rutemöller, Erich:**

- Drei Hallen-Trainingseinheiten für Junioren- und Amateurmannschaften. . . . 6/11

**Trabant-Haarbach, Anne:**

- Eine Trainingseinheit für Frauenmannschaften
- 6. Folge: Torwarttraining mit der Mannschaft (1. Teil). . . . . 2/14
- 7. Folge: Torwarttraining mit der Mannschaft (2. Teil). . . . . 3/38
- 8. Folge: Spiel- und Übungsformen zum Torschuß (1. Teil). . . . . 4/31
- 9. Folge: Spiel- und Übungsformen zum Torschuß (2. Teil) . . . . . 5/33
- 10. Folge: Eine Hallen-Trainingseinheit nach der Weihnachtspause. . . 6/28

**A 5 Spielanalyse**

**Bisanz, Gero:**

- Entwicklungstendenzen im Fußball . . 4/11

**Späte, Dietrich:**

- Der Libero in der Offensive . . . . . 4/23

**B Lehre des Fußballspiels**

**B 1 Didaktik/Methodik**

**Zingraf, Horst:**

- Das Training des Torwarts (I) . . . . . 2/40
- Das Training des Torwarts (II) . . . . . 5/21

**B 4 Trainingsplanung**

**Bisanz, Gero:**

- Das Training während der Zwischenperiode . . . . . 6/5

**Koch, Roland:**

- Saisonvorbereitung mit Jugendmannschaften . . . . . 3/19

**Rutemöller, Erich:**

- Wochentrainingsplan für Amateurmannschaften zu Beginn der 1. Wettkampfperiode . . . . . 4/5
- Saisonvorbereitung mit Amateurmannschaften . . . . . 3/4

**B 5 Spielbeobachtung**

**Meier, Gerd:**

- Das Diktiergerät bei der Spielbeobachtung . . . . . 3/37

**Späte, Dietrich:**

- Der Libero in der Offensive . . . . . 4/23

**C Ergänzende Beiträge**

**C 3 Sportmedizin**

**Gerisch, Gunnar/Eisenlauer, Hans-Georg/Erkenbrecher, Uwe:**

- Verletzungen im Fußball - Hinweise zur Vorbeugung, Erstbeurteilung und Beschleunigung der Heilung (I). . . . . 2/4
- Verletzungen im Fußball - Hinweise zur Vorbeugung, Erstbeurteilung und Beschleunigung der Heilung (II) . . . . . 3/9

**C 7 Regelkunde**

**Zingraf, Horst:**

- Anregungen zum Training der Schiedsrichter. . . . . 1/27

**Gerisch, Gunnar/Rutemöller, Erich:**

- Buchbesprechung:
- Hoek: Der Fußball-Torwart - Ein Leitfa- den für Training und Wettkampf. . . 4/38
- Thissen/Röllgen: Torwartspiel im Fußball . . . . . 4/38
- Bauer/Überle: Fußball. Faktoren der Leistung, Spieler- und Mannschaftsführung . . . . . 6/31

**Späte, Dietrich:**

- Buchbesprechung:
- Fußball - wie er sein soll. Offizieller Lehr- film auf Videocassette . . . . . 6/31



**Qualität zu tollen Preisen!**

**Nadelstreifen-Trikots**

**DM 19,90**

Lieferbare Größen: S/M/L, Kurz- und Langarm  
Lieferbare Farben: blau-weiß, rot-weiß,  
grün-weiß, hellblau-marine, rot-schwarz,  
gelb-schwarz, gelb-blau, weiß-schwarz

Nadelstreifen-Hose passend,

nur **DM 16,-**



**Ballbombe**

10 Stück à **DM 38,-**

in den Größen 5, 4, 3  
für Training und Wettkampf

1 Ball gratis

**SPORT SALLER**

Spezialversand für  
Trainer und Vereine

D-8701  
Tauberrettersheim  
Tel. (0 93 38) 4 87

# Fußball-Bibliothek

● **Alle Bücher aus einer Hand – und bequem per Post!**

● **Unser 10tägiges Rückgaberecht nimmt Ihnen jegliches Risiko!**

## I. Umfassende Darstellungen

**Bauer, Gerhard: Fußball perfekt. Vom Anfänger zum Profi.** 5. überarbeitete Auflage 1982, 142 Seiten. **DM 28,-**

**Bauer, Gerhard: richtig fußballspielen.** Taschenbuch, 2. Auflage 1980, 128 Seiten, 30 Fotos, 17 Bildserien, 36 Abb. Eine Kompaktinformation über die wichtigsten Techniken und taktischen Verhaltensweisen. Zur Erstinformation vor allem für Jugendtrainer und Lehrer gut geeignet. **DM 11,80**

**Bisanz, Gero/Gerisch, Gunnar: Fußball. Training, Technik, Taktik.** rororo-Sportbuch 1981, 316 Seiten, viele Abbildungen. Das vorliegende Buch hilft dem Anfänger, grundlegende technisch-taktische Fähigkeiten und Fertigkeiten zu erlernen, und gibt dem Fortgeschritten Anregungen zur Verbesserung seiner Wettkampfpraxis. Für Trainer aller Leistungsklassen. **DM 10,80**

**Brüggemann/Albrecht: Modernes Fußballtraining.** 344 Seiten **DM 45,-**

**Deutscher Fußball-Bund: Lehrplan I (Training mit der Nationalmannschaft).** 94 Seiten **DM 19,80**

**Heddergott, Karl-Heinz: Neue Fußball-Lehre.** 7. Auflage 1980, 245 Seiten, 253 Abb. **DM 34,80**

**Rogalski/Degel: Fußball.** Ein Buch für die Hand der Schüler (Selbststudium) aus der DDR. Neuerscheinung, 160 Seiten **DM 12,80**

**Weisweiler, Hennes: Der Fußball.** 8. Auflage 1980, 210 Seiten. Empfehlungen eines Erfolgstrainers mit verschiedenen Formen des Konditionstrainings, Tipps zur psychologischen Betreuung und Führung einer Mannschaft. **DM 29,80**

**Talaga, Jerzy: Fußballtraining.** 272 Seiten, 431 Abb. **DM 32,-**

**Talaga, Jerzy: Fußballtechnik.** 202 Seiten, 390 Abb. **DM 28,-**

**Talaga, Jerzy: Fußballtaktik.** 219 Seiten, 372 Abb. (Alle Bücher aus 1979, übersetzt aus dem Polnischen). Die wichtigsten theoretischen und praktischen Aspekte des Fußballtrainings in drei Teilbänden. je Band **DM 19,80**



## II. Zur Trainingslehre des Fußballs

**Klante, R.: Die Periodisierung des Fußballtrainings.** 1979, 230 Seiten. **DM 34,80**

**Überle, Heiner: Fußball für Trainer und Spieler.** 1980, 144 Seiten. Ein Buch mit Ratschlägen zu verschiedenen Aspekten des Trainings (u. a. psychologische Mannschaftsführung, methodische Trainingsanleitung, Aufbau eines Trainingsbuches). **DM 28,-**

**Albrecht, Dirk (Hrsg.): Fußballsport. Ergebnisse sportwissenschaftlicher Forschung.** 1979, 248 Seiten. **DM 32,-**

## III. Teilgebiete

**1. Konditionsschulung**  
**Bantz, Helmut/Weisweiler, Hennes: Spiel und Gymna-**

stik für den Fußballer, 6. Auflage 1979, 132 Seiten. Systematisch aufgebaute Übungen zur Schulung der Beweglichkeit **DM 16,80**

**Grindler/Pahlke/Hemmo: WFV-Handbuch „Fußball-Praxis“.** 2. Teil: **Konditionstraining.** (800 Abb., 216 Seiten) **DM 24,-**

**2. Jugendtraining**  
**Bisanz, Gero/Gerisch, Gunnar: Mini-Fußball.** 84 Seiten, zahlreiche Abbildungen **DM 14,-**

**Grindler/Pahlke/Hemmo: WFV-Handbuch „Fußball-Praxis“.** 3. Teil: **Jugendtraining.** (Verfasser: Wittmann, Maier, Pfeifer), 294 Seiten **DM 24,-**

**Sneyers: Spielübungen für den Jugendtrainer.** Inhalt: Bildungsmethoden – Kind und Spiel – Trainingsaufbau und 40 ausgearbeitete Trainingseinheiten für

8–12j./12–14j./14–16j./16–20j., 208 Seiten mit 240 Zeichnungen **DM 29,80**

**3. Torwarttraining**  
**Frans Hoek: Der Fußball-Torwart.** Ein Leitfaden für Training und Wettkampf. Als langjähriger prominenter Torhüter gibt der Autor eine systematische Gesamtdarstellung. 151 Seiten **DM 27,-**

**Hargitay, György: Modernes Torwart-Training.** 1. Aufl. 1980 (aus dem Ungarischen übersetzt), 284 Seiten, 222 Abb. Eine Fundgrube von Übungen für alle Trainer, die neben dem Mannschaftstraining die schwierige Aufgabe haben, auch ein spezielles Torwarttraining durchzuführen. **DM 24,-**

**4. Übungssammlungen**  
**Benedek, Endre: Fußball – 600 Übungen.** 1980, 416 Seiten (aus dem Ungarischen übersetzt) **DM 20,-**

**Benedek, E.: Zweikämpfe im Fußball.** 133 Seiten, zahlr. Zeichnungen, 12,5x20 cm **DM 24,-**

**Frank, Gerhard: Trainingsprogramme für Fußball-Amateurvereine.** 2. Auflage 1980, 128 Seiten, 20 Abb. Kein Lehrbuch, sondern eine Fülle von Übungsmaterial, systematisch zu einzelnen Trainingseinheiten für eine ganze Saison zusammengefaßt. **DM 15,-**  
**Achtung:** Titel ist z. Zt. vergriffen, Bestellungen werden vorgemerkt!

**Lammich, Günter: Spiele für das Fußballtraining.** 177 Spiele, 168 Seiten. Diese große Sammlung von Spielformen ist für die Praxis handlich systematisiert, nach Aspekten wie z. B. Schnelligkeit, Einwurf, Taktik, Positionstraining. **DM 10,80**

**Studener, H./Wolf, W.: Fußballtraining. Teil I und II.** Zusammen 312 Abb., 282 Seiten **DM 29,80**

## 5. Sonstiges

**WFV-Fußballpraxis: Teil 1: Technik und Taktik** (560 Abb., 304 Seiten) **DM 24,-**

**Summer, Alfred (Bearb.): Die internationalen Fußball-Regeln.** 1981, 128 Seiten. Ideal für Jugendliche und Schüler **17,-**

**Wagner, Dietmar: Fußball-lehrhefte**

Farbiger Kunststoffordner, 10 Einzel-Lehrhefte, herausnehmbar, 350 DIN-A4-Seiten, Inhaltsübersicht und Treppenregister. **Inhalt:** Mannschaftsführung, Trainingslehre, Taktik, Praxis Grundlehrgang, Praxis Aufbaulehrgang, Regelkunde, Verwaltungslehre, Sportmedizin, Damenfußball, Jugendfußball **DM 43,-**

## IV. Spezielles für Sportlehrer

**Dietrich, Knut: Fußball. Spielgemäß lernen – spielgemäß üben.** 5. Auflage 1977, 91 Seiten, 113 Abb. **DM 14,80**

**Busch, Wilhelm: Fußball in der Schule.** Band 5 der DFB-Schriftenreihe, 5. Auflage 1978, 87 Seiten. **DM 14,80**

**Fuchs, E./Kruher, D./Janßen, G.: Technik- und Konditionsschulung Fußball.** 1978, 26 Seiten und 48 Arbeitskarten für ein Üben ohne Anleitung. **DM 23,80**

**Alles aus einer Hand – vom Philippka-Buchversand!  
Bitte Bestellkarte auf Seite 17/18 benutzen!**