

# fußball training

NOVEMBER 1993 11  
12. JAHRGANG  
DM 5,50

Die Zeitschrift  
für Trainer, Sportlehrer  
und Schiedsrichter



Herausgeber:  
Gero Bisanz, Mitglied  
des DFB-Lehrstabs



**TRAINER  
MACHER ODER  
MARIONETTEN?**

## Treffen der „ft“-Redaktion

**M**it der letzten Ausgabe unserer Trainerzeitschrift konnten Sie, liebe Leser, ein neues Layout-Konzept begutachten. Die weitaus meisten Reaktionen fielen bisher positiv aus. Dennoch möchten wir Sie weiterhin bitten, mögliche Verbesserungsvorschläge und Kritikpunkte „schonungslos“ an uns heranzutragen, damit wir unsere Trainerzeitschrift noch leserfreundlicher gestalten können. Die schönste Fassade ist aber bekanntlich wertlos, wenn es im „Innern“ bröckelt. Deshalb möchten wir die neuen Gestaltungsmöglichkeiten auch dazu verwenden, gleichzeitig bei der inhaltlichen Konzeption einige neue Akzente zu setzen. Zu diesem Zweck tagte das Redaktionskollegium unserer Trainerzeitschrift. Über detailliertere Ergebnisse werden wir Sie in der nächsten Ausgabe von „fußballtraining“ innerhalb einer Vorschau auf 1994 informieren.

Redaktion „fußballtraining“

### TRAININGSLEHRE

#### Der Trainer heute – Macher oder Marionette?

Eine aktuelle Standortbestimmung des „Trainerdaseins“

Von Jörg Daniel

3

### PSYCHOLOGIE

#### Alle Spieler sind Egoisten!

Ein Ex-Profitrainer blickt zurück

Von Martin Luppen

9

### MÄDCHENTRAINING

#### Zukunftsperspektiven für den Mädchenfußball

Saisonplanung für Juniorinnen (2. Teil)

Von Tina Theune-Meyer

16

### AMATEURTRAINING

#### Torschußtraining – aber wie?

Spiel- und Übungsangebote für einen wichtigen Trainingsbereich (2. Teil)

Von Hugo Scherer

45

### SPIELANALYSE

#### Welches Deckungssystem ist das richtige?

Ist das Spiel ohne Libero tatsächlich das Spiel der Zukunft? (2. Teil)

Von Gero Bisanz

52

### INTERVIEW

#### Was erwarten Fußballer von einem Trainer?

Spieler äußern die eigenen Vorstellungen von einem „idealen“ Trainer

Von Erich Rutenmüller

55

### PSYCHOLOGIE

#### Trainer und Rhetorik

Praktische Hinweise für einen wichtigen Bereich

Von Reinhard Klante

59

### VORSCHAU

## Serien in „fußballtraining“

Für die nächste Zeit ist der Start verschiedener Beitragsreihen geplant

#### „Eine Saison mit ...“

Eine Mannschaft wird über eine ganze Spielserie hinweg mit allen Höhen und Tiefen, die sich zwischenzeitlich ergeben, begleitet.

#### „Eine Trainingswoche mit ...“

Mannschaften verschiedener Alters- und Leistungsklassen stellen eine Trainingswoche vor, wie sie für sie typisch ist.

#### „Die Spielekiste“

Für alle Alters- und Leistungsstufen werden kurz und bündig Spielformen beschrieben, die eine attraktive Trainingsgestaltung erleichtern.

# Der Trainer heute – Macher oder Marionette?

Die Aufgabenbereiche der Trainer haben sich in allen Spielklassen erheblich erweitert. Eine aktuelle Standortbestimmung und der Entwurf eines Trainerbildes, das heutigen Vorstellungen entspricht, sind deshalb notwendig. Ein Beitrag von **Jörg Daniel**

Fußballtrainer haben die Verpflichtung, die eigenen Tätigkeitsfelder und Aufgabenbereiche ständig zu durchleuchten und vielleicht auch hier und da in Frage zu stellen. Sie müssen sich kritisch mit Weiterentwicklungen, veränderten Arbeitsbedingungen, aber auch Fehlentwicklungen oder Auswüchsen auseinandersetzen und versuchen, mit der gewichtigen Stimme der Fußball-Fachleute Einfluß auszuüben.

Gerade den Verbands-trainern kommt diese Aufgabe zu. Denn diese Gruppe der Berufstrainer arbeitet zwar relativ unbemerkt von der Öffentlichkeit, sie muß aber in der Aus- und Fortbildung von Fußballtrainern tagtäglich Stellung beziehen und Meinung bilden zu

allen Aspekten des Trainerberufsfeldes.

**Der ehemalige Bundesligatorhüter und heutige Verbandstrainer Badens stellt sich dieser Aufgabe und unternimmt eine kritische Analyse des heutigen Trainerberufes.**



## Der Trainer in verschiedenen Funktionen

Der Leistungs- und Hochleistungsbereich im Fußball erfordert eine fachlich fundierte Trainingsplanung und -gestaltung sowie eine differenzierte Mannschaftsführung.

Daraus ergeben sich vielfältige Anforderungen und Erwartungen, die ein Trainer nur dann erfüllen kann, wenn er sich ständig mit dem eigenen Handeln selbstkritisch auseinandersetzt und den Willen hat, immer zu lernen und sich weiterzuentwickeln.

Um diese „kritische Selbstreflexion“ wirklich am aktuellen Trainerbild auszurichten und eine bestimmte Richtung zu geben, ist es

zunächst sinnvoll, die verschiedenen Funktionsbereiche der Trainertätigkeit gründlich zu beschreiben und in der jeweiligen Bedeutung herauszustellen.

Mit so einer aktuellen Standortbestimmung bleiben die Trainer sozusagen „am Ball der Entwicklung im Fußballsport“ und zeigen gleichzeitig auch „Nicht-Fachleuten“ die Vielschichtigkeit der Traineraufgaben auf.

Welche Aufgabenbereiche bestimmen also das Trainerberufsbild?

Zur Veranschaulichung läßt sich das Bild eines Hauses hinzuziehen, denn es lassen sich viele Assoziationen zwischen dem Bild einer Trainerpersönlichkeit und dem Bild eines Hauses herstellen: Ein stabiles, attraktives Erscheinungsbild, auf solidem Fundament, mit Ecken und Kanten.

## Fachliche Kompetenz als Fundament

Das Fundament, auf dem das Trainerhaus aufgebaut ist, ist die fachliche Kompetenz.

Es steht außerhalb jeder Diskussion, daß Erfahrung, Ausbildung und Weiterbildung die Stützpfiler allen Trainerhandelns sind und den Status des Trainers gegenüber Spielern, Verein und Öffentlichkeit prägen.

## Psychologischer Aufgabenbereich

Die psychologischen Funktionen des Trainers sind gerade im Leistungs- und Hochleistungsbereich vielleicht die wichtigsten in seinem Aufgabenspektrum.

Das fundierteste Fachwissen ist wertlos, wenn ein Trainer es nicht schafft, seine Spieler so einzustellen, daß sie im Wettkampf das individuelle Leistungsvermögen auch voll zum Einsatz bringen.

Dazu benötigt er von jedem Spieler ein umfassendes Bild, das neben der Einschätzung seines Leistungsprofils im besonderen die individuelle Persönlichkeitsstruktur einschließt.

Nur dann kann der Trainer die richtige individuelle Ansprache finden, Spielern erfolgreich Selbstvertrauen vermitteln und sie mit der passenden und sinnvollsten Aufgabe innerhalb des Mannschaftsverbandes betrauen.

Gleichzeitig muß ein Trainer seine Mannschaft als soziales Gebilde begreifen – als eine Gruppe, die durch differenzierte Strukturen und dynamische Entwicklungen gekennzeichnet ist. Diese Gruppenstrukturen muß der Trainer zielgerichtet im Sinne der Verbesserung der Mannschaftsleistung beeinflussen.

## Pädagogischer Aufgabenbereich

In der wöchentlichen Trainingsarbeit und Spielvorbereitung ist der Fußballtrainer als Pädagoge gefordert.

Auf der Basis einer gewissenhaften Spielbeobachtung und einer objektiven Beurteilung von Einzel- und Mannschaftsleistungen muß er in der Lage sein, das Training so zielgerichtet zu planen und zu gestalten, daß ein angesteuertes taktisches Verhalten von seinen Spielern möglichst schnell umgesetzt und realisiert wird. Dazu muß der Training aber zumindest ein Grundwissen über den Ablauf fußballspezifischer Lernprozesse aufweisen.

Nur ein attraktives Trainingsprogramm veranlaßt Spieler, sich konstruktiv mit der Trainings- und Wettkampfplanung auseinanderzusetzen. Ein Trainer kann darüber hinaus seine Mannschaft nur optimal motivieren, wenn sich seine Spieler mit den angestrebten und ausgegebenen Zielen identifizieren und wenn die geplanten Schritte zur Zielerreichung erfolgversprechend erscheinen.

## Aufgabenbereich des Coachings

Die zuvor kurz skizzierten Aufgabenbereiche eines Trainers beziehen sich vorrangig auf die „unbeobachtete“ Zusammenarbeit zwischen Trainer und Mannschaft.

Dagegen tritt der Trainer in seiner Funktion als Wettkampfbetreuer, als „Coach“, die Bühne der Öffentlichkeit.

Hier kann und soll nun nicht ein detaillierter Katalog zum richtigen Trainerverhalten am Spielfeldrand aufgestellt werden, zumal es in diesem Bereich sicherlich Unterschiede zwischen dem Coachen von Junioren- und Senioren-Mannschaften geben muß. Die Coaching-Aufgaben gegenüber Erwachsenen müssen einige andere Schwerpunkte als gegenüber Jugendlichen haben.

Festzustellen bleibt, daß eine breite Palette von Coaching-Eigenarten anzutreffen ist. Es gibt bestimmt kein lehrbuchhaftes, ideales Trainerverhalten beim Spiel. Jeder Trainer soll und darf sich seinem Naturell entsprechend ausleben, aber es sei der Hinweis erlaubt, daß ein Trainer am Spielfeldrand nicht immer auf Ballhöhe sein muß. Alle seine Coaching-Schritte müssen von dem Motiv geleitet sein, wie er zielgerichtet Einfluß ausüben und seiner Mannschaft am effektivsten helfen kann. Dabei ist grundsätzlich zu fragen, ob eine wirksame Spielsteuerung von außen überhaupt möglich ist.

## Weitere Infos zum Thema

### ■ Gero Bisanz:

*Die Aufgaben des Trainers: Trainieren und Coachen* (5+6/1992)

### ■ Jörg Berger:

*„Die persönliche Autorität ist in unserem Beruf das Wichtigste“* (5+6/1992)

### ■ Reinhard Saftig:

*„Der autoritäre Trainertyp ist out!“* (5+6/1992)

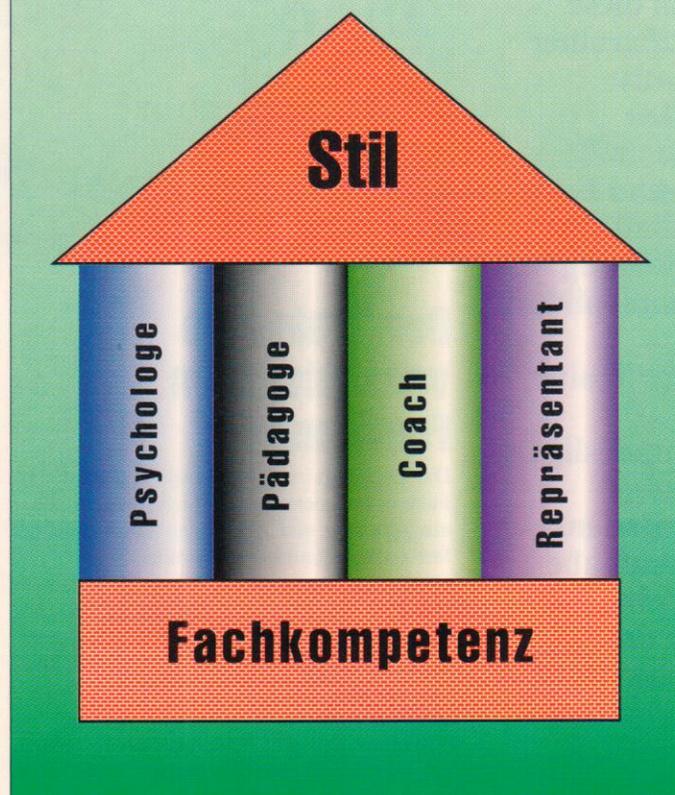
### ■ Uwe Erkenbrecher:

*Der Trainer als Schaltstelle im Verein* (7/1993)

### ■ Uwe Schaare:

*Der „Kleinkram“ ist das alltägliche Geschäft des Amateurtrainers!* (8/1993)

## Das „Trainerhaus“



**Das Trainerhaus:**  
Die fachliche Kompetenz als Fundament. Die Fähigkeiten in verschiedenen Aufgabenbereichen als Stützpfiler und der persönliche Trainerstil als Dach.

## Aufgabenbereich als Repräsentant

Jeder Trainer hat eine Funktion als Repräsentant zu erfüllen, die selbstverständlich je nach Spielklasse einen unterschiedlich großen Umfang einnimmt.

Grundsätzlich herrscht aber die Tendenz vor, daß durch die Ausweitung der Medien auch auf lokaler Ebene dieser Aufgabenbereich für fast alle Trainer zunimmt.

Wen vertritt der Trainer aber nun in der Öffentlichkeit?

Die Repräsentationsaufgaben eines Trainers beziehen sich zunächst natürlich auf den eigenen Verein und seine Mannschaft.

Darüber hinaus ist jeder einzelne Trainer aber auch in einem umfassenderen Sinne Repräsentant des Fußballsports und speziell auch des Berufsstandes der Fußballtrainer. Er ist in dieser Funktion ein je nach seinem Bekanntheitsgrad verschieden großer Mosaikstein des Trainerbildes, wie es in der breiten Öffentlichkeit vorherrscht.

## Der persönliche Trainerstil

Das Bild, das jeder Trainer in der Öffentlichkeit verkörpert, wird letztlich von seinem persönlichen Stil bestimmt, der in dem zugrundegelegten „Trainerhaus“ die Funktion des Daches einnimmt: Ein Dach kann die unterschiedlichsten Formen haben, schützt das Haus in Verbindung mit der Fassade vor äußeren Einflüssen und prägt deutlich das Gesamterscheinungsbild.

Jeder Trainer hat seinen persönlichen Stil, der durch besondere Fähigkeiten und sein schwerpunktmäßiges Engagement in einem der genannten Aufgabenbereiche geprägt wird. Jeder Trainer sollte versuchen, sein Bild in der Öffentlichkeit mit Stil darzustellen, ständig zu verbessern und aufzufrischen.

## Die Profitrainer als „Meinungsmacher“

Wenn das heutige Trainerbild untersucht werden soll, dann muß sich notwendigerweise zunächst auf die Profitrainer konzentriert werden, die zwar im Vergleich nur eine verschwindend geringe Menge aller Fußballtrainer repräsentieren, die aber in erheblichem Maße die Meinung über die Fußballtrainer beeinflussen. Denn die Profitrainer bewegen sich in einer Medienlandschaft, die immer

weiter expandiert. Die inzwischen tägliche TV-Berichterstattung trägt mittlerweile zur Übersättigung der potentiell Fußballinteressierten bei. Nichtsdestotrotz stehen die Profitrainer Tag für Tag im Rampenlicht. Und das Trainerbild, das hier im Scheinwerferlicht entworfen oder Schwarz auf Weiß in den Printmedien gezeichnet wird, beeinflusst die öffentliche Meinung über den Trainer an sich.

Je größer die Rolle ist, die ein Trainer in den Medien spielt, desto größer ist demnach seine Verantwortung, seinen Berufsstand entsprechend qualifiziert und loyal zu vertreten.

Wenn unter dieser Prämisse die öffentlichen Auftritte einiger Vertreter aus dem Profibereich bewertet werden, dann kommen sie dieser Verantwortung nicht nach. Sie betätigen sich vielfach als „Medien-Entertainer“, die die eigene Persönlichkeit einseitig in den Vordergrund stellen bzw. Unterhaltungsansprüche des Publikums über den Fußball hinaus befriedigen möchten.

Selbstverständlich können sich die Fußballtrainer den Fußball-Shows, -Studios nicht verschließen, aber ist es z.B. nötig, via fernsehender Trainerkollegen einen Versöhnungs-Blumenstrauß zu schicken? Oder sich vor laufenden Kameras mit Worten eine Schlammschlacht zu liefern? Oder auf jede flache Frage immer dieselbe floskelhafte Antwort zu geben?

Wenn die Profitrainer quasi das Privileg besitzen, Woche für Woche in Pressekonferenzen, Kommentaren und Interviews zu Wort zu

→ Ein Trainer muß also vielschichtigen Rollenerwartungen von Spielern, Verein und Öffentlichkeit gerecht werden und viele Aufgaben erfüllen.

# BEI SCHMERZEN VON MUSKELN, GELENKEN, BÄNDERN, SEHNEN IM SPORT

- ◆ schmerzstillend
- ◆ abschwellend
- ◆ kühlend

schnell und lang wirksam

keine Hautrötung

ohne Konservierungsstoffe

in Ihrer Apotheke

und im Fachhandel

**Anwendungsgebiete:** Bei Schmerzen des rheumatischen Formenkreises (wie sie z.B. auftreten bei Hexenschuß, steifem Hals, Durchblutungsstörungen der Muskeln, Muskelverhärtung, Arthrosen, Ischias, Schulter-Arm-Syndrom, Tennisarm, Sportschäden, als Neuralgien im Kiefer- und Kopfbereich usw.). **Gegenanzeigen:** Nicht auf offene Wunden, nicht in die Augen oder auf Schleimhäute. Nicht für Kinder unter 3 Jahren.

Werner & Winkler Naturheilmittel GmbH, 64546 Mörfelden-Walldorf.

**Balsamka® gehört in jede Sporttasche**



aus rein natürlichen  
Wirkstoffen

**Balsamka®**  
**Schmerzmittel**  
tiefenwirksame Schmerz-,  
Bewegungs- und Sportsalbe  
zum Einreiben  
(rheumatischer Formenkreis)

## KLOTZ TEAM-SPORT

### VEREINSBEDARF · SPORTBEKLEIDUNG

Sportbekleidung · Trikots · T-Shirt · Sportanzüge · Bälle · Pokale  
Textil-Druck · Beflockungen · Computer-Gravuren · Tampondruck  
Magnolienweg 14 · Tel. (06021) 83890 · Fax 83886  
63741 Aschaffenburg-Nilkheim



### TOP-Sport- und -Freizeitanzüge: "KOPENHAGEN"

Material T/C · Außen: Baumwolle/Polyester; Innenfutter: Baumwolle/Polyester  
Jacken-Grundfarben: weiß oder schwarz oder violett; Hosensfarbe frei wählbar.

Art.-Nr. H 44250	Rücken beflockbar.	incl. MwSt.
Größen: XS, S, M, L, XL, XXL	DM 146,50	ab 10 Stück: à DM 109,90
Größen: 140, 152, 164, 176	DM 119,90	ab 10 Stück: à DM 89,90

Sportanzüge der Spitzenklasse zu Tiefstpreisen !!

Lieferung erfolgt nur per UPS Nachnahme. Bei Beflockung nur per Vorauskasse. Bitte Katalog anfordern!

kommen, bietet sich diesen die Chance, sich als Fußball-Experten zu präsentieren, die z.B. durch fachlich fundierte Spielanalysen den Bezug zwischen Theorie und Praxis herstellen und ein breiteres Verständnis für die „Geheimnisse des Spiels“ wecken könnten.

Die Realität ist dagegen nur zu oft ein oberflächliches Frage- und Antwortspiel mit immer gleichen Fragestellungen, in denen die Antworten gleich mitgeliefert werden.

**Erstes Beispiel**

Als Beispiel sei hier die Floskel von den berühmten Spielanteilen genannt. Jede Woche taucht in irgendwelchen Kommentaren oder Interviews der Satz auf: „Aufgrund der größeren Spielanteile haben wir verdient gewonnen.“

Einen Sieg verdient sich eine Fußballmannschaft nicht durch die Anhäufung von Spielanteilen oder durch die nicht weniger berühmte optische Überlegenheit. Eine Mannschaft hat den Sieg „verdient“, wenn die taktische Marschroute aufgegangen ist, wenn der Plan, den der Trainer zuvor formulierte, funktioniert hat.

Wenn unter diesem Blickwinkel ein Team aufgrund einer geplanten taktischen Grundausrichtung aus einer massiven Deckung heraus wenige, aber gute Konterangriffe startet und 3:1 gewinnt, dann ist dieser Sieg durchaus verdient, auch wenn der Gegner vielleicht die größeren Spielanteile besaß.

**Zweites Beispiel**

Ein anderes Beispiel für ein fachlich orientierteres Auftreten von Trainern wäre die Aufklärung der Öffentlichkeit über die Funktion und den Ablauf des Halbzeitgesprächs. Hier kursieren immer wieder die abenteuerlichsten Meinungen über diverse „kleine Wunder“, die in diesen 10 bis 15 Minuten passieren sollen.

Traineraussagen in Medien müssen klar, sachbezogen und verständlich Fußball darstellen.



FOTO: HORSTMÜLLER

**Der Trainer und sein Aufgabenfeld als Repräsentant: Nicht nur im absoluten Spitzenbereich nimmt die Bedeutung der Medien immer weiter zu.**

**Der Mythos vom harten und deshalb erfolgreichen Trainer**

Eine der Vorstellungen, die im Zusammenhang mit der Beschreibung von Trainern immer wieder auftaucht, scheint in vielen Fußballerköpfen (und auch in Trainerköpfen) fest verwurzelt zu sein: Der Mythos vom harten Trainer, der ein guter Trainer ist.

Sicherlich muß ein Trainer bei der Gestaltung des Trainings und bei der Aufstellung der Mannschaft autoritär sein – dies ist nicht der Ort für Mitbestimmungsmodelle.

Doch sind nur in den seltensten Fällen sachliche Differenzen hinsichtlich der Trainingsgestaltung die Ursache für tiefgreifende Konflikte zwischen Trainer und Spielern. Meistens sind Probleme auf der Beziehungsebene die eigentliche Konfliktursache.

Persönliche Probleme lassen sich aber nicht durch ein autoritäres Gehabe des Trainers, sondern nur durch viel Einfühlungsvermögen lösen.

**Trainerentlassungen als Normalität**

Trainer können selbstbewußt für sich die Rolle des wichtigsten Funktionsträgers im Verein beanspruchen.

Meistens wird diese Rolle aber von den anderen nur in „Krisensituationen“ anerkannt und herausgestellt, dann wenn der Trainer als Stündenbock für die fehlenden Punkte den Kopf hinhalten muß.

Hiermit soll der Trainer nicht aus der Verantwortung für die Leistung seiner Mannschaft genommen werden. Aber Besonnenheit und eine realistische Einschätzung der Situation durch die Vereinsverantwortlichen wären in vielen Fällen angebrachter und würden dem Image des Fußballs und auch dem der Trainer bestimmt nicht schaden.

Trainerentlassungen sind inzwischen eine Selbstverständlichkeit im Fußballgeschäft. Vor kurzem war in einer Sportzeitung zu lesen: „Die 2. Liga frißt ihre Trainer!“

14 Trainerentlassungen in einer Saison, fast zwei Drittel der Zweitligavereine wechselten den Trainer, weil das Team nicht so funktionierte, wie es die Chefetage erhofft hatte.

Mit der ansteigenden Professionalisierung des Fußballs sind Trainerentlassungen inzwischen auf der Tagesordnung, alle Beteiligten haben sich mittlerweile scheinbar an diese negative Entwicklung gewöhnt. Nichtsdestotrotz darf diese Entwicklung nicht akzeptiert werden.

➔ **Trainer werden nicht zu Marionetten eines Konkurrenzkampfes um Einschaltquoten und Zeitungsauflagen.**

**Trainer in „Schubladen“**

Eine weitere Tendenz bei der stärkeren Medienpräsenz der Profitrainer äußert sich darin, daß diese Trainergruppe vorschnell abgestempelt und in bestimmte Schubladen abgelegt werden.

„Der harte Trainer“, „Der Praktiker“, „Der für das Profigeschäft zu weiche Trainer“, „Der Motivationskünstler“ usw. sind alles oberflächliche Etiketten, die ein Trainerbild aufbauen, das sich zwar schlagzeilenträchtig ausschlagen läßt und sich beim Publikum einprägt, das aber in keiner Weise Sache und Person gerecht wird.

➔ **Ein Trainer muß in dem Sinne hart sein, daß er souverän ist. Er darf sich nicht zu stark vom Vorstand oder von Spielern beeinflussen lassen.**

Vor allem in unteren Spielklassen tobt sich der Mythos vom harten Trainer oft immer noch in einem überharten Konditionstraining aus. Da werden Mannschaften mürbe gemacht und die Zuschauer nicken zustimmend, wie anspruchsvoll doch das Training sei.

Trainer lassen sich nicht in Schubladen stecken, sondern entwickeln jeweils einen individuellen Stil, der dem eigenen Naturell entspricht und von dem sie glauben, daß er am erfolgreichsten ist.

➔ **Die Trainer dürfen nicht nur widerspruchslos schlucken und sich den sogenannten „Mechanismen der Branche“ beugen.**

Alle Jahre wieder Machtpolitik, Stillosigkeit, Wortbruch – das nagt am Status der Trainertätigkeit.

Was in sicherer Regelmäßigkeit unter der Überschrift „Trainerwechsel“ abläuft, sind Schauspiele in aufeinanderfolgenden Akten und mit einer vorher festgelegten Dramaturgie.

Diese Vorführungen verdienen manchmal nur die Bezeichnung „Kasperletheater“. Der Ausgang dieser Kinderstücke ist bekannt: Am Ende bekommt der böse Zauberer gewaltig einen auf den Deckel! Im Leistungssport Fußball scheint die Rolle des bösen Zauberers oft im Vorhinein mit dem Trainer besetzt zu sein.

Nochmals sei hier betont: Selbstverständlich muß sich ein Trainer auch mit dem Mißerfolg seiner Mannschaft identifizieren. Aber in zu wenigen Fällen hat er Gelegenheit zur Ursachenerklärung und -bekämpfung. Der bequemere Weg für den Verein ist eben die schnelle Trainerentlassung. Meistens werden dadurch aber Konflikte innerhalb der Mannschaft nur kurzfristig zugeschüttet und schwelen unter der Oberfläche weiter.

Selbst in Spielerköpfen scheint der „Mechanismus der Branche“ fest etabliert zu sein, nach dem Motto: „Wenn wir keinen Erfolg haben, kommt ein neuer Trainer und der wird es schon richten!“

Das Spielerargument, durch einem Trainerwechsel einen neuen Motivations Schub zu bekommen, ist ein Armutszeugnis für die persönliche Leistungseinstellung und kann nur einem Alibidenken entspringen.

## Trainer und Manager

Ein leistungsorientierter und professionell geführter Verein kann heutzutage kaum noch auf die Position eines Managers oder Technischen Leiters verzichten.

Dabei ist die sportliche „Risikoverteilung“ zwischen Trainer und Manager meist recht einseitig zu Ungunsten des Trainers ausgelegt. Denn obgleich Manager meistens die Vollmachten für Trainereinstellungen und Spielerpflichtungen haben, müssen sie im Falle des Mißerfolgs nie selber die Konsequenzen tragen.

Jüngst gab es einen Fall, bei dem ein Manager schon seine eigene Verbannung nach Sibirien plante, falls seine Mannschaft das angestrebte Saisonziel – die Qualifikation für einen internationalen Wettbewerb – nicht erreichen würde. Bei einer Mannschaft, die fast die komplette Spielzeit auf einen UEFA-Cup-Platz plazierte und darüber hinaus noch zu dem Zeitpunkt der Aussage das DFB-Pokalfinale gegen eine Amateurmansschaft zu bestreiten hatte, **kaum** eine gewagte Karriereplanung.

➔ **Trainer und Manager müssen sich als Partner verstehen, die bei klarer Aufgabenverteilung kooperativ auf ein gemeinsames Ziel hinarbeiten.**



FOTO: HORSTMÜLLER

Die jeweiligen Aufgaben- und Verantwortungsbereiche müssen aber ganz klar definiert und voneinander abgegrenzt sein müssen. Nur dann kann jeder mit hundertprozentigem Einsatz seinen Teil zum Erfolg der Mannschaft beitragen.

Die klare Abgrenzung der Aufgabenbereiche impliziert dabei, daß der Trainer das letzte Wort über die Zusammensetzung des Spielerkaders haben muß, denn er ist schließlich der Experte auf dem sportlichen Sektor.

## Umgangsformen der Trainer untereinander

Um das Trainerberufsbild einigermaßen vollständig zu skizzieren, müssen neben den Beziehungen eines Trainers zu seiner Umgebung auch die Umgangsformen und Beziehungen der Trainer untereinander betrachtet werden. Grundsätzlich dürfen dabei Begriffe wie Solidarität und Fairness nicht zu Floskeln verkommen.

Welche Bedeutung und welchen Stellenwert der einzelne Trainer diesen Begriffen einräumt, muß er jeweils persönlich für sich alleine entscheiden.

Eins scheint jedoch klar: Ganz ohne Solidarität und Fairness wird es dazu kommen, daß das Trainer-Karussell, das sich bereits jetzt in schwindelerregender Weise dreht, zukünftig auf noch größere Touren kommt. Und ein Karussell wird bekanntlich nicht von denjenigen gesteuert, die auf diesem Platz genommen haben ...

In der letzten Saison hat der Trainerwechsel bei Bayer Leverkusen viel Wirbel entfacht. Hier soll keine Wertung der damaligen Vorgänge, Berichte und Kommentare vorgenommen werden. Aber eins ist in diesem Zusammenhang positiv aufgefallen: Seit langer Zeit haben Trainer erstmals wieder laut über Soli-

**Die meisten Vereine greifen in sogenannten Krisensituationen zum Notmittel Trainerentlassung. Dennoch sollten die Trainer diese „Mechanismen der Branche“ nicht nur widerspruchslos akzeptieren, sondern über alternative Gegenmodelle nachdenken.**

darität, Fairness, Image des Berufsstandes, Moral oder Stil nachgedacht, so daß eine Fachzeitschrift zu folgender Schlagzeile veranlaßt wurde: „Solidarität im Haifischbecken?“

Ob dieser Vorgang eine längerfristige Wirkung haben wird, wird die Zukunft zeigen. Eigentlich kann nur der Appell an die Trainer gerichtet werden: Laßt den Worten auch die Taten folgen!

## Zusammenfassung

Die Anforderungen, die an den Beruf des Trainers gestellt werden, sind vielseitig und erfordern ein breites Spektrum an Eigenschaften, Fähigkeiten und Kenntnissen.

Der Trainer muß sich den verschiedenen Rollenerwartungen von Spielern, Verein und Öffentlichkeit bewußt sein. Um sie selbstbewußt und fachlich kompetent ausfüllen zu können, muß er „am Ball bleiben“ und seine verschiedenen Tätigkeitsfelder selbstkritisch zur Diskussion stellen, um sie gegebenenfalls rechtzeitig neuen Anforderungen anpassen zu können.

Bei allen diesen Betrachtungen muß der Blick vor allem auf Entwicklungen im Profifußball gerichtet sein, denn der höchste Leistungsbereich übt für alle Spielklassen eine Vorbildfunktion und Leitbildwirkung aus. Somit wird auch das Trainerbild von den Bedingungen und Abläufen im Profibereich entscheidend mitgeprägt.

### Redaktionshinweis:

Der Beitrag von Jörg Daniel wurde auf der Grundlage eines Referates beim Internationalen Trainer-Kongreß des BDFL 1993 in Regensburg erstellt.

# News



**Bund Deutscher  
Fußball-Lehrer**

Schlehdornweg 3, 63477 Maintal  
Tel. (0 6181) 43 20 47 · Fax (0 61 81) 44 19 10

## Veranstaltungen

### Erfolgreiches UEFT-Symposium in der Türkei

BDFL-Präsident, gleichzeitig auch Präsident der Union Europäischer Fußball-Trainer (UEFT), zeigte sich über den Verlauf des XIV. Symposiums in Kusadasi/Türkei sehr zufrieden.

Insgesamt waren über 150 Delegierte aus 36 Nationen zu dieser viertägigen Veranstaltung

angereist, um den Referaten und Praxisdemonstrationen unter dem Leitthema „Fußball aktuell“ zu folgen.

Die Übersetzung der Beiträge erfolgte parallel in englischer, deutscher, französischer und türkischer Sprache.

In einzelnen Delegationen waren auch die jeweiligen Nationaltrainer vertreten, u.a. bei Rußland, Marokko, Rumänien, Dänemark und Schottland.

„Es kann festgestellt werden“, so UEFT-Präsident Herbert Widmayer, „daß dieser Kongreß ein sehr hohes Niveau vorzuweisen hatte, was hauptsächlich an den ausgezeichneten und gut vorbereiteten Fachreferaten von Andy Roxburg (Schottland), Richard Möller Nielsen (Dänemark), Fatih Terim (Türkei), Holger Osieck (Cheftrainer Fenerbahce Istanbul), Jean Pierre Morians (Junioren-Nationaltrainer Frankreich), Walter Gagg (FIFA), Sepp Piontek (Cheftrainer Bursaspor und Ex-Nationaltrainer von Dänemark und Türkei) gelegen hat.“

Lothar Meurer, Generalsekretär der UEFT, hatte im Vorfeld hervorragende Arbeit geleistet, die die Grundlage für einen reibungslosen und zeitlich sehr gestrafften Programmablauf an allen Symposiumstagen bildete.

Nicht nur die deutsche Delegation mit Vizepräsident Herbert Binkert, Schatzmeister Hermann Höfer, Bundesgeschäftsführer Philipp Eibelshäuser und Heiner Ueberle waren vom Symposium und der türkischen Gastfreundschaft restlos begeistert. **Philipp Eibelshäuser**

## Aufnahmeanträge

Nachfolgende Trainer mit Fußball-Lehrer-Diplom/A-Lizenz beantragen die Mitgliedschaft im Bund Deutscher Fußball-Lehrer e.V. (BDFL):

**Baab, Johannes**, Elsheimerstraße 32, 55270 Schwabenheim

**Eßer, Hans-Willy**, Pescher Straße 84, 41352 Korschenbroich

**Mannebach, Werner**, Neustraße 3, 56729 Kirchwald

**Kammerer, Michael**, Südring 94, 55128 Mainz

**Mücke, Clemens**, Birkhuhnweg 14, 12351 Berlin

**Pförrmann, Ralph**, Anne-Frank-Straße 1, 69469 Weinheim

**Uschek, Wolfgang**, Rupprechtstraße 6, 63801 Kleinostheim

Gemäß BDFL-Satzung unterliegen die Aufnahmeanträge einer Einspruchsfrist von 4 Wochen.

### Redaktionshinweis:

Die nächste Ausgabe von „fußballtraining“ erscheint voraussichtlich am 9.12.1993, u.a. mit ersten Planungshilfen für die Rückrunden-Vorbereitung und Vorschlägen für das Hallentraining.

Bestellschein (bzw. Kopie) einsenden an Philippka-Verlag, Postfach 6540, D-48034 Münster

Schweiz: ISM-Sportmarketing, Fabrikstraße, CH-8505 Pfyn \* Österreich: teamsport, Bahnhofstraße 31, A-6175 Kematen

## Ich abonniere **fußballtraining**

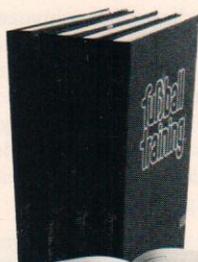
### Gleich mitbestellen

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.

Jetzt mit Jahreszahlen-Aufklebern 1991 - 1994.

12-er Mappe DM 14,50  
Versandspesen DM 3,- je Sendung, ab 5 Mappen spesenfreie Lieferung.



○ Bitte liefern Sie mir/uns die Zeitschrift "fußballtraining" (Herausg.: Gero Bisanz) ab Heft \_\_\_/Jahr\_\_\_ (frühestmöglicher Abo-Beginn: Heft 1/91) im Abonnement.

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

Das Jahres-Abonnement kostet 1993 (12 Hefte) im Inland DM 67,20, im Ausland DM 69,60, jeweils frei Haus.

### Hinweis für den Verlag

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

(2. Unterschrift des Abonnenten)

Ich bestelle aus Ihrem Programm an Sportfachliteratur:

Expl. **Sammelmappen ft**

Expl. \_\_\_\_\_  
(Titel abkürzen)

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

### Besteller:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

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

### ○ Gewünschte Zahlungsweise:

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

Konto-Nr.: \_\_\_\_\_

bei (Bank): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ BLZ: \_\_\_\_\_

\* Konto-Inhaber bin nicht ich, sondern:

\_\_\_\_\_

Ich zahle sogleich nach Rechnungserhalt.

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

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



FOTO: HORSTMÜLLER

# Alle Spieler sind Egoisten!

*Ein Ex-Profitrainer blickt zurück: Er formuliert auf der Grundlage einer realistischen Einschätzung der Spieler konkrete Handlungsanweisungen für Trainer*

Ein Beitrag von **Martin Luppen**

**Martin Luppen weiß, wovon er spricht: Denn er war 18 Jahre als Trainer, davon 12 Jahre im höchsten Amateur- und 6 Jahre im Profibereich, tätig.**

**Seine größten Erfolge waren der Bundesliga-Aufstieg 1973 und das Erreichen des Pokalfinales 1983 mit Fortuna Köln.**

## Was können Trainer von Bill Clinton lernen?

Der „Minus-Mann“ der ersten Hälfte 1993 ist der neue amerikanische Präsident, Bill Clinton. Nicht weil er ein „politischer Dummkopf“ wäre, denn er hat durchaus bestimmte politische und soziale Zielvorstellungen.

Nur: Er hat nicht die Kraft, seine Pläne in die Tat umzusetzen.

Clinton hatte bei seinem Amtsantritt eine sensationell hohe Zustimmung in der amerikanischen Bevölkerung. Diese breite Rücken-

deckung hat er inzwischen auf ein Minimum an Zustimmung heruntergewirtschaftet. Er redet wie Bush und handelt wie Carter. Clinton ist ein Zauderer, er setzt nichts von seinen Vorstellungen durch.

Wo ist nun aber der Zusammenhang zwischen dem amerikanischen Präsidenten und einem Fußballtrainer?

Nun: Beide Seiten sind einem massiven Erfolgsdruck ausgesetzt und alle Schritte werden von der Öffentlichkeit kritisch verfolgt und beurteilt. Dabei hat Clinton sogar noch einen Vorteil: Er kann schließlich zumindest für eine volle Amtsperiode von 4 Jahren planen – welcher Trainer hat heute aber noch so viel Zeit?

## Konzepte alleine reichen nicht aus!

Trainer müssen ein Konzept haben. Wenn kein Konzept vorliegt, dann ist jeder Erfolg von vornherein ausgeschlossen.

Das Konzept alleine hat aber noch überhaupt keine Bedeutung.

Es sind selten Trainer daran gescheitert, daß sie kein Konzept hatten. Weitaus die meisten Trainer scheitern daran, daß sie zu wenig Mut und Stärke besitzen, die eigenen Vorstellungen gegen alle Hindernisse in die Wirklichkeit umzusetzen.

Diese Widerstände sind aber vorprogrammiert. Denn spätestens nach dem ersten Mißerfolg wissen irgendwelche Beteiligten es besser und verbreiten (Pseudo-)Alternativen. Für jedes Konzept gibt es schließlich ein Gegenkonzept.

## Erfolgreiche Trainer haben „Ecken und Kanten“

Mit diesen Feststellungen ist bereits eine grundsätzliche Voraussetzung für einen erfolgreichen Trainer genannt: Ein Trainer muß eine „ich-starke“ Persönlichkeit mit allen „Ecken und Kanten“ sein. Denn nur so ein Persönlichkeitsprofil ermöglicht es, Gegenströmungen wirkungsvoll abzublocken und seine eigenen Vorstellungen entschlossen durchzusetzen.

Alle großen Trainer wie Sepp Herberger, Hennes Weisweiler oder Ernst Happel waren „harte Hunde“, die bei Bedarf angeeckt sind und Hindernisse konsequent weggeräumt haben.

Diese Konsequenz und Entschlossenheit bedeutet dabei aber nicht, mit bornierter Sturheit an den eigenen Vorstellungen festzuhalten. Die flexible Anpassung an neue Gegebenheiten ist ab und an erforderlich frei nach dem

Motto von Adenauer „was interessiert mich mein Geschwätz von gestern.“

Oder positiver ausgedrückt: Nichts hindert einen Trainer daran, von Tag zu Tag etwas klüger zu werden.

Konzepte können also durchaus modifiziert, verändert und den jeweiligen Situationen angepaßt werden. Das bringt dann keine „Minuspunkte“ ein, wenn der Trainer seine Motive für bestimmte Konzeptveränderungen offenlegt und plausibel und offensiv vertritt.

Natürlich dürfen diese Anpassungen jeweils nur einzelne Konzeptdetails betreffen. Ein Trainer kann sich nicht heute nach rechts und morgen nach links bewegen.

## Erfolg ist nur mit der Mannschaft möglich

Was ist Erfolg? Erfolg ist das Erreichen von Zielen.

Dabei ergibt sich meistens von vornherein das Problem, daß von Vereinsseite aus diese Zielvorstellungen viel zu hoch gesteckt sind.

Unabhängig davon, wie realistisch bestimmte Zielvorgaben formuliert sind, kann ein Trainer diese aber nur **mit** seiner Mannschaft erreichen. Deshalb muß er das komplette Team hinter sich bringen – ansonsten hat er keine Chance.

## Ein Blick in das Team – was ist eine Fußballmannschaft?

Ab und an geistern althergebrachte und verklärte Vorstellungen von der Struktur einer Fußballmannschaft durch die Gazetten: Dann werden nur zu gerne Schlagwörter wie von den „Elf Freunden“ oder von der „Verschworenen Gemeinschaft“ verwendet.

Und die einzelnen Spieler verfallen auf Interviewfragen nach der eigenen, durchaus überzeugenden Leistung nur zu oft in die Platitude

„Meine Leistung ist doch überhaupt nicht wichtig – wichtig ist doch nur, daß die Mannschaft erfolgreich ist.“

Diese Bescheidenheit in „persönlichen Erfolgsstunden“ trägt zu einem positiven Image in der Öffentlichkeit bei. Doch ist sie der wirkliche Ausdruck des „Innenlebens“ des betreffenden Spielers?

Wenn ein Spieler gefragt würde: *Was wäre Dir lieber? Dein Verein wird Meister, Du machst aber kein einziges Spiel und sitzt auf der Bank oder sogar Tribüne. Oder: Dein Verein steigt ab, aber Du machst alle Spiele mit.*

Wenn diese Spieler das wirkliche Innenleben und die ureigenen Interessen preisgeben würden, dann würden sie zugeben, daß sie lieber absteigen, wenn sie dabei nur regelmäßig zum Einsatz kommen.

Denn: Eine Mannschaft ist eine Ansammlung von 20 Individualisten. Jeder verfolgt zunächst seine eigenen Interessen und ist sich selber der nächste.

Dabei sind Fußballspieler durchaus kein besonders „ekkliger Menschentyp“, sondern diese egoistische Ausrichtung ist ein grundsätzliches Wesensmerkmal des Menschen. Der Kommunismus ist daran gescheitert, daß er an einem falschen Menschenbild angesetzt hat.

Nur wenn ein Trainer diese realistische Sicht einer Fußballmannschaft als eine konfliktgeladene Ansammlung von Einzelpersonen zugrundelegt, kann er tatsächlich etwas Positives bewirken.

## Welche Konsequenzen ergeben sich für den Umgang mit der Mannschaft?

Was für grundsätzliche Folgen hat diese realistische Sichtweise von der Struktur einer Fußballmannschaft für den Umgang mit den Spielern?

### Salou/Spainien Internationale Fußballturniere 1994

für Senioren, Alte Herren, A-, B-, C-, D- Jugend

#### Ostern:

26. März bis 2. April 1994

2. April bis 9. April 1994

#### Pfingsten:

14. Mai bis 21. Mai 1994

21. Mai bis 28. Mai 1994

#### Herbst:

15. Oktober bis 22. Oktober 1994

**Preis: DM 279.- pro Person**

**Im Preis inbegriffen:** 7 Tage Vollpension in einem 3-Sterne Hotel (Frühstücksbuffet, Mittag- und Abendessen, meistens Buffet), Turnierteilnahme, Preise.

**Wo liegt Salou?:** 98 km südlich von Barcelona an der Costa Daurada, 13 km von Tarragona entfernt. Salou ist ein beliebter Badeort mit sehr schöner Strandpromenade und internationalem Flair.

**Informationen erteilt kostenlos und unverbindlich:** Heinz Becker, Bürgermeister-Jäger-Straße 8, 69214 Eppelheim  
Telefon und Fax: 0 62 21/76 08 67

ab 48 Personen  
3 Freiplätze +  
Kinderermäßigung

Für jeden Teilnehmer zuzüglich ein T-Shirt

Der Trainer muß sich zunächst immer wieder bewußt machen, daß der **einzelne Spieler** sein Hauptadressat ist. Es gibt nicht **die** Mannschaft. Deshalb ist es beispielsweise in den meisten Situationen relativ sinnlos, wenn sich der Trainer bei der Spielersitzung breitbeinig und mit den Händen in den Hüften vor der Mannschaft aufbaut, um einen noch so flammenden Appell an die Mannschaft zu richten. Im Endeffekt wird mit dieser Rede keiner wirklich erreicht. Die Konsequenz kann nur sein: Anstatt an ein „fiktives Ganzes“ zu appellieren, muß der Trainer sich viel intensiver um jeden Einzelnen kümmern!



FOTO: HORSTMÜLLER

## Motivation – das Zauberwort im Fußball

Motivation ist offensichtlich das Zauberwort in der Zusammenarbeit von Trainer und Mannschaft.

Nach landläufigen Vorstellungen ist **das** Qualitätsmerkmal eines Trainers, über welche angeblichen Motivationskünste er verfügt. Und die Spieler äußern sich in „Krisensituationen“, wenn die eigenen Leistungen nicht stimmen, gerne in diese Richtung: „*Der konnte unsere Mannschaft nicht weiter motivieren*“, schicken sie nur zu oft als Abschiedsgruß einem gerade entlassenen Coach hinterher.

Solche Äußerungen sind ein absolutes Armutzeugnis für die Spieler. Denn alle großen Leistungen, die Menschen je erbracht haben, resultieren aus eigenen Antriebskräften heraus.

Jede Motivation im Fußball kann nur Eigenmotivation sein. Entweder ist ein Mensch bereit zur Leistung, oder er ist es nicht.

Diese Ausgangsbasis muß den Spielern von Beginn der Zusammenarbeit an sowie unmißverständlich und „brutal“ klargemacht werden. Der Trainer kann nicht – wie es aber oft passiert – dafür verantwortlich gemacht werden, wenn die Spieler „den Hintern nicht hochbekommen!“

Die Spieler müssen bei der Eigenverantwortung gepackt werden! Wenn überhaupt irgendwelche Motivationsmittel versucht werden, dann können sie immer nur auf eine Erhöhung der Eigenmotivation zielen.

Mit der eigenen Spielleistung kann der Spieler schließlich selbständig vielfältige sportliche, finanzielle und soziale Vorteile erzielen – dazu braucht er nicht eigens fremdgesteuert motiviert werden.

Entweder sind die Spieler leistungsorientiert oder nicht.

Wer sich als Trainer als Motivationskünstler begreift (viele Trainer pflegen dieses Image bzw. sie werden von den Medien in diese Schublade gepreßt), der diese Leistungsorientierung bei seinen Spielern erst immer wieder neu entfachen will, der ist über kurz oder lang zum Mißerfolg verurteilt.

Der Trainer muß seinen Spielern deshalb immer wieder mit deutlichen Worten „einhämmern“, daß er nicht die Verantwortung für deren schlechte Spielleistungen übernimmt.

## Wie bringt ein Trainer seine Mannschaft hinter sich?

Wie kann ein Trainer seine Mannschaft hinter sich bekommen? Grundsätzlich ist ein Trainer, der Erfolg haben will, in drei Bereichen gefordert, die selbstverständlich miteinander zusammenhängen:

- „Persönlichkeit“
- Fachkompetenz
- Führungskompetenz

**Thema Trainerwechsel:**  
Wenn ein Trainer eine Mannschaft auf die Erfolgsspur zurückbringen will, dann muß er seine Überzeugung von der eigenen Erfolgsstrategie wirkungsvoll auf seine Spieler übertragen.

# ALLES FÜR DEN VEREIN

■ Abzeichen, Ehrennadeln, Pokale, Medaillen, Wimpel, Banner, Hißfahnen, Bälle, Alutore, Sportplatz-Sichtblenden, Markierwagen, Sportbekleidung, Flockdruck und vieles mehr... finden Sie im aktuellen LOYDL-SPORTKATALOG. Einfach kostenlos anfordern!

Olympia-Sporthaus

**LOYDL**  
Das Vereins-Sporthaus



## Ihr Gratis-Gutschein...

... einfach ausschneiden und auf Postkarte an:  
**Olympia-Sporthaus Loydl**  
Abt. FT, Postf. 34 42  
90016 Nürnberg

**Ja, schicken Sie mir den Katalog!**

Verein \_\_\_\_\_ e.V.?

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Funktion \_\_\_\_\_  Telefon \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_



Wichtige Persönlichkeitseigenschaften eines Trainers wie Ich-Stärke, Durchsetzungsvermögen oder „Charisma“ wurden angerissen. Auch die erforderlichen Fachkompetenzen (z.B. taktisches Wissen, eigenes fußballerisches Können) leuchten ein und sollen hier nicht detaillierter erläutert werden. Vor allem aber sind die **Führungseigenschaften** eines Trainers gefragt. Genau hier aber haben die meisten Trainer Defizite, zumal dieser Tätigkeitsbereich in der Trainerausbildung viel zu kurz kommt. Das Scheitern vieler Trainer ist aber meistens genau hier begründet und nicht etwa in bestimmten Trainings- oder Taktikfragen. Sie haben im Umgang mit der Mannschaft Fehler gemacht.

## Tips für den Umgang mit einer Mannschaft

Aufgrund der Defizite im Bereich des Umgangs mit einer Fußballmannschaft sollen hier deshalb einige Leitlinien und Tips vorgestellt werden, die aus der Reflexion der eigenen Praxis als Trainer resultieren. Selbstverständlich können sie keine Patentrezepte sein, aber vielleicht liefern sie zumindest einige Anregungen.

### Immer an den einzelnen Spieler wenden!

Wenn eine Mannschaft eine Ansammlung von Individualisten ist, dann läßt sich auch die Mannschaftsstruktur letztlich nur über die Verhaltenssteuerung der Einzelspieler wirkungsvoll beeinflussen.

Die richtige Kommunikation ist hierbei das Zauberwort. Der Trainer muß sozusagen jedem einzelnen Spieler das Gefühl geben, daß er **sein** Trainer ist!

Andererseits muß aber auch an die einzelnen Spieler klar die Forderung nach einer Eingliederung (nicht Unterordnung) in die Gruppe gestellt werden.

### Gerade auch die „Reservespieler“ beachten!

Jeder Mensch will anerkannt, akzeptiert und bemerkt werden. Dieses Bedürfnis ist logischerweise bei denjenigen Spielern besonders

## Problem Reservespieler

■ *Um die „Randfiguren“ der Mannschaft muß sich der Trainer verstärkt kümmern. Dabei darf er sich nicht auf „Durchhalteparolen“ beschränken.*

ausgeprägt, die an einem Defizit an Anerkennung und Selbstbestätigung leiden. In einer Fußballmannschaft sind dies normalerweise die Ersatzspieler, die im Kader die Positionen 12 bis 20 innehaben.

Nicht die „Cracks“, die Stars, die sich sowieso im Brennpunkt der Öffentlichkeit und der Medien befinden, bedürfen deshalb in besonderem Maße der Trainerzuwendung. Meistens beschränken sich aber die intensiven Gespräche zwischen Spieler und Trainer auf einige wenige Leistungsträger.

Dabei sind die Kontakte zu den Spielern aus der „zweiten Reihe“ viel wichtiger. Denn es gibt kaum ein härteres Schicksal als das der „Arbeitslosigkeit“, das diese Reservespieler teilen müssen. Denn sie trainieren und trainieren, bereiten sich konzentriert vor – und dürfen dann schließlich doch nicht das eigene Leistungsvermögen dem Publikum präsentieren.

Um diese „Randfiguren“ der Mannschaft muß sich der Trainer verstärkt kümmern. Die etablierten Spieler kann er zu diesem Zweck durchaus etwas vernachlässigen. Damit erzielt er außerdem gleichzeitig noch einen weiteren positiven Nebeneffekt: Er befriedigt das Bedürfnis der Spieler nach „Gerechtigkeit“. Nichts empfinden die Spieler negativer, als wenn der Trainer bestimmte „Lieblinge“ bevorzugt.

Dabei dürfen sich die Gespräche mit den Ersatzspielern nicht auf unverbindliche „Durchhalteparolen“ beschränken. Von einem offenen Meinungsaustausch und einer kritischen Standortbestimmung (Stellung des Spielers in

der Mannschaft, Aufzeigen noch vorhandener Leistungsdefizite) profitiert der Spieler in weit größerem Maße.

Viele Trainer scheuen sich aus einer gewissen Angst oder aus Bequemlichkeitsgründen vor diesen konfliktreichen Auseinandersetzungen mit enttäuschten Spielern.

Letztlich ist der Trainer aber auch auf diese Spieler angewiesen. Ein möglichst leistungshomogener Kader ist das Geheimrezept vieler erfolgreicher Teams. Wenn aber Spieler mit einem im Vorhinein zerstörten Selbstbewußtsein zum Einsatz kommen müssen, bei denen sofort das Nervenflattern einsetzt, dann ist der Mißerfolg vorprogrammiert.

Mindestens 1 x im Monat sollte mit jedem Spieler aus dem Kader ein intensives Einzelgespräch ablaufen. Diese Grundforderung ist so wichtig, daß sich der Trainer aus Überichtsgründen sogar eine Terminliste für diese Spielergespräche anlegen sollte.

### Richtiges Zuhören ist die Grundlage erfolgreicher Gespräche!

Der destruktivste „Gesprächsblocker“ ist der ununterbrochene Redeschwall eines der Beteiligten.

In den Einzelgesprächen darf der Trainer deshalb den Spieler nicht nach dem Motto „Nun sperr' mal Deine Ohren auf“ mit seinen eigenen Vorstellungen und Auffassungen bombardieren.

Es kommt in erster Linie zunächst darauf an, daß der Spieler möglichst unbeeinflusst seine eigenen Bedürfnisse und Probleme äußern kann. Der Trainer muß den Spieler zunächst „kommen lassen“: *Was ist Deine Meinung? Wie beurteilst Du die Stellung in der Mannschaft? Welche Vorschläge hast Du, wie wir weitermachen sollten?*

Dabei stellt sich meistens heraus, daß den Spieler nicht irgendwelche konkreten Defizite im Leistungsvermögen bedrücken, sondern eine allgemeine Erfolgs- und Mutlosigkeit. Deshalb müssen diese Spieler-Trainer-Gespräche nicht nur auf einer „intellektuellen Ebene“ ablaufen und sich vorrangig auf irgendwelche technisch-taktischen Details beziehen, sondern sie haben zunächst die Funktion eines „emotionalen Ventils“ für die Spieler.

Hermann Boners  
**Fußball-Kartothek 5**  
Nachwuchsschule: F- und E-Junioren



**Kartothek 5:**  
F- und  
E-Junioren

Rolf Peter/Norbert Vieth  
**Fußball-Kartothek 6**  
Nachwuchsschule: D- und C-Junioren



**Kartothek 6:**  
D- und  
C-Junioren

Rolf Peter/Norbert Vieth  
**Fußball-Kartothek 7**  
Nachwuchsschule: B- und A-Junioren



**Kartothek 7:**  
B- und  
A-Junioren

## Nachwuchsschule Fußball

Attraktive Spiel- und Übungsformen in Karteiform für den Kinder- und Jugendbereich.

Jede Kartothek ist auf den Ausbildungsschwerpunkt jeweils einer bestimmten Altersstufe ausgerichtet.

Preis je Kartothek mit 87 Doppelkarten, Beiheft und Karteikasten

**DM 34,80**

philippa

Die „innere Befindlichkeit“ des Spielers ist im Verhältnis von etwa 2:1 zu fußballspezifischen Themen der Hauptgesprächspunkt (Wie fühlst Du Dich? Was kann ich als Trainer machen, um Dir Mut zu machen!).

### In Einzelgesprächen nur über den jeweiligen Spieler, nicht über andere reden!

Spieler finden immer 1000 Begründungen für eigene schwache Leistungen – überall, nur nicht bei sich selbst!

Um sie bei diesen Schuldzuweisungen nicht noch zu fördern und bei irgendwelchen „Alibikonstruktionen“ behilflich zu sein, sollte der Trainer in den Einzelgesprächen **nur** über den betreffenden Spieler reden, ansonsten aber über keinen anderen.

### Ein Einzelgespräch immer mit einem positiven Appell und Fazit beschließen!

Jedes Gespräch sollte mit einer „positiven Botschaft“ des Trainers abgeschlossen werden: „Komm, setze Dir das und das als nächstes Ziel! Arbeite zielstrebig weiter, ich habe Dich genau im Auge. Ich werde Deine Fortschritte genau registrieren!“

Der Trainer muß also kein großer „Belehrer“, sondern ein großer „Mutmacher“ sein, wobei hier keine utopischen Erwartungen geschürt werden dürfen, sondern die aufgezeigten Zielperspektiven eine realistische Grundlage haben müssen.

Dazu ein aktuelles Beispiel aus der Bundesliga: Was Otto Rehhagel hinsichtlich seines Torhüters Oliver Reck geleistet hat, ist vorbildlich. Der „Fliegenfänger Olli“, von der Presse gnadenlos kaputtgeschrieben, ist inzwischen sogar ein Kandidat für den erweiterten WM-Kader. Diese positive Entwicklung wurde nur durch die absolute Rückendeckung seines Trainers ermöglicht. Otto Rehhagel hat gegen alle äußeren Widerstände die „Seele seines Torhüters gepflegt“ und sein Selbstbewußtsein aufrechterhalten. Ein psychologisches Meisterstück des Meistertrainers.

Wie kann ein Trainer seinen Spielern grundsätzlich Sicherheit geben?

## Problem Nichtnominierung

■ Ein Spieler muß immer zuerst vom Trainer und nicht von dritter Seite über eine Nichtnominierung in Kenntnis gesetzt werden.

Zunächst durch eine präzise Aufgabenstellung und Funktionsbeschreibung innerhalb der Mannschaftskonzeption. Dabei sollte nicht mit einem Spieler auf verschiedenen Positionen experimentiert werden, sondern die zugewiesene Position muß den speziellen Stärken des Spielers entgegenkommen.

## Problem Konflikt

■ Wenn ein Konflikt erst explosionsartig ausbricht, ist es meistens bereits zu spät. Der Trainer muß Problem-potentiale bereits im Vorfeld erspüren und mit der Mannschaft aufarbeiten.

Im Trainingsprozeß selbst muß systematisch an den Stärken des einzelnen Spielers zur Förderung seines Selbstbewußtseins gearbeitet werden. Dabei kann sich der Trainer in Teilbereichen durchaus von den Erkenntnissen des Spielers leiten lassen, den er als fachkompetenten Partner akzeptieren sollte. Denn der Spieler erlebt das Spiel oft ganz anders als der Trainer!

### Die Mannschaft und jeden einzelnen Spieler rechtzeitig informieren!

Wenn der Trainer einen bestimmten Entschluß z.B. im Hinblick auf die Aufstellung oder die Nichtnominierung eines Spielers gefaßt hat, dann sollte er diesen betreffenden Akteur rechtzeitig informieren.

Einerseits kann sich der neunominierte Spieler rechtzeitig mit seiner kommenden Spiel-aufgabe auseinandersetzen und mental darauf einstellen. Andererseits bedeutet es einen zusätzlichen Vertrauensverlust, wenn ein aus der Mannschaft genommener Spieler von dritter Seite aus über seine Nichtnominierung informiert wird. Sein Frust wird noch größer.

Und Trainer können sicher sein: Spieler spüren sowieso innerhalb der Woche, was läuft und welche Pläne der Trainer hat.

Informierte Spieler sind motivierte Spieler! Wenn Trainer also Spieler motivieren wollen, so müssen sie diese rechtzeitig und umfassend informieren – und zwar nicht nur über positive, sondern auch negative Entwicklungen und Entscheidungen. Spieler haben ein Recht auf diese „Erstinformation“ durch den Trainer!

### Mit offenen Augen alle Spieler im Blick haben!

Die grundsätzliche Bereitschaft des Trainers, für die Probleme seiner Spieler offen zu sein, reicht nicht aus! Der Trainer hat so etwas wie eine „Hol-Schuld“, was die Informationsgewinnung bezüglich der Probleme betrifft.

Denn viele Problem-bereiche und Frustrations-potentiale innerhalb der Mannschaft werden nicht artikuliert, rumoren aber latent unter der Oberdecke des Teams und können sich extrem leistungsstörend auswirken.

Wenn so ein Konflikt erst explosionsartig ausbricht, ist es meistens bereits zu spät. Denn dann wird der Trainer oft in Situationen gedrängt, in denen er ein „Exempel statuieren muß“, um seine Autorität zu sichern.

Um solche Entwicklungen von vornherein auszuschalten, muß der Trainer für Problem- und Konfliktpotentiale innerhalb des Kaders sensibel sein und alle 20 Spieler mit offenen Augen im Blick haben. Konfliktlösungen können dann in einem offenen Gespräch mit den beteiligten Spielern entwickelt werden.

Der Trainer muß also ein „Konfliktsucher“ sein – nicht im Sinne, daß er Konflikte schafft, sondern daß er Konflikte erkennt!

Jede soziale Gemeinschaft (einschließlich der Ehe) impliziert Konflikte – das ist eine soziologische Binsenweisheit.

Nur: Die „innere Qualität“ und Stabilität von sozialen Gruppen unterscheidet sich darin, wie mit diesen Konflikten umgegangen wird. Für eine „soziale Kleingruppe“ wie es eine Fußballmannschaft ist, kommt es deshalb darauf an, Konflikte zu erkennen, sie „auf den Tisch zu bringen“ und zusammen eine für alle akzeptable Lösung abzustimmen.

Andersherum ist das Scheitern eines Trainers oft das eingeständene oder uneingeständene Unvermögen, Konflikte zu erkennen, aufzugreifen und zu einem vernünftigen Ende zu bringen.

### Wenn eine Mannschaft überzeugt werden soll, dann muß der Trainer selber überzeugt sein!

Welches Phänomen steckt eigentlich hinter plötzlichen Erfolgen einer Mannschaft nach einem Trainerwechsel?

Führung und Motivation ist „Überzeugungstransfer“!

Wenn ein Trainer eine Mannschaft auf eine „Erfolgslinie“ bringen will, dann muß er erstens von seinem Erfolgskonzept überzeugt sein und zweitens diese Überzeugung wirkungsvoll auf seine Spieler übertragen.

Durch andauernde Mißerfolge und Frustrationserlebnisse kann diese gemeinsame „Erfolgsfront“ von Trainer und Mannschaft nach und nach bröckeln. Einerseits beginnen die Zweifel des Trainers an seinem eigenen Erfolgskonzept, andererseits aber auch an seinen Spielern („Aus diesen Pfeifen läßt sich nichts anderes herausholen“).

Und dieses „Überzeugungsdefizit“ des Trainers überträgt sich blitzartig auf seine Spieler, die bereits anhand seiner Mimik und Gestik (sogenannte „nonverbale Kommunikation“) diese negative Einstellung erspüren.

Das ist der neue Rap-Rhythmus:

**3:1** kommt von der KFQ.  
Sie bringt Power und erfrischt im Nu.  
Ist natürlich, liegt voll im Trend.  
Unschlagbar das Naturtalent.

**KFQ 3:1. Sport-Schorle.**  
Von der Kaiser Friedrich Quelle.

## Tips für den Umgang mit einer Mannschaft

■ Der Trainer muß jedem einzelnen Spieler das Gefühl vermitteln, daß er **sein** Trainer ist!

■ Um die Reservespieler als „Randfiguren“ der Mannschaft muß sich der Trainer verstärkt kümmern. Denn irgendwann ist er im Saisonverlauf gerade auf diese Spieler angewiesen!

■ In einem Einzelgespräch kommt es zunächst darauf an, daß der Spieler offen seine eigenen Bedürfnisse und Probleme artikulieren kann!

■ Jedes Einzelgespräch sollte mit einer „positiven Botschaft“ des Trainers abgeschlossen werden!

■ Der Spieler erlebt ein Spiel oft ganz anders als der Trainer. Deshalb sind offene Rückmeldungen auch hier äußerst wichtig!

■ Der Trainer muß Mannschaft und Spieler über geplante Schritte rechtzeitig und regelmäßig informieren!

# Internationale Fußballturniere 1994 in Spanien

## CLUB DE FUTBOL CALELLA

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

Alle Spielklassen \* **Offizielle Genehmigung des katalanischen FV** \* Turniere seit 1978

Einladung zum Turnier um die

### Trofeo Ladislao Kubala

21. Mai bis 28. Mai 1994

Ladislao Kubala, einziger Profifußballer der Welt, der offiziell in den Nationalmannschaften von 3 verschiedenen Ländern eingesetzt war (Ungarn, Tschechoslowakei, Spanien), ehemaliger Starspieler und Trainer des FC Barcelona, dessen vergoldeter Fußballschuh unsere Turnierteilnehmer im Clubmuseum des Stadions NOU CAMP des FC Barcelona besichtigen können, hat diesem Turnier des CF Calella offiziell seinen weltberühmten Namen gewidmet und heißt besonders die ausländischen Turnierteilnehmer herzlich willkommen!

sowie zu den weiteren Turnieren

#### Ostern

26.03. bis 02.04.94

02.04. bis 09.04.94

#### Pfingsten

21.05. bis 28.05.94

28.05. bis 04.06.94

#### Herbst

15.10. bis 22.10.94

22.10. bis 29.10.94

29.10. bis 05.11.94

- ★ **Teilnahme am Fußballturnier**
- ★ Pokal, Medaillen für alle Mannschaften
- ★ **Keine Meldegebühren, kein Startgeld**
- ★ Qualifizierte Verbands-Schiedsrichter
- ★ **Empfang beim Bürgermeister**
- ★ Eröffnungs- und Schlußfeier

- ★ **Strandnahe Hotelunterbringung**
- ★ Alle Zimmer mit Dusche/WC
- ★ **7x Übernachtung, Vollpension**
- ★ Preisgünstige Mitfahrgelegenheiten
- ★ **3 Freiplätze ab 48 Personen**
- ★ Hohe Kinderermäßigung

## Fußball – Urlaub – Sonne – Meer – Begegnung

Gönnen auch Sie sich selbst, Ihren Mannschaften, Familien, Freunden und Bekannten – wie schon Zehntausende zufriedene Sportlerinnen und Sportler vor Ihnen – diesen selten preisgünstigen Sporturlaub im sonnigen Calella mit seinem über 3 Kilometer langen sauberen, grobkörnigen Sandstrand, dem breiten Freizeitangebot, den zahlreichen Hotels, Restaurants, Cafés und bis zum frühen Morgen geöffneten Diskotheken, welche Calella als „Touristische Hauptstadt der Costa del Maresme“ bekannt und beliebt gemacht haben!

Bei frühzeitiger Anmeldung Besuch der in die Turniertermine fallenden **Meisterschafts- und Europapokal-Heimspiele des FC Barcelona** zu günstigen Bedingungen! **Verbilligte Eintrittskarten** für zahlreiche touristische Attraktionen und **kostenlose** Unterstützung bei der Planung Ihrer Ausflüge (z.B. Besuch beim FC Barcelona mit Vereinsmuseum, Besichtigung der olympischen Sportstätten, Stierkampf, mittelalterliche Reiterspiele mit Ritterbankett im Schloß des Comte de Valltordera, Aquaparks, Kloster Montserrat u.a.).

**Schnell und bequem** mit **Linienflügen** unserer spanischen **IBERIA** sowie einer namhaften ausländischen Fluggesellschaft bis Barcelona zu **Sonderpreisen** (begrenzte Platzkapazitäten)! Mehrere deutsche Abflughäfen. Bustransfer vom Flughafen Barcelona nach Calella. Für die **Reise mit dem Omnibus** nennen wir Ihnen gerne **Busfirmen** in ganz Deutschland, die im Laufe der letzten Jahre Hunderte von ausländischen Mannschaften zu den Turnieren nach Calella gefahren haben und die uns von den Vereinen als **besonders preisgünstig, korrekt und zuverlässig** empfohlen worden sind.

**Kostenlose ausführliche Turnierunterlagen mit Preisangaben, Auskünfte und Anmeldung** gerne bei **Jürgen Werzinger, Bothestr. 59, D-69126 Heidelberg, Tel.: (0 62 21) 38 34 36, Fax: (0 62 21) 38 13 35** oder beim **Leiter des Organisationskomitees, Armando Jose Manger, Calle Iglesia 274, E-08370 Calella, Tel.: 00 34-3-796 12 15 Fax: 00 34-3-766 01 21.**

# Zukunftsperspektiven für den Mädchenfußball

Aspekte der Trainings- und Wettkampfplanung für Juniorinnen (12 bis 16 Jahre) im Verlauf eines Spieljahres (2. Teil). Eine Beitragsserie von **Tina Theune-Meyer**

**Der Mädchenfußball ist im Aufwind. Seit 1989 zeigen die Statistiken einen erfreulichen Zuwachs an aktiven Nachwuchsspielerinnen. Dort, wo den Mädchen die Chance zum Fußballspielen eröffnet wird, wird sie auch angenommen. Doch hält die Qualität des Spielbetriebs und der Trainingsgestaltung mit dieser positiven Mitgliederentwicklung in vielen Bereichen leider nicht Schritt. Zukünftiges Ziel muß es deshalb sein, eine gezieltere, attraktivere und motivierendere Ausbildung für alle interessierten jungen Fußballerinnen sicherzustellen. In diesem 2. Beitragsteil werden hierfür geeignete Spiel- und Trainingsformen sowie eine exemplarische Muster-Trainingseinheit für den Mädchenbereich vorgestellt.**

## Geeignete Spiel- und Wettkampfformen

Innerhalb eines Wettspieljahres können verschiedene Wettkampfformen angeboten werden, die vielfältige Möglichkeiten für Mannschaften mit unterschiedlichen Strukturen bieten und zudem lerneffektiv sind, da sie alle Grundelemente einer richtungsweisenden Spielweise beinhalten.

### 4 gegen 4-Turnierspieltag

#### Vorteile

Spielidee und Spielgestaltung beim 4 gegen 4 kommen den Idealvorstellungen von einer spannenden, spaßorientierten und lerneffektiven Spiel- und Trainingsgestaltung im Kinder- und Jugendbereich besonders nahe.

Dabei werden gegenüber üblichen Mannschaftsspielen neue Akzente gesetzt: Denn nicht die erfolgreichste Mannschaft, sondern die erfolgreichste Einzelspielerin wird ermittelt. Zu einem Turnierspieltag können einzelne Spielerinnen aus Mädchenmannschaften und aus gemischten Mannschaften gemeldet werden, die gemeinsam „wettkämpfen“.

Für Mädchen, die mit Vorliebe in Juniorenmannschaften spielen, ergibt sich damit zumindest ab und zu die Möglichkeit, mit anderen gleichaltrigen Mädchen zu wettkämpfen. Außerdem können sich durch diese Turnierspieltage intensivere Kontakte zwischen den Vereinen entwickeln, die gegebenenfalls sogar zu sogenannten „Patenschaften“ ausgebaut werden können. D.h. für Vereine, die im unteren Altersbereich nur über gemischte Mannschaften verfügen, ergibt sich die feste Anlaufstelle einer Mädchenmannschaft eines anderen Vereins, zu der die fußballinteressierten Mädchen problemlos überwechseln können, nachdem sie altersbedingt nicht weiter mit den Jungen zusammenspielen dürfen.

#### Organisation und Spielwertung

Die Organisation der 4 gegen 4-Turniere können Nachbarvereine, Kreise oder auch der Verband leisten. Die 4er-Mannschaften werden nach dem Zufallsprinzip ausgelost und 5 Spiele von jeweils 10 Minuten ausgetragen. Dabei werden nach jeder Spielrunde die 4er-Mannschaften neu zusammengestellt! In jedem Spiel muß sich die einzelne Spielerin also auf 3 neue Mitspielerinnen einstellen.

Jeder Spieldurchgang wird nach einer individuellen Punkteverteilung gewertet. Jedes Mannschaftsmitglied bekommt je nach Spieldurchgang 10 Punkte für einen Sieg, 5 Punkte

für ein Unentschieden und für jedes erzielte Tor zusätzlich 1 Punkt. Alle Ergebnisse werden auf einem übersichtlichen Wettspielschema notiert. Nach 5 Spielen gewinnt die Spielerin mit den meisten Punkten.

Die Spielfeldabmessungen betragen 40 x 20 Meter, wobei am besten auf normale Tore gespielt wird. So können bis zu 5 Kleinspielfelder auf einem Normalspielfeld abgesteckt werden.

### Einordnung in den sonstigen Spiel- und Trainingsbetrieb

4 gegen 4 soll nicht andere Wettbewerbe ersetzen, sondern als zusätzliches Spiel- und Trainingsprogramm in die Saisonplanung mit aufgenommen werden, z.B. zu einem festen Spieltermin an jedem letzten Wochenende im Monat.

Das 4 gegen 4 ist die kleinste mögliche Spielform, in der alle wesentlichen technisch-taktischen Elemente des „großen“ Spiels enthalten sind und lernintensiv geschult werden können. Die Übertragung der erlernten technisch-taktischen Fertigkeiten auf das Spiel 11 gegen 11 ist für die Spieler relativ problemlos möglich.

### 7 gegen 7-Wettspiele

#### Einordnung in den Lernprozeß

Auch die Organisationsform beim 7 gegen 7 bietet eine ausgezeichnete Basis, um alle Grundelemente für das Spiel 11 gegen 11 zu erlernen. Vor allem in den jüngeren Altersgruppen (10 bis 12/14 Jahre) sollte vorrangig 7 gegen 7 und 4 gegen 4 gespielt werden, denn das Spiel 11 gegen 11 unterfordert die meisten Mädchen, da jede einzelne eine zu bedeutungslose Rolle innerhalb des Mannschaftsgefüges einnimmt.

Dagegen werden bei den Spielformen 7 gegen 7 bzw. 4 gegen 4 notwendigerweise auch die leistungsschwächeren und weniger talentierten Spielerinnen durchgängig in das Spiel einbezogen. Sie bekommen eine verantwortungsvollere Rolle zugewiesen, womit das Selbstvertrauen und die Motivation steigen. Die Lernerfolge sind weitaus größer.

### Effektive Anordnung der Spielerinnen beim 7 gegen 7

Die Spielformen 4 gegen 4 und 7 gegen 7 können durchaus auch für Spielerinnen, die sich bereits kurz vor dem Einstieg ins Leistungstraining befinden (14 bis 16 Jahre), attraktiv und lernintensiv sein.

Wichtig ist, daß für die jeweilige Gruppe angemessene Schwerpunkte und Inhalte entwickelt und plausibel vermittelt werden.

# Spiel 7 gegen 7

## Schwerpunkte beim 7 gegen 7

■ Verzicht auf einen Libero hinter der Abwehr (vor allem auch in der Trainingssituation), um ein effektiveres und verantwortungsbewußteres Abwehrverhalten zu fördern.

Ausbildung von zweikampfstarken, ballsicheren Aufbauspielerinnen.

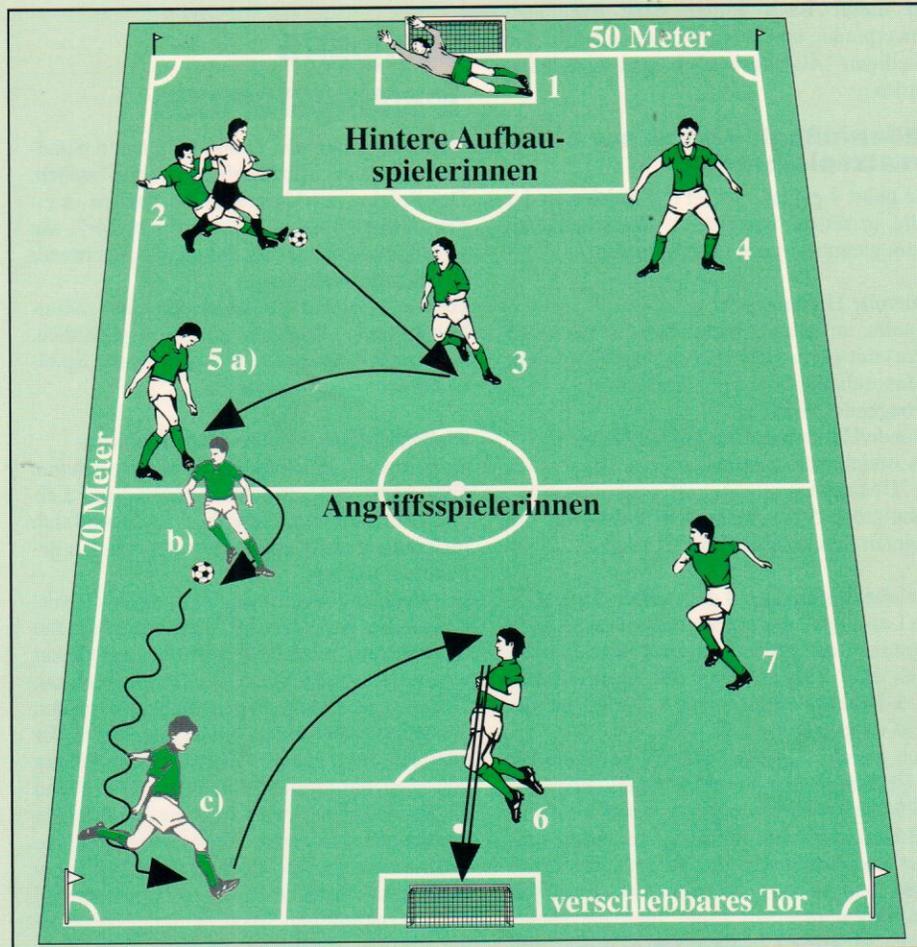
■ Fordern einer häufigen 1 gegen 1-Orientierung, wobei die Spielerinnen aber auch je nach Situation zum Ball hin agieren sollen, um durch ein personales Übergewicht um den Ball herum eine schnellere Rückeroberung zu erreichen.

Weckung von viel Initiative und Teamwork.

■ Formulieren von besonders verantwortungsvollen Aufstellungen für die Spielerinnen auf den zentralen Verbindungspositionen.

Fordern von Ideenreichtum und Engagement.

■ Besetzen der Außenpositionen im Angriff, um echte Angriffsspielerinnen mit einem guten Flügelspiel und Torjägerqualitäten auszubilden.



Anzeige

## Exklusivrechte in Salou/Spanien

Gegendarstellung

U.D. SALOU  
F.C. VILA-SECA

Hacemos constar por la presente que -junto con VIATGES SERHS HOTELS- organizaremos Torneos Internacionales de Futbol

del 26 de marzo al 9 de abril de 1994  
del 14 al 28 de mayo de 1994  
y del 15 al 22 de octubre de 1994

U.D. Salou  
El Presidente

Manuel Sánchez  
Salou, a 28 de octubre de 1993

F.C. Vila-Seca  
El Presidente

Ramón Carceller  
Vila-Seca, a 28 de octubre de 1993



*Es kann der Frömmste nicht in Frieden leben,  
wenn es dem bösen Nachbar nicht gefällt.*

Nach Schiller, Wilhelm Tell

Nachdem in der letzten Ausgabe dieser Zeitschrift eine Hamburger Firma einen Alleinvertretungsanspruch für Turniere in Salou geltend machte, sehen wir uns leider zu einer Gegendarstellung gezwungen. Links haben Sie es schwarz auf weiß -mit Namen und Unterschrift der Präsidenten und den entsprechenden Vereinsstempeln-, daß die U.D. Salou und der F.C. Vila-Seca, zusammen mit uns, im kommenden Jahr internationale Fußballturniere veranstalten werden.

VIATGES SERHS HOTELS

Unser Vertreter in Deutschland: Heinz Becker, Bgm.-Jäger-Str. 8, D-69214 Eppelheim, Telefon und Fax: 06221/760867

Die Anordnung der Spielerinnen auf dem Spielfeld beim 7 gegen 7 sollte so erfolgen, daß auf verkleinertem Raum immer alle Spielerinnen an Angriffs- und Verteidigungsaufgaben beteiligt sind.

Auf dieser Basis sollten dann Trainings-schwerpunkte und Wettspielstrategien für den jeweiligen Leistungsbereich herausgearbeitet werden.

### Hallenfußball – nicht nur ein Ersatzspielbetrieb

Wie beim 4 gegen 4 bietet das Spielen in der Halle in einem begrenzten, überschaubaren Raum garantiert viele Lernmomente.

#### Sinnvolle Hallenregeln

Es sollte auf allen Altersstufen (10 bis 14/16 Jahre) mit sinnvollen Regeln gespielt werden:

- Mannschaftsgröße: 4 + 1 Torhüterin
- Fliegender Wechsel
- Bande/Hallenwand auf beiden Seiten
- Ausreichende Spielzeiten (1 x 10, 1 x 15, 2 x 10 Minuten)
- Ballgröße 5 (leichtere Ausführung für die jüngeren Spielerinnen bis 12/14 Jahre)

#### Vorteile des 4 gegen 4 gegenüber 5 gegen 5

Die Leistungsunterschiede reduzieren sich, je begrenzter der Spielraum wird, wie es auch durch eine Vergrößerung der Mannschaften auf 5 Feldspielerinnen und 1 Torhüterin erreicht werden kann.

Doch gleichzeitig ergeben sich Nachteile für die Übersichtlichkeit und Verständlichkeit der Spielsituation. Beim 4 gegen 4 auf Tore mit Torhüterinnen kann flüssiger und überschaubarer kombiniert werden. So entwickelt sich neben technischem Können und kreativen Fähigkeiten in erster Linie auch die Handlungsschnelligkeit in torenahen Angriffs- und Verteidigungssituationen.

#### „Sudden-Death“-Regel

Um das Spannungsmoment zu erhöhen, kann in der Halle nach einer abgewandelten „Sudden-Death“-Regel gespielt werden: Dabei

muß bei unentschiedenem Spielverlauf auf jeden Fall ein Sieger ermittelt werden.

Dazu wird das Spiel um je 1 Minute mit je einer Feldspielerin weniger verlängert - solange bis mit einem Tor die Entscheidung fällt.

## Geeignete Trainingsformen

Im Mittelpunkt des Trainings müssen Spielformen aus der „Straßenfußballszene“ stehen. Das Spielen mit kleinen Mannschaften in einem kleinen Spielraum „von Tor zu Tor“, wie es früher auf der Straße üblich war, hat immer Bezug zum Wettspiel.

Hierbei werden die Spielerinnen einer „Mini-Mannschaft“ häufiger mit wettspielnahen, spannenden, aber auch überschaubaren Spielsituationen konfrontiert.

#### Zielgerichtetes, spielerisches Training

Sporadische „Spielerlebnisse“ alleine reichen aber nicht aus, um auch nachhaltige Leistungsfortschritte zu bewirken. Dazu muß sich im Training ausreichend Zeit zum Spielen genommen werden.

Innerhalb des Vereinstrainings sollten die verschiedenen Aufgabenstellungen innerhalb der Spielformen nicht nur flüchtig angedeutet werden. Denn die Vorteile einer spielerischen Trainingsgestaltung liegen nicht nur in den einfachen Spielformen selbst, sondern in der häufigen und zielgerichteten Wiederholung von ganz bestimmten Spielelementen. Wenn die Spielerinnen immer wieder mit konkreten Situationen und deren Lösungsmöglichkeiten konfrontiert werden, dann können sich diese in einer Art Gedächtnistraining einprägen und dann in zukünftigen Spielsituationen schneller mit Einsicht und Übersicht angewendet werden.

#### Korrekturhinweise an die Spieler

Die eigentliche Trainingsgestaltung muß – abhängig vom Talent und vom Alter – mit gezielten und verständlichen Hinweisen und De-

monstrationen durch den Trainer/die Trainerin ergänzt werden, um dauerhafte und große Lernfortschritte zu erreichen.

Gerade im Technikbereich ist dies unerlässlich. Denn junge Spielerinnen lernen „mit dem Auge“ schneller als durch wortreiche Erklärungen. Deshalb ist es wichtig, daß der Jugendtrainer die technischen Bewegungsabläufe vormacht und mit einigen wenigen, wesentlichen Erläuterungen verbindet. Nach den Demonstrationen durch den Trainer probieren die Mädchen das jeweilige Technikelement selbst aus und sammeln auf diesem Wege Erfahrungen. Der Trainer wiederum beobachtet und analysiert die Bewegungsabläufe der einzelnen Spielerinnen..

Auf der Grundlage dieser eigenen praktischen Übungen sowie der Korrekturhinweise des Trainers – und das alles in einer motivierenden Lernatmosphäre – stellen sich nach und nach bei wiederholtem und intensivem Üben die richtigen Bewegungsausführungen ein. Ziel sind richtige, „eingeschliffene“ Bewegungen, die quasi von selbst ablaufen.

#### Spannende und spaßorientierte Spielformen für das Training

- **Individuelle Parteespiele**  
(1 gegen 1-, 2 gegen 2-Wettkämpfe) auf Minitore, Linien, Tore mit Torhüterinnen, Anspielerinnen usw.
- **„Mini-Fußballspiele“**  
(3 gegen 3, 4 gegen 4) auf Tore, Linien, mit Anspielerinnen, in 20 x 40 Metern großen Spielfeldern
- **Positionsspiele**  
(5 gegen 2, 4 gegen 2, 3 gegen 2) mit unterstützenden räumlichen Gegebenheiten wie etwa besonders längliche Spielfelder (10 x 20 Meter, 15 x 30 Meter), um dadurch das Spiel in die Spitze gezielt zu fördern
- **Torschußspiele** (z.B. „Auspunkten“) und Fußballtennis
- **7 gegen 7 über ein halbes Spielfeld**



## fußballtraining-Sammelbände und -Hefte früherer Jahre zu günstigen Preisen!

Wir brauchen Platz im Lager und bieten an:

Sammelband 1 (1983), 64 Seiten	DM 9,80
Sammelband 3 (1985), 96 Seiten	DM 14,80
Sammelband 4 (1986), 112 Seiten	DM 14,80
Sammelband 5 (1987), 112 Seiten	DM 14,80
Sammelband 7 (1989), 112 Seiten	DM 19,80
Sammelband 8 (1990), in Vorbereitung	

#### Sonderpreise für andere Jahrgänge:

1991 (12 Hefte) = ca. 380 Seiten	DM 34,80
1992 (12 Hefte) = ca. 390 Seiten	DM 35,00

Sammelmappen für **fußballtraining** aus grünem Leinen mit Originaltitel-Aufdruck und Jahrezahl-Aufkleber (ab 5 Mappen frei Haus) **DM 14,50**

**philippka**

## Torchancen herausspielen – Tore erzielen

■ **Trainingsort:**  
Schwerpunkt Halle

■ **Vorrangige Zielgruppe:**  
Mädchen von 12 bis 16

### Aufwärmen

#### Zusammenspiel in der 2er-Gruppe

Die Spielerinnen teilen sich in 2er-Gruppen auf, die alle jeweils einen Ball haben. Die Spielerpaare bewegen sich mit verschiedenen Aufgabenstellungen frei durch die Halle.

#### Übung 1:

Die Spielerinnen kombinieren in lockerem Tempo frei durch die Halle. Zwischendurch werden verschiedene Dehnübungen eingefügt.

#### Übung 2:

Die Spielerinnen jonglieren in der 2er-Gruppe zusammen den Ball, wobei jede Spielerin mindestens etwa 15 Sekunden am Ball bleibt. Für Könner: Der Ball muß dabei mindestens 1 x mit Fuß, Oberschenkel, Kopf und Brustbein gespielt werden.

#### Übung 3:

Die Spielerinnen spielen mit der Partnerin und mit der Hallenwand als Bande und probieren dabei verschiedene Formen der Ballkontrolle aus.

#### Übung 4:

Eine Partnerin sitzt auf dem Hallenboden, die andere jongliert den Ball im Stand. Zwischendurch spielt die Spielerin am Ball der Partnerin aus dem Jonglieren heraus hoch zu, die sich blitzschnell aufrichtet, um den Ball möglichst direkt in der Luft weiterzujonglieren.

#### Übung 5:

„Squash-Wettkampf“ an der Hallenwand: Die Spielerinnen spielen im Wechsel gegen die Hallenwand, wobei der Ball zwischendurch nur 1 x aufspringen darf und jeweils über Kopfhöhe zurückgespielt werden muß.

#### Übung 6:

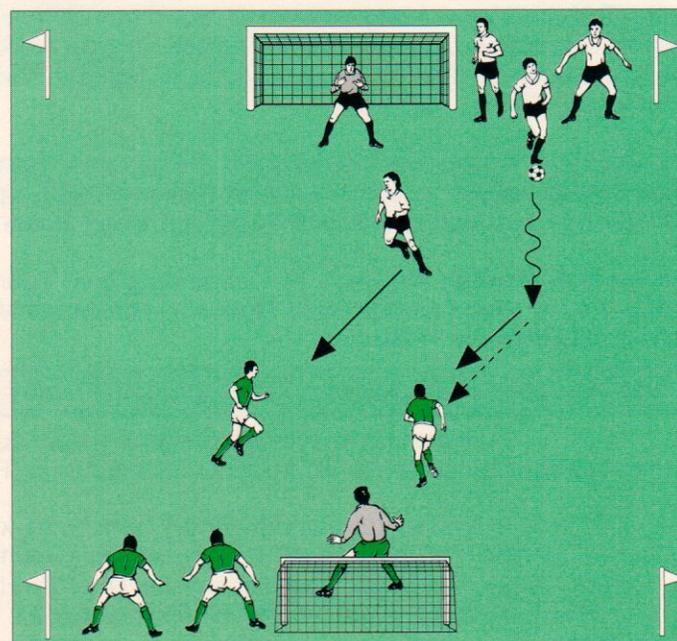
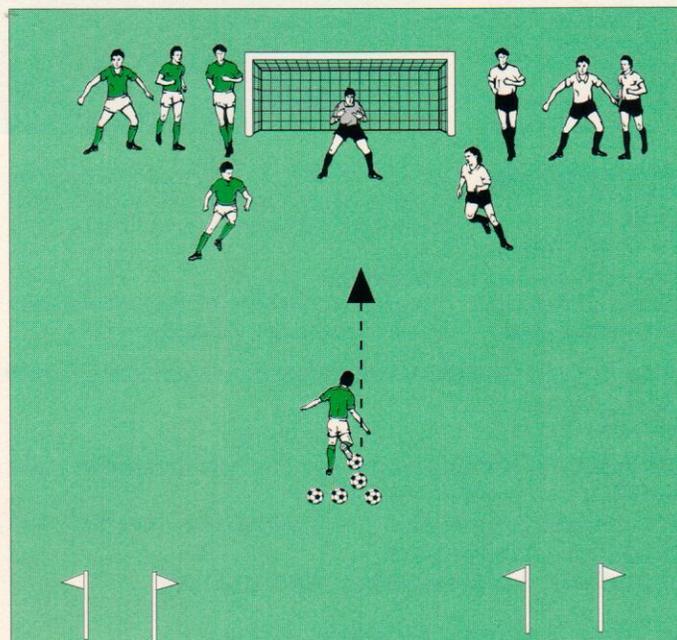
Die eine Spielerin jongliert kurze Zeit und spielt anschließend so gegen die Hallenwand, daß der Ball von der Partnerin mit der Brust vorgestoppt und anschließend im Moment der Bodenberührung mit einer Richtungsänderung an- und mitgenommen werden kann.

Anschließend folgt noch ein Tempodribbling über etwa 10 Meter. Dann wird der Partnerin zugepaßt, die wieder mit dem Jonglieren beginnt.

Nach 5 Aktionen erfolgt ein Aufgabenwechsel innerhalb des Spielerpaares.

### Trainingsschwerpunkt „Schnelligkeit“ Nummernwettschießen (Abb. 1)

Es werden 2 gleichgroße Gruppen gebildet, deren Spielerinnen durchnummeriert sind und sich rechts bzw. links vom Torpfosten aufstellen.



Der Trainer hat etwa 20 Meter vor dem Tor mit Torhüter alle Bälle. Kurz hinter der Mittellinie sind mit Hütchen, Stangen, Kästen usw. 2 kleine Kontertore aufgebaut.

### Techisch-taktischer Schwerpunkt Torschuß-Wettkampf 2 gegen 2 auf 2 große Tore (Abb. 2)

2 Mannschaften werden intern nochmals in 2er-Gruppen aufgeteilt. In einem 20 x 20 Meter großen Spielfeld treten im Wechsel jeweils zwei gegnerische Spielerpaare zum 2 gegen 2 an.

**1** Die Trainerin ruft eine Nummer auf und spielt einen Ball in den Raum. Die beiden betreffenden Spielerinnen starten einen Wettlauf um den Ball, um einen Treffer für die eigene Mannschaft zu erzielen. Dabei greift die Spielerin, die als erste das Zuspiel erreicht, auf das Tor mit Torhüterin an. Die Gegnerin kann auf die beiden Kleintore an der Mittellinie kontern. Eventuell können auch 2 Nummern gleichzeitig aufgerufen werden, so daß sich jeweils ein 2 gegen 2 ergibt.

**2** Beim ersten Durchgang haben alle 2er-Gruppen der einen Mannschaft je einen Ball. Sie starten jeweils das 2 gegen 2 auf die beiden Tore, indem einer der beiden Spieler aus dem Dribbling heraus mit einem Diagonalpaß die gegnerische 2er-Mannschaft anspielt. Das Spiel läuft jeweils bis zu einem Tor, Tor aus oder gehaltenem Ball ab. Die 2er-Teams sollen mit viel Spielzeit zum Torabschluß kommen und Treffer für die eigene Mannschaft erzielen.

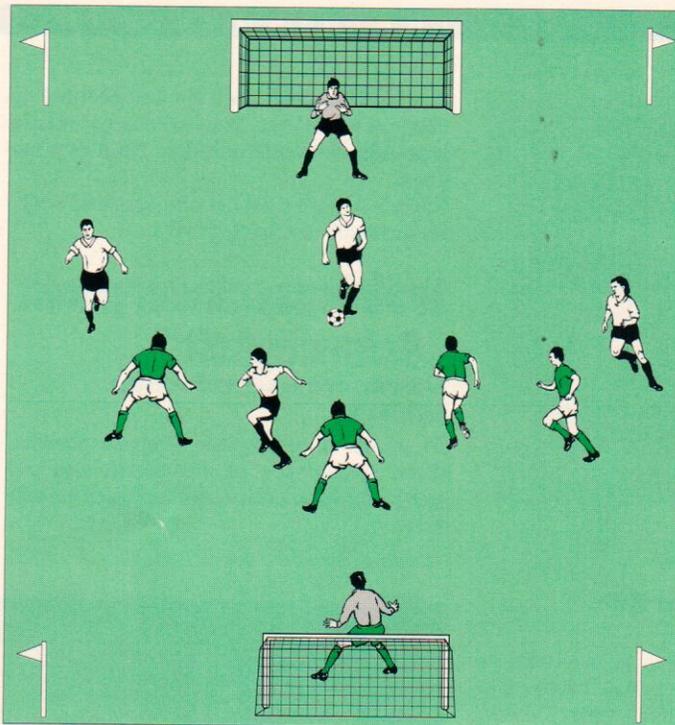
**Variation 1:**

Der einleitende Paß der verteidigenden 2er-Gruppe erfolgt von der Torauslinie, so daß der Zeitraum für die Angriffshandlungen größer wird.

**Variation 2:**

Die erlaubte Spielzeit bis zum Torabschluß wird begrenzt (z. B. auf 15 Sekunden). Dadurch wird der „Streß“ für die Angreiferinnen erhöht, gleichzeitig ergibt sich aber eine günstigere Belastungssteuerung.

- Jede Tormöglichkeit entschlossen nutzen!
- Die Mitspielerin in eine günstige Torschußsituationbringen!
- Vor dem gegnerischen Tor mit Mut und Übersicht spielen!
- Druckvoll und sicher kombinieren, so daß der Angriff mit einem Torschuß abgeschlossen werden kann!
- Gelegentlich auch einen Alleingang zum Durchbruch auf das gegnerische Tor wagen!



**3** 4 gegen 4 auf 2 Tore mit Torhüterinnen: Die fliegenden Wechsel zwischen jeweils 4 Mannschaftsmitgliedern erfolgen nach einer bestimmten Zeit auf Zeichen des Trainers. Das Spiel wird dabei unmittelbar mit der Balleroberung einer 4er-Mannschaft fortgesetzt. Eckbälle werden nicht ausgeführt, sondern für 3 erzielte Eckbälle bekommt die betreffende 4er-Gruppe ein „Penalty“ von der Mittellinie aus zugesprochen.

## Spielen – Wettkämpfen

### 4 gegen 4 mit Bande auf 2 Tore mit Torhüte (Abb. 3)

Die Spielerinnen bleiben in den 2 Mannschaften zusammen. Von den beiden Teams spielen aber nur jeweils 4 Spielerinnen zum 4 gegen 4

auf die beiden Tore. Die übrigen Mannschaftsmitglieder warten außerhalb des Spielfeldes (auf einer Bank) auf den Einsatz.

**Variation:**

4 gegen 4 auf 4 „federnde“ Tore (Minitrampolin-Tore) in den Spielfeldecken.

Die 4er-Mannschaften sollen aus dem freien Zusammenspiel so gegen eines der 4 Minitrampoline spielen, daß der zurückspringende Ball weiter innerhalb des 4er-Teams bleibt. Am gleichen Tor können dabei keine 2 Treffer direkt hintereinander von einer 4er-Gruppe erzielt werden.

## SIE SUCHEN .....

- ... das maßgeschneiderte Trainingslager für Ihre Lizenzspieler oder die aufstrebenden Amateure im In- oder Ausland?
- ... internationale Sportbegegnungen und Turniere für Ihre Aktiven, Alte Herren-, Damen- und Jugendmannschaften?
- ... Mannschaftsausflüge, Vereinsfahrten, Sportreisen?

## WIR HELFEN IHNEN GERNE UND .....

- ... organisieren Ihr Trainingslager völlig individuell nach Ihren Wünschen und Vorstellungen in Deutschland, Griechenland, Spanien und auf Mallorca: Maßgeschneidert, exklusiv für Sie - keine Katalogware! Qualität von Experten - Ihrer Mannschaft zuliebe!
- ... informieren Sie über ganz besonders interessante internationale Turniere, Sport- und Jugendbegegnungen im sonnensicheren Griechenland, Spanien und auf Mallorca: Alle Austragungsorte unmittelbar am Meer! Besonders preisgünstig!
- ... geben uns bei der individuellen Planung und Vorbereitung Ihrer Sportreisen, Vereins-Mannschaftsausflüge (auch Kurzausflüge nach Mallorca) ebensoviel Mühe wie bei der fahrten und präzisen Vorbereitung der Trainingslager für unsere Proficlubs!



**Kombinierte Bus-Schiffsreisen • Preisgünstige Flüge • Fahrgemeinschaften**

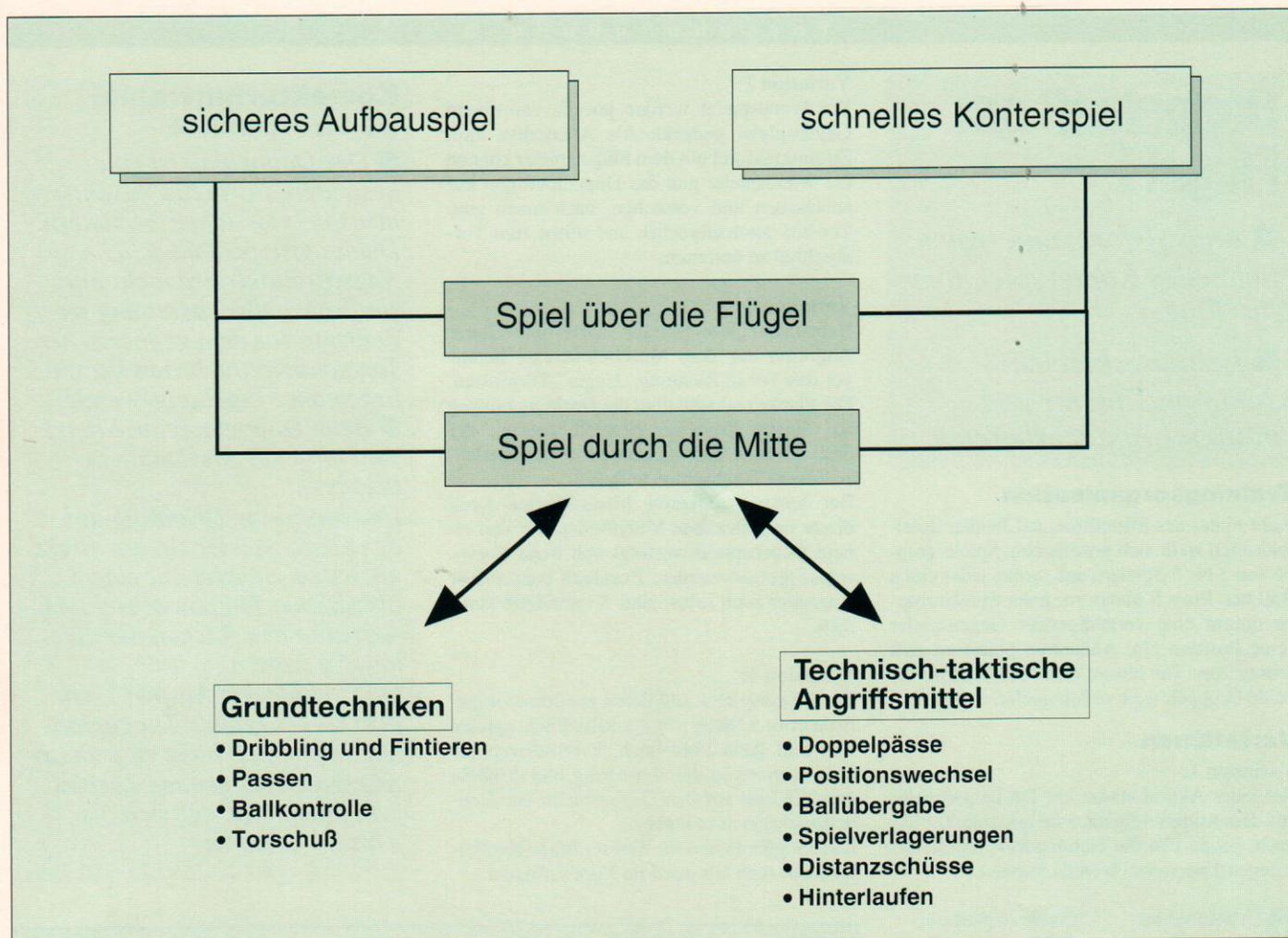
Übrigens: Mit uns fliegen Sie auch wieder zurück!

Wir sind Mitglied im Bundesverband Deutscher Reisebüros und Reiseveranstalter (DRV)!



**Wir freuen uns, auch Ihnen helfen zu können:**  
 WESPA-SPORTREISEN • Internationale Sportagentur  
 Jürgen Werzinger, Bothestr. 59, D-69126 Heidelberg  
 Tel.: 0 62 21 / 38 34 36 • Fax: 0 62 21 / 38 13 35





# Torschußtraining – aber wie?

Das moderne Spiel stellt auch hinsichtlich der Torabschlüsse ganz neue Anforderungen an die Spieler. „Traditionelle“ Torschußformen sind deshalb zu überdenken und durch spielgemäßere Spiel- und Übungsangebote zu ersetzen. Die 2. Folge einer Beitragsserie von **Hugo Scherer**

Das Faszinierendste am Fußball sind die herrlich herausgespielten und eventuell noch erfolgreich abgeschlossenen Tormöglichkeiten. Doch sind in allen Leistungs- und Altersklassen erhebliche Mängel bei der Torschußvorbereitung und bei den Torabschlüssen selbst zu beobachten. Plan- und phantasielos und damit wenig erfolgreich werden die eigenen Angriffe vorgetragen.

## Systematik des Übungskatalogs zum Torschußtraining

Die einzelnen Torschußformen sind zunächst 2 Haupt-Angriffsarten zugeordnet, dem sicheren Aufbauspiel bzw. dem schnellen Konterspiel. Merkmale des sicheren Aufbauspiels sind dabei: Die gegnerische Deckung ist geordnet und verteidigt mit einem personellen Übergewicht. Die Torschußvorbereitung der angreifenden Mannschaft läuft mit einem relativ sicheren Kombinationsspiel und vielen Ballkontakten ab. Merkmale des Konterspiels dagegen sind: Eine schnelle und risikoreiche Torschußvorbereitung gegen einen ungeordneten gegnerischen Deckungsverband. Der Torabschluß erfolgt bereits nach relativ wenigen Ballkontakten innerhalb der Mannschaft. Innerhalb dieser beiden Angriffsarten wird darüber hinaus eine weitere Untergliederung

in 2 Grundangriffsräume vorgenommen, die sich danach richtet, über welchen Spielfeldbereich die jeweilige Torschußvorbereitung schwerpunktmäßig abläuft.

Ein letztes Untergliederungskriterium schließlich ist die schwerpunktmäßige Anwendung einer bestimmten Grundtechnik bzw. eines technisch-taktischen Angriffsmittels (oder auch von Kombinationen verschiedener technisch-taktischer Elemente), wie sie durch die jeweilige Torschußform gezielt herausgefordert und geschult werden soll.

Selbstverständlich kann so ein Systematisierungsansatz nur als grobe Orientierungslinie für eine zielgerichtete Trainingsplanung und -gestaltung im Torschußbereich dienen.

Die Übergänge zwischen den einzelnen Systematisierungsaspekten sind oft fließend, eindeutige Zuordnungen lassen sich nicht immer herstellen. Jeder Trainer hat für seine spezielle Situation zu prüfen, wie er das vorgestellte Übungsangebot innerhalb seines Trainings am effektivsten einsetzen kann.

## Doppelpaß am Flügel I

■ **Angriffsform und -raum:**  
Schnelles Konterspiel über die Flügel

■ **Leistungsbereich:**  
Junioren/Unterer und mittlerer Amateurbereich

### Trainingsorganisation

Kurz hinter der Mittellinie, auf beiden Spielfeldseiten stellt sich jeweils eine Spielergruppe von 3 bis 5 Spielern auf, wobei jeder einen Ball hat. Etwa 5 Meter vor jeder Spielergruppe nimmt eine verteidigende Gegenspieler seine Position ein. Außerdem plazieren sich schräg zum Tor hin an einer Markierung für beide Gruppen weitere Mitspieler.

### Variationen

#### Variation 1:

Bei jeder Aktion startet ein Deckungsspieler aus dem Mittelfeldbereich heraus zum Tor hin nach, gegen den die Hereingaben jeweils im 1 gegen 1 verwertet werden müssen.

**3** Im Wechsel zwischen beiden Gruppen dribbelt jeweils der erste Spieler auf den verteidigenden Gegenspieler zu und spielt einen Doppelpaß mit dem Mitspieler, der aus seiner Position schräg zum Tor hin kurz entgegenkommt. Nach dem Doppelpaß dribbelt der Flügelspieler in höchstem Tempo Richtung Grundlinie und bringt eine Hereingabe auf seinen Mitspieler, der direkt nach dem „Wandspiel“ vor das Tor nachgestartet ist.

Die Hereingabe wird dabei möglichst direkt per Kopf verwertet. Der verteidigende Gegenspieler stört das Doppelpaßspiel zunächst nicht, startet dann aber dem Flügelspieler hinterher, um dessen Hereingabe zu stören. Anschließend beginnt der gleiche Übungsablauf von der anderen Spielfeldseite aus. Zwischendurch tauschen die Spieler gruppenintern die Ausgangspositionen und Aufgabenstellungen.

#### Variation 2:

Die Wandspieler werden jeweils von einem Gegenspieler gedeckt. Als Alternative zum Zusammenspiel mit dem Flügelspieler können die Wandspieler nun das Doppelpaßspiel nur antauschen und versuchen, nach innen zum Tor hin durchzubrechen und selbst zum Torabschluß zu kommen.

#### Variation 3:

Neben dem „Wandspieler“ startet ein weiterer Angreifer aus dem Mittelfeldbereich heraus vor das Tor in Richtung „langer“ Torpfosten. Die Flanke soll weit über die Deckung hinweg auf diesen Angreifer gespielt werden, der dann für den nachrückenden „Wandspieler“ zu dessen Torabschluß auflegt.

Bei leistungsstärkeren Mannschaften kann dieser nachrückende Mittelfeldspieler von einem Gegenspieler verfolgt und beim Torabschluß gestört werden. Eventuell kann dieser Angreifer auch selbst zum Torabschluß kommen.

#### Variation 4:

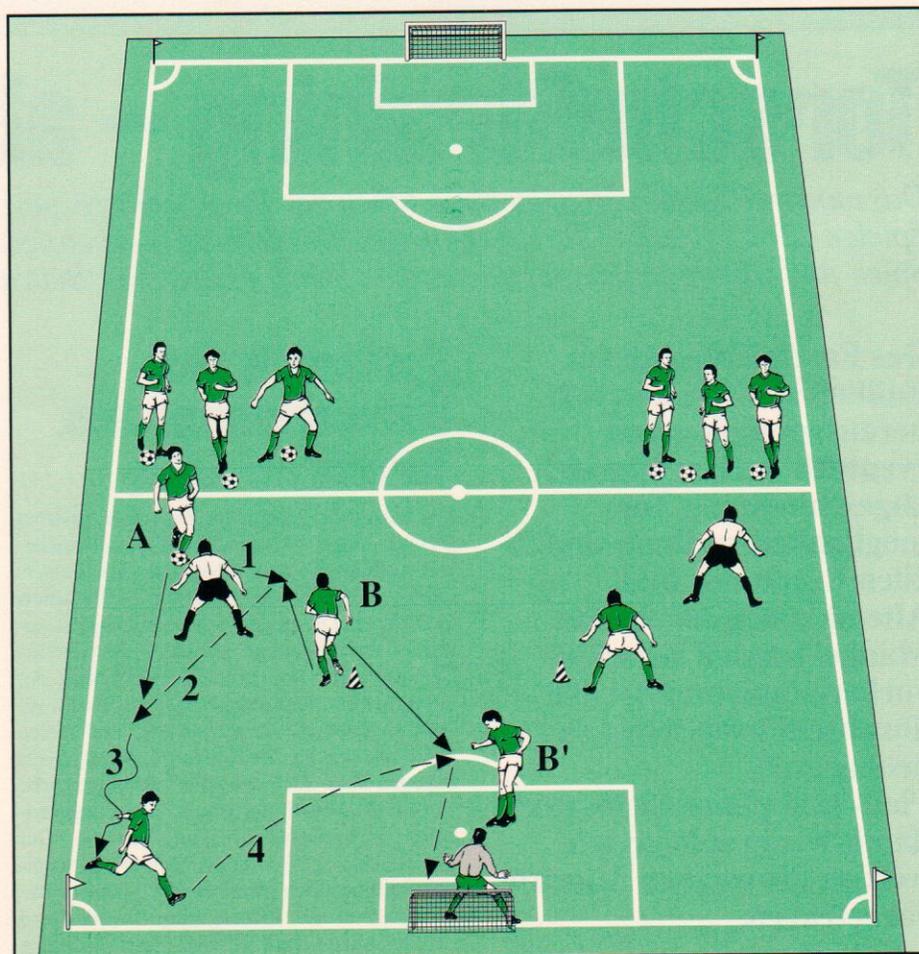
Die Flügelspieler jonglieren zunächst einige Male etwa 5 Meter vor der Mittellinie, spielen den Ball dann kurz hoch, kontrollieren die Selbstvorlage in der Bewegung und dribbeln anschließend auf den Gegenspieler zur Doppelpaßaktion am Flügel zu. Das Jonglieren und die Selbstvorlage des Balles kann auch nur mit dem Kopf erfolgen.

### Korrekturhinweise/Schwerpunkte

■ *Der Doppelpaß ist eine besondere Form des Zusammenspiels zwischen 2 Spielern. Dieses, gruppentaktische Angriffsmittel wird nicht nur zur Torschußvorbereitung im Zentrum vor dem gegnerischen Tor, sondern auch zum Durchbruch am Flügel angewendet.*  
■ *Beim Doppelpaß am Flügel sind folgende Merkmale zu beachten:*

*Das langsame Dribbling auf den Gegenspieler zu, um direkt nach dem Abspiel mit einem plötzlichen Tempowechsel und Antritt in den Rücken des Gegners zu starten.*

*Das „verdeckte Abspiel“, um dem Gegenspieler den geplanten Doppelpaß nicht zu früh anzuzeigen. Das genaue Zuspiel zum Mitspieler, der sich als „Wand“ anbietet.*



## Doppelpaß am Flügel II

■ **Angriffsform und -raum:**  
Schnelles Konterspiel über die Flügel

■ **Leistungsbereich:**  
Junioren/Unterer und mittlerer Amateurbereich

### Trainingsorganisation

Direkt an einer Seitenlinie, am Mittelkreis sowie auf dem gegenüberliegenden Flügel stellen sich auf Höhe der Mittellinie jeweils verschiedene gegnerische Spielerpaare hintereinander auf.

Die Angriffsspieler der Spielerpaare in der Mitte haben alle einen Ball.

Desweiteren plazieren sich an einer Markierung etwa 25 Meter vor dem Tor mit Torhüter 2 weitere gegnerische Spielerpaare (Angriffsspitzen und Manndecker), die von Übung zu Übung im Wechsel agieren.

Zwischendurch wechseln die Spielerpaare selbständig die Aufgabenstellungen und Positionen.

**4** Der erste innere Mittelfeldspieler A mit Ball dribbelt kurz auf seinen Gegenspieler zu und spielt einen Doppelpaß mit dem Flügelspieler B, der sich von seinem Gegner C löst und kurz entgegenkommt. Anschließend spielt A einen Diagonalsaß auf B, der die Seitenlinie entlang startet und von C verfolgt wird. B dribbelt in höchstem Tempo bis zur Grundlinie und flankt vor das Tor. Je nach Vorgabe setzt C den Flügelspieler nur leicht unter Druck und läßt die Hereingabe zu oder aber

er verhindert aktiv die Flanke. Die Spieler vor dem Tor laufen sich jeweils folgendermaßen frei: Der Spieler auf dem gegenüberliegenden Flügel überläuft mit einer Körperfinte und einem Antritt seinen Gegenspieler D und startet vor das Tor, um zusammen mit der dortigen Angriffsspitze die Hereingabe zu verwenden. D setzt zur Torverhinderung nach. Die Freilaufbewegungen der beiden Angreifer müssen dabei aufeinander abgestimmt werden. Einer läuft in Richtung „kurzer“, der andere in Richtung „langer“ Torpfosten.

Nach einigen Durchgängen erfolgt dann der gleiche Übungsablauf von der anderen Spielfeldseite aus.

### Variationen

#### Variation 1:

Der innere Mittelfeldspieler spielt beim „klassischen Doppelpaß“ den zweiten Paß hinaus auf den Flügelspieler als halbhohen Diagonalsaß.

#### Variation 2:

Die Hereingaben werden weit über die Deckung hinweg auf den Mitspieler gespielt, der vom anderen Flügel aus nachrückt. Dieser legt den Ball für den direkten Torabschluß der Angriffsspitze ab.

#### Variation 3:

Die beiden gegnerischen Spielerpaare vor dem Tor agieren gleichzeitig, so daß die Hereingaben jeweils auf einem 3 gegen 3 verwertet werden müssen.

Eventuell kann auch zunächst nur einer der beiden Manndecker gegen die beiden Angriffsspitzen agieren, so daß der Angriffsabschluß durch das personelle Übergewicht der Offensivspieler erleichtert wird.

#### Variation 4:

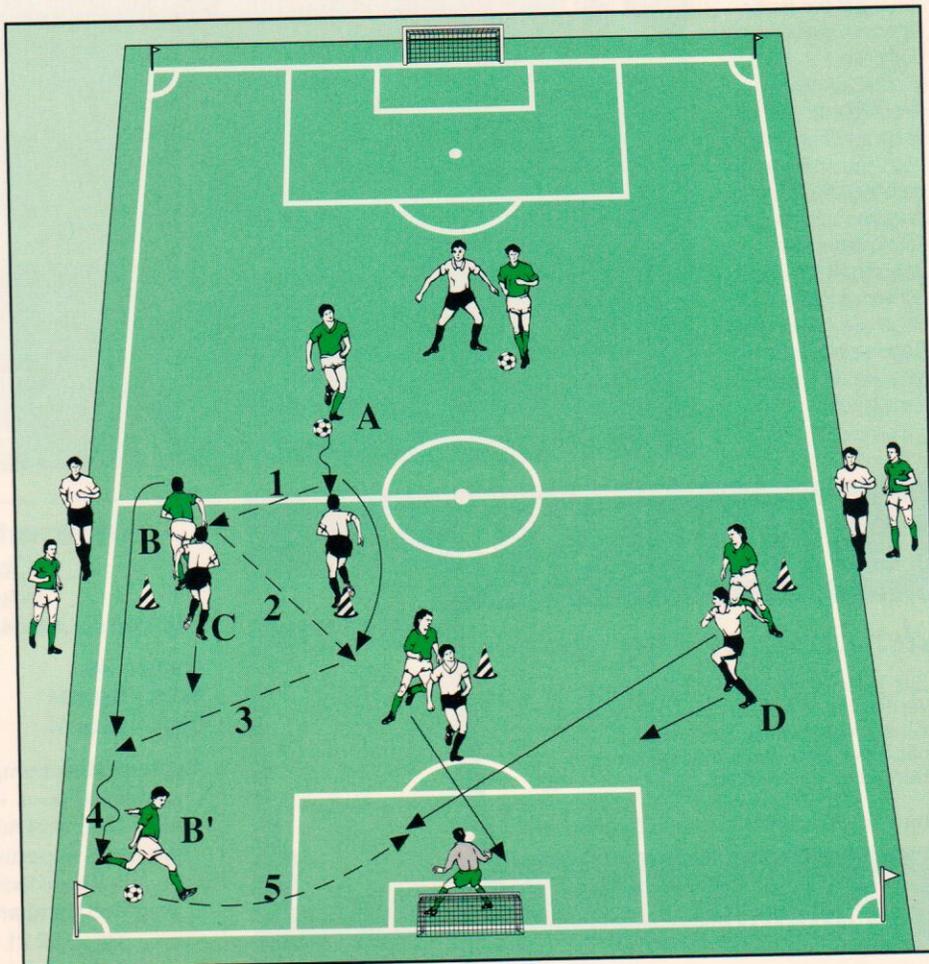
Die einzelnen Deckungsspieler verhalten sich teilaktiv, so daß die einzelnen Angriffsaktionen erleichtert werden.

### Korrekturhinweise/Schwerpunkte

■ Die Hereingaben müssen möglichst in solche Räume hinein erfolgen, die vom Torhüter nur schwer zu erreichen sind.

■ Die Angreifer auf dem Flügel variieren zwischen einer scharfen, flachen Hereingabe auf den kurzlaufenden Mitspieler vor dem Tor oder einer weiten Flanke über die Deckung hinweg.

■ Die Freilaufbewegungen der Angreifer vor dem Tor müssen auch zeitlich aufeinander abgestimmt sein. Der eine Angriffsspieler darf erst unmittelbar vor der Flanke zum kurzen Pfosten starten, um den Deckungsspieler aus dem Zentrum zu ziehen und Freiraum für seinen nachrückenden Mitspieler zum Torabschluß vor dem Tor zu schaffen.



## Hinterlaufen am Flügel

■ **Angriffsform und -raum:**  
Schnelles Konterspiel über die Flügel

■ **Leistungsbereich:**  
Junioren/Unterer und mittlerer Amateurbereich

### Trainingsorganisation

Kurz vor der Mittellinie stellen sich die Spieler in 3 gleichgroßen Gruppen auf: die Gruppe A auf der linken, die Gruppe B auf der rechten Spielfeldseite sowie die Gruppe C in der Spielfeldmitte.

Innerhalb der Gruppen teilen sich die Spieler jeweils nochmals in verschiedene Spielerpaare auf, wobei der eine Akteur die Rolle des

Angreifers und der andere die Aufgabe des Verteidigers übernimmt. Zu Übungbeginn haben alle Angreifer der Gruppe B je einen Ball.

### Variationen

#### Variation 1:

Die verteidigenden Spieler stören teilaktiv/aktiv die verschiedenen Angriffsaktionen der Stürmer.

#### Variation 2:

Der gleiche Übungsablauf wird von der anderen Spielfeldseite aus gestartet.

#### Variation 3:

Die Flanken erfolgen nach Vorgabe des Trainers flach und scharf auf den ersten Pfosten oder lang über die Deckung hinweg auf den zweiten Pfosten.

#### Variation 4:

Die Hereingaben erfolgen halbhoch auf den ersten bzw. zweiten Torpfosten und sollen von den beiden Angreifern möglichst per Hechkopfball verwertet werden.

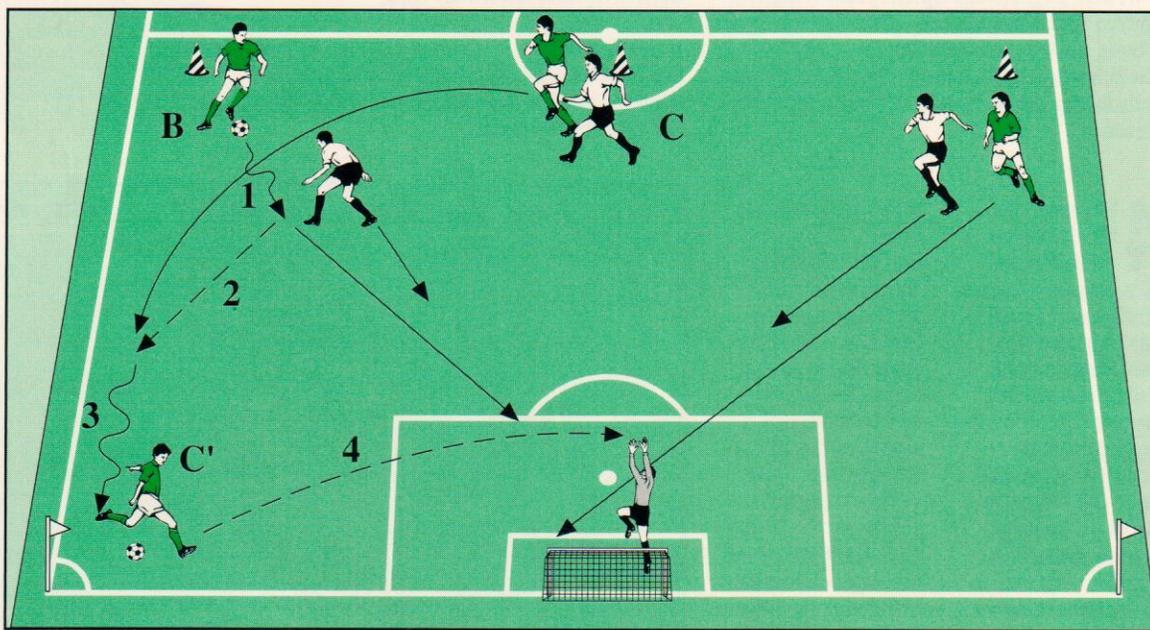
### Korrekturhinweise/Schwerpunkte

■ Bei der Anwendung des gruppentaktischen Angriffsmittels „Hinterlaufen“ sind insbesondere folgende Merkmale zu beachten: Die beteiligten Spieler müssen Blickkontakte vermeiden. Vor der Aktion wird das Tempo etwas gedrosselt, das Hinterlaufen erfolgt dann schnell.

■ Die Freilaufbewegungen der Angriffsspieler vor dem Tor müssen aufeinander abgestimmt werden.

■ Die Angreifer sollen entschlossen in die Hereingaben hineinstarten und zum Torabschluß kommen.

5 Der Angreifer der Gruppe B dribbelt diagonal nach innen auf seinen Gegenspieler zu. Der Stürmer der Gruppe C hinterläuft den Ballbesitzer zur Seitenlinie hin und bekommt den Ball in den Lauf gespielt. Anschließend dribbelt er bis zur Grundlinie und flankt entweder auf den Angreifer B, der inzwischen zum „langen“ Torpfosten weitergelaufen ist oder auf A, der vom anderen Flügel aus gegen einen Gegenspieler in Richtung „kurzer“ Torpfosten startet.



## URKUNDEN

der Leistung angemessen

Zur Ehrung sportlicher Leistungen, verdienter Mitglieder und Mitarbeiter. Eine große Palette Urkunden und Sportzeichnungen verschiedener Darstellungstechniken.

Bitte kostenlosen Katalog anfordern!

**Albert Hoffmann** URKUNDENVERLAG  
Pillaustraße 1 A  
38126 Braunschweig · Tel.0531 / 74019

### Internationale Fußballturniere Copa de Roses '94

in Roses, Costa Brava, Spanien

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

<b>Ostern 94</b>	<b>Pfingsten 94</b>	<b>Herbst 94</b>
26.03. – 02.04.94	21.05. – 28.05.94	16.10. – 23.10.94
02.04. – 09.04.94	28.05. – 04.06.94	Trainingslager a. Anfrage

Supersportzentrum, 2 Stadien, 3 Rasenplätze, Flutlicht, Kioske  
sehr gute \*\*\* u. \*\* Hotels sowie Hostals der Spitzenklasse.

Fordern Sie unsere Ausschreibungen an, Sie werden überrascht sein!

**Agrupacio Esportiva Roses/InterRoses, Cataluña, España**  
Kontaktadresse im deutschsprachigen Raum

**Siegfried Bernhardt, Bothestraße 47, D-69126 Heidelberg**  
Tel.: 0 62 21 – 38 25 77 \* Fax: 0 62 21 – 38 06 61

Torschußübung 6

## Flügelwechsel und Flanke

■ **Angriffsform und -raum:**  
Schnelles Konterspiel über die Flügel

■ **Leistungsbereich:**  
Junioren/Unterer und mittlerer Amateurbereich

Desweiteren agiert an der Strafraumlinie ein fester Libero.

### Variationen

#### Variation 1:

Die verteidigenden Spieler stören teilaktiv oder aktiv die verschiedenen Angriffsaktionen der Stürmer.

#### Variation 2:

Die Angriffsaktion wird mit einem 1 gegen 1 im zentralen Mittelfeldbereich eingeleitet. Der Zuspätkamer versucht, aus dem Zweikampf heraus den Flügelspieler anzuspielen. Anschließend startet er gegen seinen Gegenspieler ebenfalls vor das Tor, um die Hereingabe zu verwerten.

#### Variation 3:

Für die Hereingaben werden jeweils vom Trainer feste Vorgaben erteilt.

#### Variation 4:

Nach der Spielverlagerung kann der Angreifer auch nach innen dribbeln und gegen seinen Gegner zum Torabschluß kommen.

### Korrekturhinweise/Schwerpunkte

■ *Das angriffstaktische Mittel der Spielverlagerung wird gerade hinsichtlich der ballorientierten Deckungssysteme moderner Spielweisen immer wichtiger.*

■ *Die Seitenwechsel müssen mit weiten, möglichst scharfen Flugbällen erfolgen.*

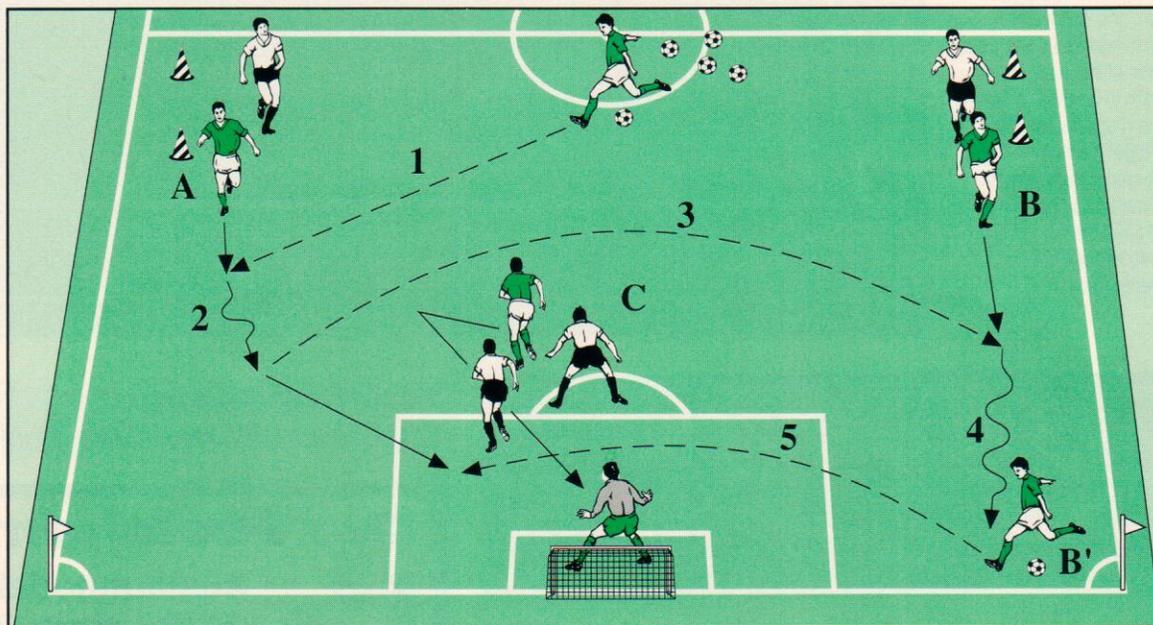
■ *Die Freiräume auf der gegenüberliegenden Seite, in die hineingespielt werden soll, müssen möglichst lange offen gehalten werden.*

■ *Die Freilaufbewegungen der Angreifer vor dem Tor müssen aufeinander abgestimmt werden.*

### Trainingsorganisation

Der Trainer (oder ein Spieler) platziert sich als Zuspätkamer mit allen Bällen am Mittelkreis. Auf beiden Spielfeldseiten (Gruppen A und B) sowie etwa 25 Meter vor dem Tor (Gruppe C) stellen sich einige Spielerpaare auf, in denen jeweils ein Spieler die Rolle des Verteidigers und der andere die Aufgabe des Stürmers übernimmt.

6 Der Trainer paßt auf den ersten Angreifer der Gruppe A, der sich mit einem leichten Laufvorsprung vor seinem Gegner am rechten Flügel freiläuft. Der Stürmer C bietet sich zum „Wandspiel“ an. Angreifer A verlagert das Spiel aber nach einem kurzen Dribbling auf den Mitspieler B, der sich am anderen Flügel freiläuft. Anschließend flankt B in Richtung kurzer Pfosten auf die Angriffsspitze C oder über die Deckung hinweg auf den einrückenden A.



## Nationalmannschaften vertrauen auf TS-Medical-Bandagen

bei **die blauen mit dem VULKAN**

- ★ instabilen Bändern
- ★ Leisten- und Oberschenkelzerrungen
- ★ Rückenbeschwerden
- ★ Überlastungen von Muskeln, Sehnen und Bändern

zum **Schutz vor Unterkühlungen**

Kostenlose Information über das Gesamtprogramm durch

**AET-GmbH**

- beschleunigen und intensivieren die Aufwärmphase,
  - unterstützen das Aufbautraining,
  - vermeiden lokale Unterkühlungen,
  - dämpfen äußere Einwirkungen,
  - verringern das Verletzungs- und Überlastungsrisiko,
  - beschleunigen den Heilungsprozess
- Postfach 133 PV, 84070 Au/Hallertau  
Tel. 0 87 52/6 95, Fax 0 87 52/14 24



Kniebandage mit Stahlschiene (3071)



Hüft-Obersch.-Bandage lang (3091)

Torschußübung 7

# Kommen und Gehen I

■ **Angriffsform und -raum:**  
Schnelles Konterspiel über die Flügel

■ **Leistungsbereich:**  
Junioren/ Unterer und mittlerer Amateurbereich

## Trainingsorganisation

Auf einer Spielfeldseite stellen sich kurz vor der Mittellinie verschiedene gegnerische Spielerpaare auf.

Etwas weiter im Rückraum plaziert sich an der Mittellinie ein Anspieler mit den Bällen. Einige weitere gegnerische Spielerpaare beziehen eine Ausgangsposition an einer Markierung etwa 40 Meter frontal vor dem Tor. Die Übung läuft auf ein Tor mit Torhüter ab.

## Variationen

### Variation 1:

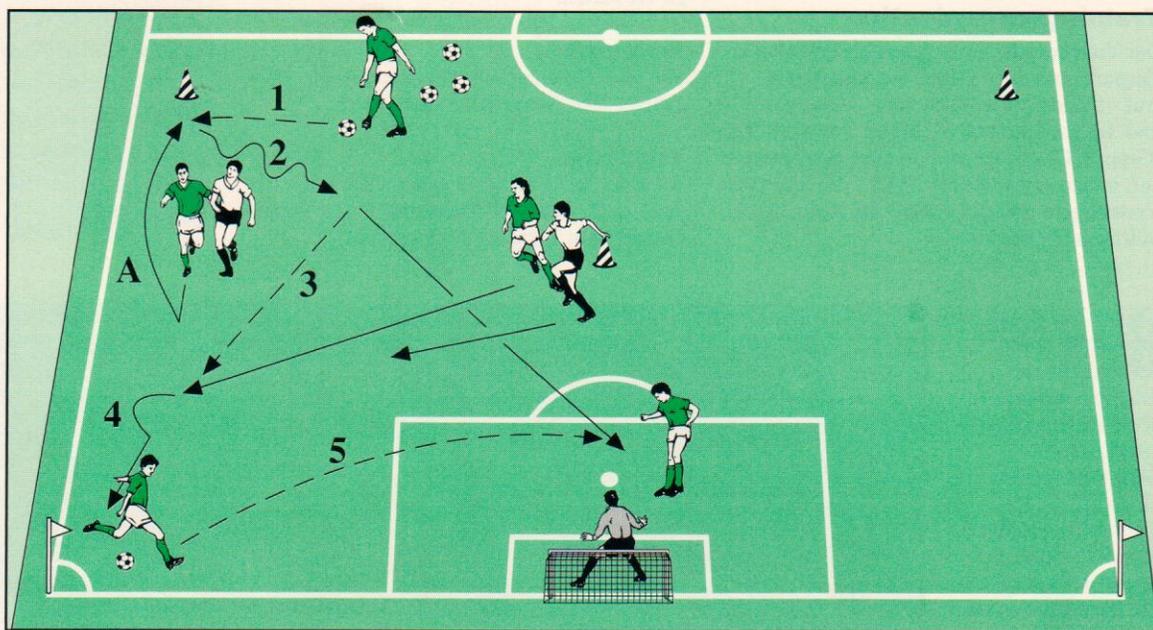
Der gleiche Übungsablauf erfolgt von der anderen Spielfeldseite aus.

## Korrekturhinweise/ Schwerpunkte

■ *Der Angreifer am Flügel muß sich mit einem deutlichen Tempowechsel von seinem Gegenspieler lösen, um sich einen ausreichenden Freiraum zur sicheren Ballkontrolle zu verschaffen.*

■ *Vor dem Tor muß der Angreifer entschlossen in die Hereingaben hineinstarten.*

**7** Der Angreifer A des ersten Spielerpaars bewegt sich an der Außenlinie kurz vom Ballbesitzer weg in Richtung gegnerisches Tor und kommt dann kurz entgegen. Er wird dann angespielt, nimmt das Zuspiel kurz zur Mitte mit und spielt anschließend in den Lauf des Mitspielers B, der sich in höchstem Tempo diagonal auf den Flügel freiläuft. A startet nach seinem Abspiel vor das Tor, um die Hereingabe seines Mitspielers zu verwerten.



seit 1960

# GRENZENLOS FUBBALL '94

UEFA-Lizenz

**85 INTERNATIONAL BESETZTE TURNIERE**  
von Schottland bis Spanien

10 Tage mit **BUS**  
Hotel \*\*\* **VP**  
ab **DM 398**



Gleich gratis Broschüre anfordern:

Uwe Morio  
Pfarrer-Friedrich-Str.11  
67071 Ludwigshafen  
Fax : 06237-6741  
Tel. : 06237-8612

Büros in:  
Dachau : 08131-84328  
Fax : 08131-80867  
Cottbus : 0355-533721  
Fax : 0355-533721

**GRENZENLOS FUBBALL mit EURO-SPORTRING**

## Redaktionshinweis:

Die nächste Beitragsfolge erscheint in ft 12/93.

## Der Preishammer!!!



**Auslaufmodelle im PREIS stark REDUZIERT**

### VEREINS- & TEAMSPORTANZÜGE

als Präsentations-, Trainings- oder Jogginganzug  
(verschiedene Modelle)

nur **59,- DM**

### SPORTTRIKOTS Langarm

(ideal als Ausweichset)

nur **19,- DM**

### Weihnachts-Aktions-Angebot

Handtücher incl. Vereinsaufdruck ..... ab 7,95 DM  
T-Shirts incl. Vereinsaufdruck ..... ab 9,50 DM  
Sweat-Shirts incl. Vereinsaufdruck ..... ab 27,00 DM  
Jugend-Sporttasche ..... nur 13,00 DM  
Senior-Spielertasche ..... nur 26,00 DM

Sonderpreisliste noch heute anfordern:

**mac sport**

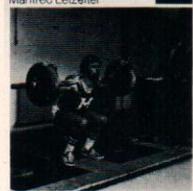
**Versandhaus für Sportartikel**

Vereinsstr. 17 · 42119 WUPPERTAL · ☎ 0202/430130 · Fax 0202/422659

## Allgemeines, Trainingslehre

### Trainingsgrundlagen

Training  
Technik  
Taktik



**Letzelter, M.:** Trainingsgrundlagen (rororo-Sportbuch) **DM 14,80**

**Grosser/Neumaier:** Techniktraining **DM 19,80**

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

**Dietrich/Dürwächter/Schaller:** Die Großen Spiele (Methodische Aufarbeitung von Basketball, Handball, Fußball und Volleyball), 224 Seiten A6 **DM 18,80**

**Digel, H.:** Lehren im Sport. Ein Handbuch für Sportlehrer, Sportstud. und Übungsleiter **DM 15,80**

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

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

**Harre, Dietrich:** Trainingslehre, das Standardwerk, 280 Seiten **DM 34,80**

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

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

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

**Rigauer:** „Sportsoziologie“ (Grundlagen, Methoden, Analysen) **DM 11,80**

**Röthig:** Sportwissenschaftliches Lexikon, 6. Auflage **DM 65,80**

**Weineck, J.:** Optimales Training, Neuaufgabe **DM 46,00**

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

**Saziorski:** Biomechanische Grundlagen der Ausdauer **DM 29,80**

**Thieß u. a.:** Training von A bis Z. Kleines Wörterbuch für die Theorie und Praxis des sportlichen Trainings. 347 S. DIN A5, Pappeinb. **DM 19,80**

**Willmick/Roth:** Bewegungslehre – Grundlagen, Methoden, Analysen **DM 16,80**

**Döbler, E. und H.:** Kleine Spiele (Ein Handbuch für Schule und Sportgemeinschaft), 460 Seiten, Neuaufgabe **DM 48,00**

**Fluri, H.:** 1012 Spiele und Übungsformen in der Freizeit. 240 S. **DM 28,80**

## Kleine Spiele

### Spiele für alle

in Hof und Halle  
von Erich Marx



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

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

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

**Shubert, Renate u. a.:** Kleine Spiele mit Ball (Spiele-Kartothek 1), 88 Doppelkarten mit Beiheft in prakt. Karteikasten **DM 34,80**

**Shubert u. a.:** Lauf- und Abschlagsspiele (Spielekartothek). 80 Doppelkarten **DM 34,80**

**Rammler/Zöllner:** Kleine Spiele – wozu? 144 Seiten **DM 24,80**

## Gymnastik, Aufwärmen

**Antretter/Luthmann:** Gut und richtig dehnen (Kartothek). 89 Doppelkarten. **DM 34,80**

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

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

**Koch/Rutkowski:** Spielen – Üben und Trainieren mit dem Medizinball **DM 21,80**

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

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

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



**Sölveborn, Sven-A.:** Das Buch vom Stretching. 122 S./165 Zeichn., 16x22 cm **DM 19,80**

**Roy:** Richtig Fitneßgymnastik **DM 12,80**

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

**Klein, G. u. a.:** Gymnastikprogramme, 128 Seiten, ca. 300 Fotos **DM 22,00**

**Gerlach-Riechardt:** Gymnastik; Körperschule, die Spaß macht. Übungen zum Aufwärmen, Lockern, Kräftigen. 173 Seiten DIN A5 **DM 18,80**

**Neumaier/Zimmermann:** richtig Konditionsgymnastik, 127 S. **DM 14,80**

**Spring, u. a.:** Dehn- und Kräftigungsgymnastik. Grundlagen des Stretchings, 142 Seiten **DM 24,00**

## Konditions- und Krafttraining

**Antretter/Luthmann:** Gymnastik, die stark macht (Kartothek). 89 Doppelkarten. **DM 34,80**

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

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

**Grosser/Zimmermann:** Krafttraining (Grundlagen, Methoden, Übungen, Trainingsprogr.), 160 S. **DM 22,00**

**Grosser u. a.:** Richtig Muskeltraining. 127 S., zahlr. Abb. u. Fotos **DM 19,80**

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

**Grosser/Starischka:** Konditionstests, 138 Seiten **DM 22,00**

**Grosser u. a.:** Konditionstraining, 93 Seiten **DM 19,80**

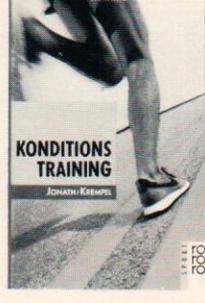
**Hartmann:** 100 Zweikampfübungen **DM 19,90**

**Janssen:** Ausdauertraining. 152 Seiten **DM 33,50**

**Jonath:** Circuittraining, rororo-Sportbuch, 188 Seiten **DM 12,80**

**Knebel:** Fitneß-Gymnastik. 128 Seiten **DM 10,80**

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



**Jonath, K./Kreidler, R.:** Konditionstraining, rororo-Sportbuch, 429 S. **DM 16,80**

**Letzelter:** Krafttraining (rororo) **DM 16,80**

**Matkovic:** 400 Übungen zur Entwicklung von Kraft, Beweglichkeit und Geschicklichkeit **DM 25,80**

**Radcliffe u. a.:** Sprungkrafttraining. 136 Seiten **DM 24,00**

**Schlich:** Kreistraining **DM 19,80**

**Seibert:** Perfektes Körpertraining. 160 Seiten **DM 24,80**

## Sportmedizin

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

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

**Grisogono:** Sportverletzungen erkennen und behandeln. 214 Seiten, zahlr. Abb. (Paperback) **DM 26,80**

**Hempel/Ohlert:** Gymnastik für den Rücken. 80 Seiten **DM 12,80**

**Hinrichs:** Sportverletzungen. Erkennen, vorbeugen, heilen (rororo) **DM 16,80**

**Koch:** Hart trainiert und doch verloren? Sportphysiologie. 124 Seiten **DM 28,00**

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

**Weineck:** Sportanatomie, 210 Seiten **DM 54,00**

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

**Müller-Wohlfahrt u. a.:** Süße Pille Sport – Verletzt, was nun? 172 S. A 5 **DM 17,50**

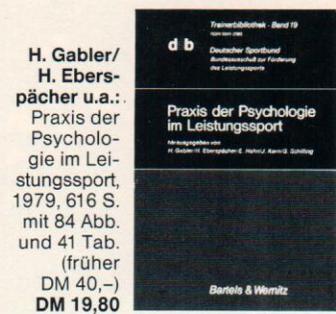
**Kempf:** Die Rückenschule (rororo). 256 Seiten **DM 14,90**

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

**McLatchie:** Verletzungen im Kampfsport. 248 Seiten **DM 34,80**

## Sportpsychologie

**Schubert:** Psychologie zwischen Start und Ziel, 295 Seiten **DM 24,80**



**H. Gabler/H. Eberspächer u. a.:** Praxis der Psychologie im Leistungssport, 1979, 616 S. mit 84 Abb. und 41 Tab. (früher **DM 40,-**) **DM 19,80**

**Hans Eberspächer:** Sportpsychologie. rororo-Sachbuch **DM 12,80**

**Porter/Forster:** Mentales Training. Der moderne Weg zur sportlichen Leistung. 1987, 152 Seiten **DM 34,00**

## Sporternährung

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

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

**Hamm/Weber:** Sporternährung praxisnah. 135 S., zahlr. Abb. und Tab. **DM 24,80**

**Konopka:** Sporternährung, Leistungsförderung durch vollwertige und bedarfsangepaßte Ernährung. 190 Seiten **DM 24,00**

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

**Hamm:** Fitneßernährung. 206 Seiten **DM 13,80**

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

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

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

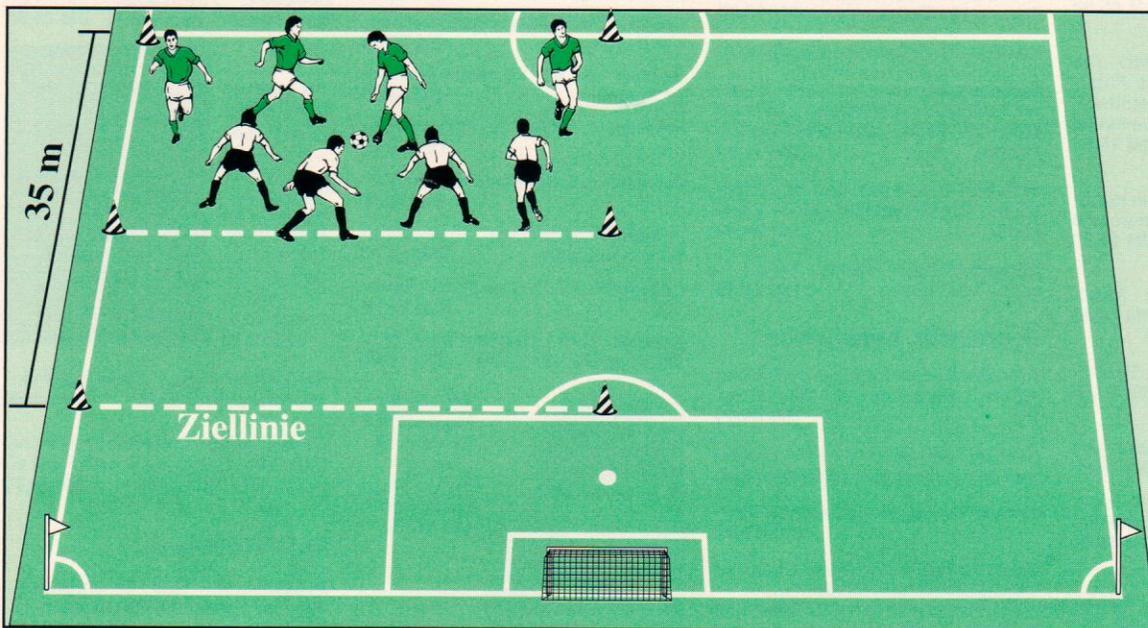
**Worm:** Die Top-Sport-Diät für alle. 184 Seiten **DM 24,80**

# Welches Defensivsystem ist das richtige?

Ist das Spiel ohne Libero tatsächlich das Spiel der Zukunft?

Der 2. Teil eines Beitrags von **Gero Bisanz**

## 4 GEGEN 4 ÜBER LINIEN



**1** Die Mannschaften sollen aus dem 4 gegen 4 heraus die gegnerische Grundlinie (Ziellinie) überdröbeln, wobei beim Angriffsaufbau aus der eigenen Hälfte heraus kein Angriffsspieler vor dem Ball in der gegnerischen Spielfeldhälfte sein darf. Die verteidigende 4er-Mannschaft soll geschlossen vor der „Mittellinie“ attackieren und den Ball erobern.

## Zur Erinnerung

■ Im mannschaftstaktischen Bereich werden 3 unterschiedliche Deckungsformen unterschieden:

Die Raumdeckung, die Manndeckung und die kombinierte Deckung.

■ Die Raumdeckung ist das Decken von gegnerischen Spielern in bestimmten Räumen.

■ Für beide Deckungsformen lassen sich Vor- und Nachteile nennen. Die weitaus meisten Mannschaften im Spitzenbereich praktizieren erfolgreich eine kombinierte Deckung.

## Trainingsorganisation

Die Spieler werden in 4er-Mannschaften aufgeteilt, wobei jeweils zwei 4er-Teams in einem Spielfeld von 35 x 35 Metern aufeinandertreffen.

Das Spielfeld ist durch eine markierte Mittellinie geteilt.

Die Spielzeit sollte 4 Minuten nicht überschreiten. Vor einem weiteren Spieldurchgang muß eine aktive Erholungsphase zwischengeschaltet werden.

Die 4er-Mannschaften können eventuell auch nach positionsspezifischen Aspekten (z.B. Mittelfeldreihe, Deckungsreihe der Stammelf) zusammengestellt werden, um gezielt das gruppentaktische Verhalten und die Abstimmung in den einzelnen Positionsgruppen zu schulen.

### Variation 1:

Nach Überspielen der Ziellinie erfolgt der Torabschluß auf ein Normaltor mit Torhüter, das etwa 20 Meter hinter der Ziellinie aufgestellt ist.

### Variation 2:

Nach einem erfolgreichen Liniendribbling bleibt die gleiche Mannschaft in Ballbesitz und nach einem Spielrichtungswechsel erfolgt der nächste Angriff in Richtung der gegenüberliegenden Ziellinie.

## Schwerpunkte/Korrekturhinweise

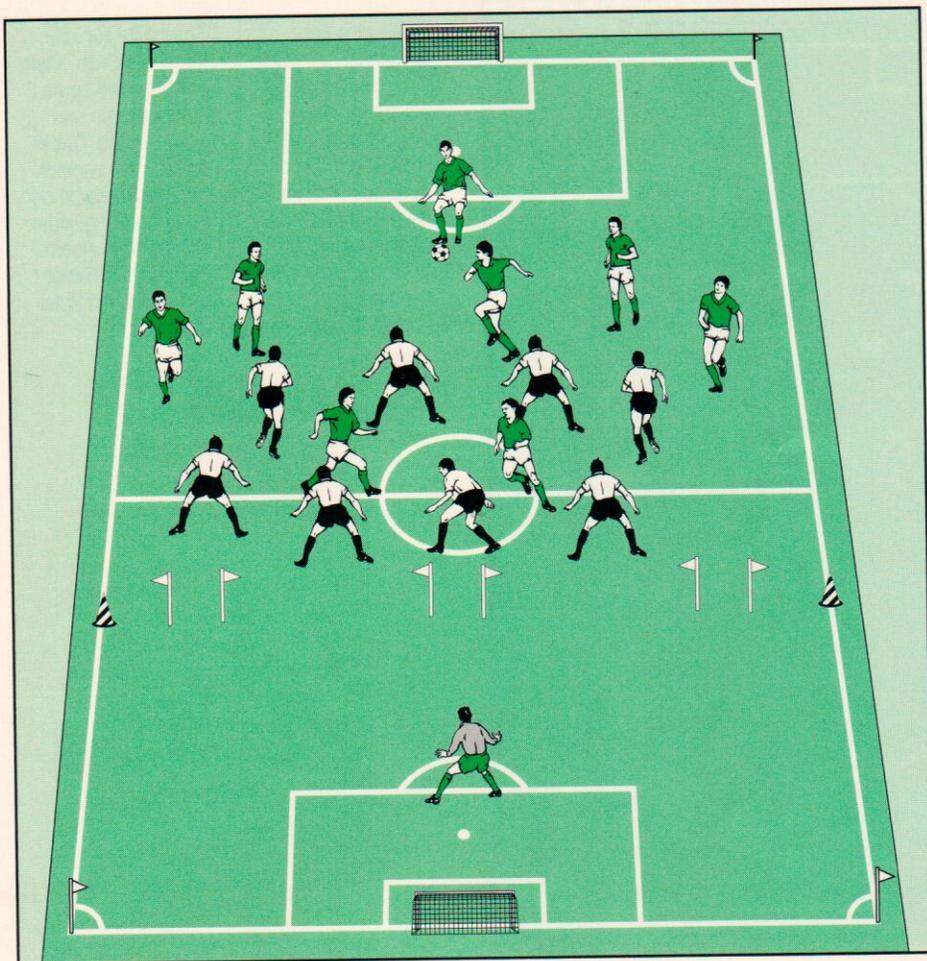
Für die Angriffsmannschaft:

■ Vorbereitung von Durchbruchmöglichkeiten durch die gezielte Anwendung gruppentaktischer Angriffsmittel (Hinterlaufen, Doppelpässe, Ballübergaben).

Für die Abwehrmannschaft:

- Geschlossenes Verschieben zum Ball hin und Verengung der Spielräume.
- Aggressives Zweikampfverhalten gegen einen dribbelnden Gegenspieler.
- Enges Zusammenwirken, so daß jeweils einer den Rücken des anderen absichern kann.
- Angriffsspieler möglichst zur Außenlinie hin abdrängen.
- Entschlossenes Verhindern von möglichen Steilpässen in den Rücken.
- Vorausschauendes Erkennen von Spielentwicklungen, so daß in ein Abspiel hineingelaufen und der Ball abgefangen werden kann.
- Gegenseitiges Helfen und Abstimmen durch laute Zurufe untereinander.

1 UND 7 GEGEN 8



**2** Eine 8er-Mannschaft startet hintereinander 8 bis 10 Angriffe auf das Tor mit Torhüter. Die angreifende Mannschaft teilt sich dabei in einen Aufbauspieler im Rückraum, 5 Mittelfeldspieler und 2 Angriffsspitzen auf. Die verteidigende 8er-Mannschaft agiert mit 2 Viererreihen. Die Angriffsmannschaft

muß zunächst aus dem Zusammenspiel heraus eines der kleinen Tore im Mittelfeldbereich durchdribbeln, bevor ein Torerfolg beim Normaltor mit Torhüter erlaubt ist. Das verteidigende 8er-Team baut sich vor den Kleintoren auf, und unterbindet den gegnerischen Angriffsaufbau möglichst frühzeitig.

## Hinweise für das Training

- *Trainingsinhalte müssen sich zielgerichtet aus dem Wettspiel herleiten.*
- *Um stabile Lernerfolge zu erzielen, müssen bestimmte Trainingsschwerpunkte regelmäßig, systematisch sowie über einen längeren Zeitraum geschult werden.*

### Trainingsorganisation

Es werden unter positionsspezifischen Aspekten zwei 8er-Mannschaften zusammengestellt.

Eine Mannschaft greift dabei auf ein Tor mit Torhüter an. In Angriffsrichtung sind etwa 15 Meter hinter der Mittellinie mit Hütchen oder Fahnenstangen 3 jeweils etwa 8 Meter breite Tore aufgebaut.

#### Variation 1:

Die angreifende 8er-Mannschaft kann eines der 3 kleinen Tore im Mittelfeldbereich durchdribbeln oder durchspielen, bevor ein Torabschluß beim Normaltor möglich ist.

#### Variation 2:

Die 3 Kleintore werden in einem anderen Abstand zum Tor mit Torhüter aufgestellt, so daß die Spieler die Verteidigungslinie unterschiedlich weit vor dem Tor aufbauen müssen.

### Schwerpunkte/Korrekturhinweise

*Für die Angriffsmannschaft:*

- *Torschußvorbereitung durch die gezielte Anwendung gruppentaktischer Angriffsmittel (Hinterlaufen, Doppelpässe, Ballübergaben).*

*Für die Abwehrmannschaft:*

- *Geschlossenes Verschieben zur Ballseite und Spielverengung.*
- *Aggressives Zweikampfverhalten.*
- *Enges Zusammenwirken innerhalb des Deckungsverbandes, so daß jeweils einer den Rücken des anderen absichern kann.*
- *Gegnerische Angriffe möglichst zur Außenlinie hin abdrängen.*
- *Vorausschauendes Erkennen von Spielentwicklungen.*

**Neue preisgünstige Organisationsmittel/ Sportausrüstung für den Trainings- und Spielbetrieb für Trainer, Übungsleiter, Betreuer und Vereine !!!**



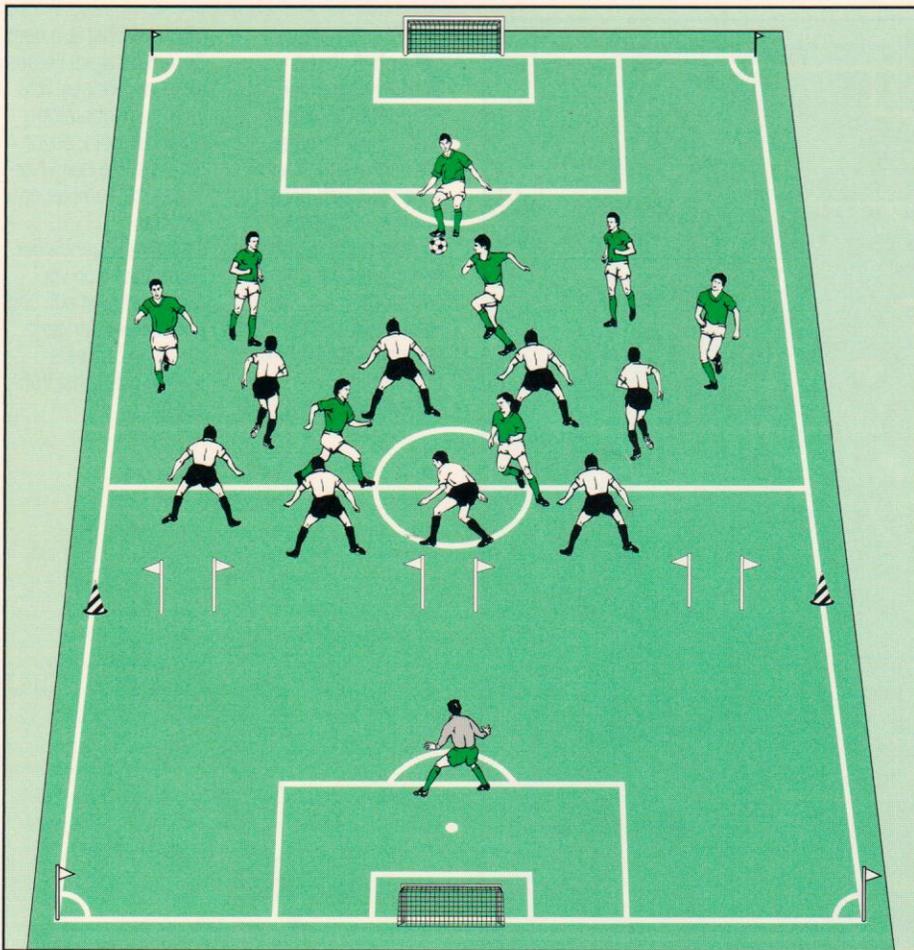
**Beispiele:**  
 Mappe DM 165,-  
 Fußballschuhe echt Leder ab DM 75,-  
 Mineralgetränk 1 kg ab DM 15,70  
 Bälle ab DM 23,-  
 Trainingsanzug ab DM 89,-  
 und vieles mehr !!!

SPORTORGANISATION  
 SPORTBEDARF  
**Klaus Dold**  
 Mühlbach 5 · 77790 W-Steinach  
 Tel. 07832/1054 · Fax 07832/67956

**Bitte fordern Sie kostenlosen Prospekt an!!!**

ft 11/93

ANGRIFF GEGEN VERTEIDIGUNG



**3** Die eine 8er-Mannschaft spielt hintereinander 8 bis 10 Angriffe durch, wobei die einzelnen Angriffsaktionen jeweils beim Aufbauspieler kurz hinter der Mittellinie beginnen. Das verteidigende 8er-Team zieht sich komplett in die eigene

Spielhälfte zurück, formiert sich zu einem 5er-Mittelfeld sowie 2 Manndeckern und einem Libero. Dabei agieren alle verteidigenden Spieler in der Raumdeckung, jeder wehrt also in einem bestimmten, vorher zugewiesenen Spielraum ab.

**Trainingsorganisation**

Die Spieler werden in zwei 8er-Teams zusammengestellt, wobei die eine Mannschaft nacheinander 8 bis 10 Angriffsaktionen auf ein Normaltor mit Torhüter durchspielt.

Die Angriffsmannschaft agiert dabei mit einem Aufbauspieler im Rückraum kurz hinter der Mittellinie, einem 5er-Mittelfeld und 2 Angriffsspitzen.

Die Abwehrmannschaft spielt ebenfalls mit einem 5er-Mittelfeld sowie 2 Manndeckern und einem Libero, wobei alle Spieler in der Raumdeckung agieren.

Nach einer aktiven Erholungsphase erfolgt ein Aufgaben- und Positionenwechsel zwischen den beiden 8er-Mannschaften.

**Variation 1:**

Die verteidigende Mannschaft startet nach einer Balleroberung jeweils einen Konterangriff über eine Ziellinie oder 2 kleine Kontertore.

**Variation 2:**

Die verteidigende 8er-Mannschaft agiert mit 2 Viererreihen (eventuell auch als 11 gegen 11 auf 2 Tore über das ganze Spielfeld).

**Schwerpunkte/Korrekturhinweise**

Für die Angriffsmannschaft:

■ Vorbereitung von Durchbrüchen und Tormöglichkeiten durch ein zielgerichtetes Kombinationsspiel und Spielverlagerungen.

Für die Abwehrmannschaft:

■ Verschieben zur Ballseite und ein sinnvolles und abgestimmtes Übergeben von Angriffsspielern, die die Positionen wechseln.

**Ab DM 209,-**  
1 Woche HP.

Optimale Meisterschaftsvorbereitung bei frühlinghaften Temperaturen

Wir veranstalten **Fussballtrainingslager** in:  
Österreich, Italien, Ungarn, Kroatien, Slowakei, Israel, Türkei, Tunesien, Malta...

Fordern Sie unseren Gratis-Katalog an

**GRAND TOURS BAYERN**  
Hans Erbschwendtner

Vermittlung und Organisation von Fussballtrainingslagern und Tenniscamps  
Münchener Straße 67 / D-83395 Freilassing  
Tel. 0 86 54/608 635 · Fax 0 86 54/608 608

**An unsere Abonennten**

Dank der anhaltend erfreulichen Entwicklung der Abonnentenzahl von „fußballtraining“ kommen wir 1994 im **Inland** ohne Bezugspreiserhöhung aus – unseren **ausländischen** Beziehern müssen wir leider einen Teil der 87(!)-prozentigen Erhöhung des Portos durch die Deutsche Bundespost weiterbelasten: Statt DM 69,60 zahlen „fußballtraining“-Abonnenten außerhalb Deutschlands ab 1994 DM 74,40 für 12 Hefte frei Haus. Wird Luftpost-Versand gewünscht (außerhalb Europas), müssen wir die Mehrkosten dafür zusätzlich berechnen.

Ihr  
Philippka-Versand

# Was erwarten Fußballer von einem Trainer?

Verschiedene Spieler kommen zu Wort und artikulieren die eigenen Vorstellungen von einem „idealen“ Trainer. Ein Interview von **Erich Rutemöller**

## Wechselseitigkeit des Trainings

In den drei Beziehungsfeldern Trainer – Spieler, Trainer – Verein und Trainer – Medien gibt es gegenseitige Rollen- und Verhaltenserwartungen, die an Inhaber bestimmter Positionen herangezogen werden. Hierbei kommt es in der Vielfalt und Komplexität der Beziehungsgeflechte zu einem ständigen, wechselseitigen Austausch über Wissen und Können mit letztlich einem einzigen Ziel: Das Erbringen von Bestleistungen.

In der Trainer-Athlet-Beziehung wird dieser Zusammenhang besonders deutlich. Mit Blick auf dieses gegenseitige Austauschverhältnis sind die Hauptaufgaben des Trainers einzuordnen: Mannschaftsbildung, Talentsuche, Steuerung des Trainings und des Spiels sowie Spieler- und Mannschaftsführung.

Gerade in Analysen über das Fußballtraining wird und wurde dieses Wechselseitigkeit des Trainingsprozesses aber oft vernachlässigt. Dort rückt vorrangig ausschließlich der Trainer in den Blickpunkt.

## Ansatz und Ziel der Interviews

Um einen erweiterten Ansatzpunkt zu bekommen, soll hier deshalb einmal versucht werden, das Beziehungsfeld Trainer – Spieler aus der Sicht des Spielers zu beleuchten. Das Ziel ist es somit, den Spieler zu Wort kommen zu lassen und Einblicke in seine Vorstellungen vom Trainer zu gewinnen. Er soll seine Erwartungen artikulieren können, wie nach seiner Auffassung ein Trainer seine verschiedenen Rollen als Lehrer, Erzieher, Berater, Vermittler, Beurteiler und Coach ausfüllen sollte.

In Gesprächen mit verschiedenen Spielern (Spielerpersönlichkei-



## Fragen an die Spieler

**Wo ist für Sie der Trainer in der Trainer-Spieler-Beziehung am stärksten gefordert?**

**Wo und wie erwarten Sie beim Trainer eine möglichst optimale Ausfüllung einer bestimmten Trainerrolle?**

**Welche Anforderungen stellen Sie als Spieler an den Trainer?**

**Welche Eigenschaften muß der Trainer vorrangig besitzen? Was macht für Sie vor allem eine „Trainerpersönlichkeit“ aus?**

**Wodurch ist für Sie vor allem der „Erfolg“ eines Trainers bestimmt?**

ten, Leistungsträger, Nachwuchsspieler) aus unterschiedlichen Mannschaften wurde versucht, Antworten zu einem bestimmten Fragenkatalog zu bekommen:

## Ablauf der Interviews

In den Gesprächen wurde nicht interviewartig Frage für Frage abgehakt, sondern es entwickelte sich jeweils ein reger Gedankenaustausch, dessen Hauptpunkte und Grundideen hier wiedergegeben werden.

Folgende Spieler wurden befragt (in alphabetischer Reihenfolge):

**Guido Jörres**

(U 20-Nationalspieler vom 1. FC Köln)

**Stefan Kuntz**

(1. FC Kaiserslautern)

**Pierre Littbarski**

(ehemals 1. FC Köln)

**Juri Schlünz**

(FC Hansa Rostock)

**Rüdiger Vollborn**

(Bayer Leverkusen)

## Fazit

Die Aussagen der Spieler machen deutlich, daß beim Trainer trotz der Rollenvielfalt innerhalb seiner Aufgabenbereiche die Interaktion mit den Spielern Priorität hat und er die Spieler deshalb eindeutig in den Mittelpunkt seiner gesamten Arbeit rücken sollte.

Die fachspezifischen Kenntnisse sind die Grundvoraussetzungen der Trainer-Spieler-Beziehung. Hinzu kommen müssen seine führungspsychologischen Fähigkeiten sowie das zwischenmenschliche Verständnis von den Einzelspielern und der „psychischen Kraft“ der Mannschaft.

Jeder Trainer sollte für seine Situation und Mannschaft prüfen, wie er gezielt Rückmeldungen von Seiten der Spieler einholen kann, um deren Erwartungen detaillierter kennenzulernen.



## Guido Jörres

**Auf dem Trainingsplatz sollte der Trainer mit strammer Hand alles im Griff haben. Abseits des Trainingsbetriebes muß der Trainer aber ein offener Ansprechpartner sein**

Der U 20-Nationalspieler stellt, aus der Sicht eines talentierten Nachwuchsspielers bei einem Bundesligaverein verständlich, die Spielerführung und Talentsichtung in den zunächst in den Vordergrund.

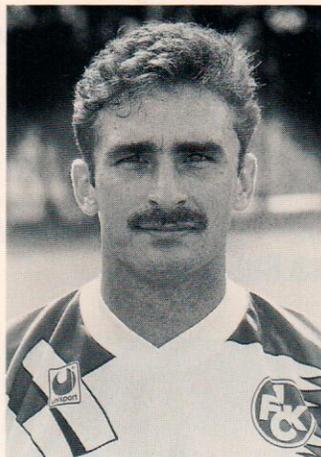
Guido Jörres erwartet, daß der Trainer viel mit den jungen Spielern spricht, konkrete Hinweise gibt, wo sie sich noch verbessern müssen, die Nachwuchsspieler behutsam „aufbaut“ und sie nicht fallen läßt, wenn es mal nicht so läuft.

Auf dem Trainingsplatz sollte der Trainer nach Meinung des Jungprofis mit strammer Hand alles im Griff haben und eine klare Linie vertreten.

Abseits des Trainingsbetriebes muß der Trainer aber ein offener Ansprechpartner sein, mit dem der Spieler alle – eventuell noch so fußballfremde – Probleme in möglichst menschlich-vertrauensvoller Atmosphäre besprechen kann.

Der Erfahrungshintergrund macht die „Persönlichkeit“ eines Trainers aus. Dazu gehört, daß sich der betreffende Trainer im Trainerberuf bereits etabliert und mit einer Mannschaft über einen längeren Zeitraum zusammengearbeitet und diese geformt hat.

Der „Erfolg“ eines Trainers ist, kurz und bündig, lediglich an Siegen und an der Tabelle abzulesen – dem Geist unserer Zeit entsprechend.



## Stefan Kuntz

**Der „letzte Schliff“ im Motivationsbereich muß vom Trainer kommen**

Nach Stefan Kuntz ist der Trainer zunächst einmal vorrangig als Taktiker und Psychologe gefordert, der schnell die Struktur einer Mannschaft überblickt und auf dieser Grundlage genau weiß, welches System zu den Spielern paßt, welches Konzept sie am besten umsetzen können.

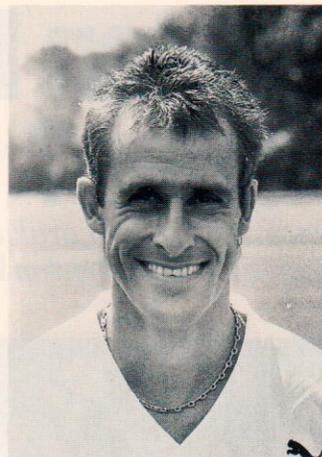
Um dieses Spielkonzept effektiv zu erarbeiten, müssen auf der Grundlage einer exzellenten konditionellen Verfassung technisch-taktische Formen geübt werden, wobei durch ein gezieltes Gruppentraining spezifische Aufgabenbereiche einzelner Positionen innerhalb der Mannschaft trainiert werden.

Trotz der zu Recht geforderten Eigenmotivation der Spieler im Profibereich hat der Trainer als Motivationsvermittler zu wirken: Der „letzte Schliff“ im Motivationsbereich kommt vom Trainer.

Der Trainer sollte im ständigen Gedankenaustausch mit seinen Spielern stehen. Auf der Grundlage einer persönlichen und fachlichen Autorität trägt er den Spielern Verantwortung auf.

Im Führungsprozeß muß sich ein Trainer mit 20 „Einzelfällen“ auseinandersetzen, auf die er jeweils individuell eingehen muß: Der Trainer muß Spielerpersönlichkeiten erkennen und effektiv als Vermittlungspersonen zur Mannschaft einsetzen. Er muß „Grenzfälle“ behandeln (z.B. Spieler in Formkrisen) und älteren Spielern „Rückendeckung“ geben.

Als „Persönlichkeit“ hat ein Trainer Ausstrahlung, gepaart mit einer spürbaren Selbstsicherheit.



## Pierre Littbarski

**Die Spieler haben ein feines Gespür dafür, ob sie einen „Radaumacher“ vor sich haben**

Auch für den Ex-Nationalspieler steht der Trainer in seiner Rolle als Fachmann (Taktiker) und Psychologe im Vordergrund: Erst ein funktionierendes Spielsystem, eine optimale Raumaufteilung machen eine Mannschaft stark. Dies muß der Trainer aber auf dem Trainingsplatz mit seiner Mannschaft erarbeiten. Der Trainer muß seinen Spielern seine Vorstellungen von einem mannschaftstaktischen System so vermitteln, so daß sie dieses umsetzen können. Nur innerhalb dieses Systems können sich die Spieler auch persönlich weiterentwickeln. Heute muß stärker als früher mannschaftsbezogen trainiert werden. Einzelkünstler sind zwar weiterhin gefragt, aber nur wenn sie diszipliniert in ein System eingebunden sind (Beispiel: Ruud Gullit bei der holländischen Nationalmannschaft oder früher beim AC Mailand).

Es ist heute für einen Trainer weitaus schwieriger geworden, mit dem Medienbereich klar zu kommen. Es wird immer wichtiger, wie sich ein Trainer in der Öffentlichkeit „verkauft“. Er muß wissen, wann er „gegenhalten“ und wann er moderat sein muß. Die Macht der Medien macht 30 bis 40% des Trainerjobs aus!

Der Trainer hat Autorität „ausstrahlen“, Respekt einzuflößen, Gerechtigkeitsinn zu zeigen. So hat z.B. früher Hennes Weisweiler eher die älteren, erfahrenen Spieler „zusammengestaucht“ als die schwächeren, jüngeren.

Der Trainer sollte nicht den Blick für die Realität verlieren und nicht euphorisch werden. Das Fußballspiel entscheidet sich heutzutage in einigen Situationen, in einigen Sekunden – hier ist deshalb Disziplin gefordert.

Der Trainerschein macht keine „Persönlichkeiten“, sondern eine Trainerpersönlichkeit basiert auf der Akzeptanz durch die Spieler. Der Spieler hat ein feines Gespür dafür, ob er einen „Radaumacher“ vor sich hat.

Der Trainer wird danach beurteilt und „persönlich“ bemessen, wie er auf dem Platz arbeitet, wann und wie er selbst in Details brauchbare Anweisungen gibt, wie er die Spieler im Umgang behandelt, ob er die Erfolge der Mannschaft zuschreibt und wie er sich in der Öffentlichkeit gibt. Der Trainer hat dann Erfolg, wenn die Mannschaft seine Überlegungen aufnimmt und verinnerlicht, weil er diese seinen Spielern positiv vermitteln kann. Er muß dazu das rechte Verhältnis von Theorie und Praxis finden und Anforderungen an seine Spieler stellen, die realistisch und ausführbar sind.



## Juri Schlünz

**Ein erfolgreicher Trainer ist auch ein guter Trainer – ein Trugschluß, doch blanke Realität**

Nach Juri Schlünz kann der Trainer heutzutage als ein „Allrounder“ bezeichnet werden, wobei allerdings aufgrund der oft nur kurzzeitigen Arbeitsverhältnisse in den Vereinen eine erfolgsorientierte Trainer-Spieler-Zusammenarbeit nicht oder nur unvollkommen zustandekommt.

In der Regel muß der Trainer für etwa 20 Spieler der Ansprechpartner sein. Eine absolute Voraussetzung für den Aufbau eines

Vertrauensverhältnisses ist Ehrlichkeit. Der Trainer ist in erster Linie als Psychologe und Motivationsvermittler gefragt, weil die Spieler im Profibereich technisch-taktisch und konditionell gut ausgebildet sind.

Natürlich ist der Trainer als Fachmann gefordert, der seine Vorstellungen von einer Spielkonzeption der Mannschaft effektiv vermitteln muß.

Das Training darf nicht zur Routine werden, das Fußballspielen muß dabei vorrangig bleiben, wobei die Mannschaft auch zu kreativer Mitarbeit „animiert“ werden muß.

Da aufgrund der Komplexität und der Unberechenbarkeit des Spiels immer wieder Fehler und Unzulänglichkeiten vorkommen, ist häufig ein hohes Maß an Unzufriedenheit und Kritik zu registrieren, das vom Trainer mit seinen Spielern konstruktiv zu verarbeiten ist.

Der Trainer hat diese direkte Arbeit mit den Spielern deutlich in den Vordergrund zu stellen. Alle anderen Funktionen (Partner des Präsidiums, Funktionär, Repräsentant des Vereins in der Öffentlichkeit) haben dabei zurückzustehen.

Vom Trainer werden viel Sachverstand, Menschenkenntnis und Freude am Beruf gefordert, um 20 bis 25 erwachsene Menschen zu führen, deren Meinung und Sachkenntnis der Trainer zu respektieren hat. Auf der anderen Seite hat der Trainer aber auch deutlich seinen Führungsanspruch zu artikulieren und zu vertreten – auch nach außen.

Der Trainer hat sich auf eine veränderte Medienlandschaft einzustellen: Kurze, fachliche Aussagen sind nicht immer gefragt, denn diese sind für die Medien nicht interessant genug. Der Trainer als „Entertainer“ wird dagegen gern gehofft, da er die Arbeit erleichtert.

Der „Erfolg“ wird fast nur noch an Siegen festgemacht. Ein erfolgreicher Trainer ist auch ein guter Trainer – ein Trugschluß, aber doch blanke Realität. Die Unwägbarkeiten des Spiels entscheiden über die Arbeit eines Trainers, der Zwang zum Sieg verhindert oft sinnvolle, aber längerfristige Veränderungen, wie zum Beispiel den Einbau jüngerer Spieler oder taktische Modifizierungen.

Die Situation eines Trainers kann folgendermaßen auf den Punkt gebracht werden: Er ist und bleibt zum Siegen verpflichtet.



## Rüdiger Vollborn

**Am Auftreten und an der Spielanlage der Mannschaft läßt sich die Handschrift eines Trainers ablesen**

Der Torhüter von Bayer Leverkusen stellt heraus, daß sich die Handschrift des Trainers am Auftreten und an der Spielanlage der Mannschaft auf dem Platz ablesen läßt. Der Trainer hat für die notwendige Fitneß zu sorgen, er ist verantwortlich für den taktischen Bereich, und er hat auf die verschiedenen menschlichen Charaktere einzugehen.

Der Trainer bestimmt das Leistungsbild der Mannschaft. Er sollte beim Führungsstil einen Mittelweg zwischen dem autoritären und dem Kumpeltyp finden.

In der Verfolgung eines taktischen Konzepts, in seiner Kritik und in seinen Reaktionen nach einem Spiel sollte der Trainer seinen Weg konsequent beschreiten. Er sollte dabei grundsätzlich glaubwürdig, ehrlich und gerecht sein.

Die „Persönlichkeit“ eines Trainers zeigt sich hauptsächlich in seiner Menschenführung. Er muß Stimmungen ausloten, die Spieler anleiten und betreuen, die Mannschaft coachen und den einzelnen Spielern Selbstvertrauen einimpfen – hier komplettiert sich das Aufgabenfeld des Trainers.

### Redaktionshinweis:

Die Redaktion von „fußballtraining“ dankt allen Spielern für die bereitwillige Mitarbeit bei der Anfertigung dieser Interviews.



# „Saubere!“

### Ein paar Worte zum Thema: „fordern und fördern“

Wer seine Sportler fordert, muß sie auch fördern. Wirksam, sauber, langfristig.

**anabol-loges.** Die leistungssteigernde Kombination aus Vitamin E, Magnesium, Kalium, Kieselerde, Johanniskraut. Reine Wirkstoffe der Natur – ausgewogen und hochwirksam dosiert.

**anabol-loges erhöht meßbar\* die körperliche Ausdauer und Belastbarkeit, vermindert Muskelschmerzen und Wadenkrämpfe.**

**anabol-loges bringt Leistung sauber nach vorn. Hormonfrei.**

### Rezeptfrei in allen Apotheken.

anabol-loges zur Leistungssteigerung im Sport, bei Muskel- und Rückenschmerzen, körperlichen Erschöpfungszuständen. Nebenwirkungen und Gegenanzeigen sind nicht bekannt. Packungen mit 100, 200, 500 und 1000 Kapseln.

\* Wenn Sie weitere Informationen wünschen, schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an:  
Tel. 0 41 71 - 7 10 85  
Fax 0 41 71 - 7 31 05

Dr. Loges + Co GmbH  
21423 Winsen/L.



erst fördern, dann fordern  
**anabol-loges®**

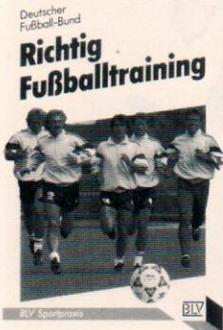
... natürlich mehr Leistung.

## I. Umfass. Darstellungen

**Bauer/UEberle:** Fußball. Faktoren der Leistung, Spieler- und Mannschaftsführung. 191 Seiten **DM 19,80**

**Bisanz/Gerisch:** Fußball, Training, Technik, Taktik. rororo-Sportbuch, 316 S., für Trainer aller Leistungsklassen **DM 16,90**

**Brüggemann/Albrecht:** Modernes Fußballtraining, 344 S., 2., verb. Aufl. (Fußball-Handbuch 1) **DM 49,00**



**Bisanz u. a. (DFB):** Richtig Fußballtraining. 98 Seiten **DM 14,80**

**Deutscher Fußball-Bund:** Lehrplan I (Training mit der Nationalmannschaft), 94 Seiten **DM 22,00**

**Gerisch/Rutemöller:** Leistungsfußball im Blickpunkt. 318 Seiten **DM 28,00**

**Huba (Hg.):** Fußball-Weltgeschichte. 479 Seiten **DM 52,00**

**Koch u. a.:** Fußball. Handbuch für Übungsleiter. Sportverlag 1986. 264 Seiten **DM 34,80**

**Kollath:** Fußballtechnik. Alle Bewegungen ohne, zum und mit dem Ball. 144 Seiten. **DM 19,80**

**Kunze:** Fußball. 153 Seiten **DM 22,00**

**Rohr/Simon:** Lexikon Fußball, 3500 Stichwörter, 448 Seiten **DM 49,80**



**Bauer:** Lehrbuch Fußball. 150 Seiten **DM 29,80**

**Schulze:** Trainer. Die großen Fußballstrategen. 112 Seiten **DM 39,00**

**Talaga:** Fußballtraining. Methodik, Lehrprozeß, Traineraufgaben u. a. 272 Seiten **DM 24,80**

**Talaga:** Fußballtaktik. Lehrmethodik, verschiedene Systeme und Stile. 219 Seiten **DM 24,80**

**Talaga:** Fußballtechnik. Spielmethodik, Systematik der techn. Übungen. 208 Seiten **DM 24,80**

**WFV-Fußballpraxis:** Teil 1: Technik und Taktik (16. Auflage, 500 Abb., 304 Seiten) **DM 28,00**

## II. Fußball-Trainingslehre

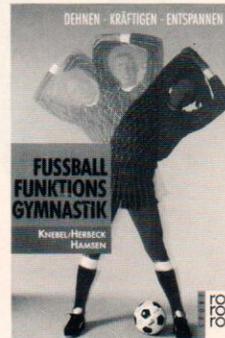
**Klante:** Praktische Trainingslehre. Allg. und spez. Kondition im Fußball-sport. 168 Seiten. **DM 28,00**

**Konzag u. a.:** Fußball spielend trainieren. 200 Seiten **DM 39,80**

## III. Teilgebiete

### 1. Konditionsschulung

**Auste:** Konditionstraining Fußball (rororo, 2. Auflage), 282 Seiten **DM 16,80**



**Knebel/Herbeck/Hamsen:** Fußball-Funktionsgymnastik. 192 Seiten, zahlr. Abb. und Fotos **DM 14,90**

**Bantz/Weisweiler:** Spiel und Gymnastik für den Fußballer, 132 S. **DM 19,80**

**NEU! Drygalski/Thissen:** Gymnastik für Fußballer aller Leistungsklassen. 242 Seiten **DM 29,50**

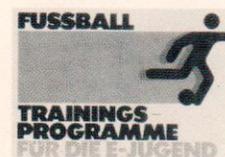
**Fuchs/Kruber/Jansen:** Technik- und Konditionsschulung Fußball (28seitiges Beiheft, 48 Arbeitsk.) **DM 29,80**

**Grindler/Pahlke/Hemmo:** WFV-Handbuch „Fußball-Praxis“. 2. Teil: Konditionstraining. 11. Auflage, 800 Abb., 216 Seiten **DM 28,00**

**NEU! Weineck:** Optimales Fußballtraining. Teil 1: Konditionstraining, 622 Seiten **DM 49,90**

### 2. Jugendtraining

**Bauer:** richtig fußballspielen. 128 Seiten. Zur Erstinformation vor allem für Jugendtrainer **DM 14,80**



Für die C-Jugend. 256 Seiten **DM 29,80**  
248 Seiten **DM 24,80**

**Fußball-Trainingsprogramme** für die D-Jugend. 248 Seiten. **DM 24,80**

**Benedek:** Fußballtraining mit Kindern, 274 S. **DM 24,80**

**Brüggemann:** Kinder- und Jugendtraining. Fußball-Handbuch 2. 202 Seiten **DM 45,80**

**Hamsen/Daniel:** Fußball-Jugendtraining. 142 Seiten **DM 12,90**

**Kindgerechtes Fußballtraining (WFV).** 40 fertige Trainingsprogramme. 256 Seiten **DM 32,00**

**Pfeifer/Maier:** „Fußball-Praxis“. 4. Teil: Jugendtraining II (Technik, Taktik, Kondition), 290 S. **DM 28,00**

**Sneyers:** Spielübungen für den Jugendtrainer. 40 Trainingseinheiten für 8-12j./12-14j./14-16j./16-20j., 208 Seiten (2. Auflage) **DM 29,80**

**Wagner:** Jugendfußball, Training und Betreuung. 160 Seiten **DM 23,80**

### 3. Torwarttraining

**Bucher:** 766 Spiel- und Übungsformen für den Fußball-Torhüter. 168 Seiten **DM 21,80**



**Sonderpreis! Hoek:** Der Fußball-Torwart. Eine systematische Gesamtdarstellung. 151 Seiten **DM 14,80**

**Hargitay:** Modernes Torwart-Training. 244 Seiten **DM 24,80**

**Maier, Sepp:** Super-Torwarttraining, 224 Seiten **DM 29,80**

**Thissen/Roelgen:** Torwartspiel im Fußball. 336 Seiten, 675 Abb. und Fotos **DM 32,00**

**Wagner:** Fußball-Torwarttraining, 96 Seiten **DM 16,80**

### 4. Übungssammlungen

**Benedek:** Fußball - 600 Übungen. 416 Seiten **DM 29,80**



**Benedek:** Zweikämpfe im Fußball. 133 Seiten **DM 24,00**

**Bischops/Gerards:** Tips für Spiele mit dem Fußball. 112 Seiten **DM 12,80**

**Bucher:** 1009 Spiel- und Übungsformen im Fußball. 224 S. **DM 30,80**

**Koch u. a.:** Fußball-Spielformen f. d. Vereinstraining. 132 S. **DM 14,80**



Tausend Ideen und Methoden für ein ganzes Trainingsjahr: systematische und erfolgreiche Trainingstips. 306 Seiten **DM 34,00**

**NEU! Mayer:** Spieltraining Fußball. 288 Seiten **DM 16,90**

**Wenzlaff:** 100 Spiele mit dem Fußball und Medizinball. 208 Seiten, 100 Skizzen **DM 29,80**

**Zeeb:** Fußball-Training (Planung, Durchführung), 4. Auflage, 280 S. **DM 39,80**

## 5. Sonstiges

**Bauer:** Fußballregeln leicht verständlich. 127 Seiten **DM 14,80**

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



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

**Sportdater 93/94:** Chronik und Handbuch für Training und Spielbetrieb (erscheint jedes Jahr vor Saisonbeginn neu) **DM 22,80**



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

**Wagner:** Fußball-Lehrhefte. Farbiger Kunststoffordner, 6 Einzel-Lehrhefte, 350 DIN-A4-Seiten, Register. Inhalt: Mannschaftsführung, Trainingslehre, Taktik, Praxis Grundlehrgang, Praxis Aufbaulehrgang, Sportmedizin **DM 46,00**

## IV. Für Sportlehrer

**Albrecht/Brüggemann:** Schulfußball - spielen, lernen, mitgestalten. 236 Seiten **DM 43,80**

**Busch:** Fußball in der Schule. 5. Aufl., 87 Seiten **DM 9,80**

**Ziegelitz:** Fußball in einem 7. Schuljahr. 102 Seiten **DM 18,80**

## V. BDFL-Kongreßberichte

(Lehrgänge des Bundes Dt. Fußball-Lehrer)

Berlin ('86) **DM 17,00**

Köln ('90) **DM 21,80**

# Trainer und Rhetorik



Ein Beitrag von  
**Reinhard Klante**

In den exemplarischen Situationen aus dem Trainer-Alltag, die im rechten Kasten skizziert sind, wirkt alles so einfach!

**Kurze Anweisungen – klare Aussagen. Wenige Informationen führen zu erwünschtem Verhalten oder stellen Schwierigkeiten unmittelbar ab.**

**In Wirklichkeit ist aber oft das Gegenteil zu beobachten: Dort lassen sich viele Situationen durchaus nicht so einfach lösen!**

**Eins ist aber klar: Alle Aktivitäten eines Trainers stehen unmittelbar in Verbindung mit Sprache. Und der richtige Umgang mit Sprache ist oft das Erfolgsrezept!**

## R H E T O R I K

### Alles im Fußball läuft über Sprache

*Viele Situationen auf dem Spielfeld und außerhalb des grünen Rasens hängen von der Informationsübermittlung ab. Sprache dient der Vermittlung. Sich verständlich machen, ist Rhetorik.*

► Ein gelungener Doppelpaß zwischen einem Mittelfeldspieler und einem Stürmer erscheint denkbar einfach. Der Stürmer fordert das Zuspiel des Mittelfeldspielers, dieser spielt an und löst sich anschließend sofort in den Rücken seines Gegners. Das Zuspiel in den freien Raum kann vom Mittelfeldspieler unbedrängt an- und mitgenommen werden. Der Gegner ist ausgespielt.

► Der Libero brüllt „raus“, nachdem der Gegner einen Rückpaß gespielt hat. Die Deckung baut daraufhin eine Abseitsfalle auf. Der ballführende Spieler der gegnerischen Mannschaft wird von zwei verteidigenden Spielern attackiert.

► Der Trainer erklärt an der Taktiktafel das „Hinterlaufen“.

Die gegnerischen Deckungsspieler sollen aus dem Zentrum herausgezogen werden, um für die nachrückenden Mittelfeldspieler einen größeren Spielraum im Angriffszentrum zu schaffen.

► Der Verteidiger sieht sich mit der gestellten Aufgabe für das kommende Spiel überfordert. Er hat Angst, zu versagen. Nach einem Gespräch mit dem Trainer betrachtet der Spieler die Aufgabe als schwierig, aber lösbar. Er ist motiviert und strahlt Erfolgszuversicht aus.

► ...der Streit konnte durch einen tragfähigen Kompromiß beigelegt werden ...

► ... nach einer „Gardinenpredigt“ spielte die Mannschaft in der zweiten Halbzeit wie ausgewechselt ...

Alle diese Situationen aus dem breiten Aufgabenfeld des Trainers hängen unmittelbar mit Sprache zusammen: Klar und unmißverständlich im Training, einfühlend im Einzelgespräch, abwägend in der Diskussion, sachlich und emotional in der Halbzeit. Ob Techniktraining, Taktikschulung, Motivation, Konfliktlösung – alles hat seine Vorgeschichte.

Die Abstimmung bis zum effektiven Doppelpaßspiel bedarf langer Vorbereitung und begleitender Informationen. Je besser das Zusammenspiel wird, desto weniger Sprache ist nötig. Das motivierende Einzelgespräch mit dem Verteidiger muß gezielt auf seine Persönlichkeit zugeschnitten sein.

## Vorüberlegungen zu einem Vortrag

Nicht selten müssen Trainer zu bestimmten Themen zusammenhängend Stellung beziehen. Mannschaftsbesprechungen, Äußerungen zu Spieleistungen vor der Presse, oder auch die Darstellung von langfristigen Konzepten im Verein fordern rhetorische Fähigkeiten.

### Zielsetzung

Wenn Sie sich bitte überlegen wollen, was an erster Stelle bei der Erarbeitung eines Vortrages zu beachten ist, dann kommen Sie sicher schnell zu dem Ergebnis, ein konkretes Ziel anstreben zu müssen.

Das Ziel eines Vortrages kann sein, die Zuhörer mit Sachinformationen auszustatten, aber auch Korrektur oder Kritik anzubringen. Ziel kann es aber auch sein, Überzeugungsarbeit zu leisten, die Zuhörer in die Verantwortung miteinzubeziehen, oder diesen Impulse für besondere Tätigkeiten zu geben.

Von der grundlegenden Absicht, die durch einen Vortrag erreicht werden soll, hängt eine Reihe von weiteren Faktoren und Überlegungen ab.

### Zielgruppe

Die Zuhörer eines Vortrages sind Ihre Partner! Um diesen Partnern Informationen zu vermitteln, muß ihnen angemessen begegnet werden.

Sowohl im sprachlichen Bereich wie auch in der Verwendung von Hilfsmitteln, der Mimik, der Gestik, der Lautstärke oder der Hervorhebung von wichtigen Aspekten, muß auf die Zielgruppe eingegangen werden.

### Umfeldbedingungen

Ein Vortrag im Kreis der Mannschaft oder im Zusammenhang einer Vorstandssitzung bzw. bei der Jahreshauptversammlung findet unter jeweils veränderten Bedingungen statt.

## Grundsätze für die Vortragsvorbereitung und -gestaltung

- *Setzen Sie sich ein Ziel!*
- *Achten Sie darauf, wer Ihnen zuhört!*
- *Bereiten Sie sich gut vor und gliedern Sie Ihr Konzept!*
- *Allgemeinwissen und Spezialkenntnisse geben Ihnen Spielraum und machen Sie flexibel!*
- *Suchen Sie Kontakt zu Ihren Zuhörern!*
- *Betrachten Sie Ihre Zuhörer als Partner mit fachlicher Kompetenz!*
- *Kompetenz, Dynamik und Auftreten sind die Grundlagen der Begeisterungsfähigkeit und Ihrer persönlichen Ausstrahlung!*

Die Größe des Zuhörerkreises, die räumlichen Bedingungen, die Einsatzmöglichkeiten von Hilfsmitteln, die verfügbare Zeit haben einen direkten Einfluß auf die Art der Vortragsgestaltung.

Sobald Sie sich über die Zielsetzung des Vortrages im Klaren sind und auch einschätzen können, was die Zuhörer von Ihnen erwarten, haben Sie die wichtigsten Schritte eingeleitet, um effektiv auftreten und einen zielgerichteten Vortrag halten zu können.

Unter Berücksichtigung der vorgegebenen Bedingungen läuft nun die Präsentation Ihres Themas nach einer klaren, vorgegebenen Systematik ab.

## Gestaltung eines Vortrags

### Einführung

Welcher Einstieg sollte nun ausgesucht werden, um einen Vortrag interessant zu gestalten?

Zunächst einmal sollte eine persönliche Vorstellung vorangehen. Danach ist es durchaus sinnvoll, im Überblick das Thema zu charakterisieren.

Schließlich müssen Sie überlegen, ob Sie in Ihrem Sprachgebrauch Begriffe verwenden, die nicht allen Zuhörern bekannt sind. Also definieren Sie demzufolge die von Ihnen verwendeten Arbeitsbegriffe!

### Persönliche Vorstellung

Ihre persönliche Vorstellung dient dazu, mitzuteilen, wer Sie sind, welche Funktion Sie bekleiden und wieso gerade Sie diesen Vortrag halten.

Eine persönliche Vorstellung sollte nicht so weit gehen, Ihren ganzen Lebenslauf auszubreiten, über Frau und Kinder zu sprechen oder allen Ihre Urlaubsziele mitzuteilen.

Die persönliche Vorstellung soll Ihre Kompetenz belegen und verdeutlichen, in welcher Beziehung Sie zu dem gestellten Thema stehen.

Für unsere Leser mit Sammel-Leidenschaft:



## ft-Telefonkarten in limitierter Auflage

Diese graphisch aufwendig gestaltete Rarität bietet Ihnen aufgrund der niedrigen Auflage von nur 1000 Exemplaren (zuzüglich Sammler-Service der Post) beste Wertsteigerungschancen.

Auslieferung nach der Reihenfolge des Bestelleingangs.

Gebühren-Nennwert DM 6,00.

**DM 39,00** + Porto

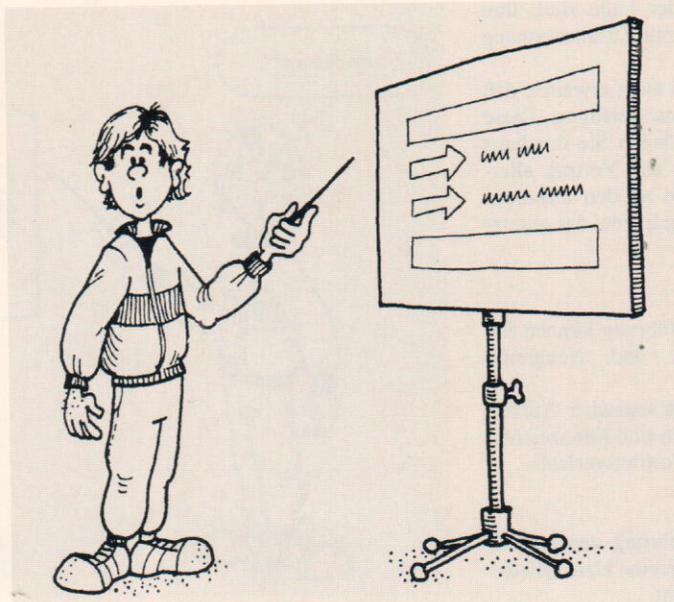
philippa

**Darstellung des Themas im Überblick**

Ein Zuhörer will wissen, was auf seine Person zukommt. Er hat zunächst keine Vorstellung darüber, welche Überlegungen Sie in Ihrer Planung angestellt haben. Er weiß auch nicht, wie lange sie zu reden beabsichtigen.

Um das Interesse von vornherein auf Ihr Thema zu lenken und um zu verdeutlichen, worauf Sie sich im besonderen einlassen wollen, ist es erforderlich, die wesentlichen Aspekte bereits zu Beginn zu nennen.

Hier sind eine Kurzfassung als Anschrieb im Tafelbild oder die Verwendung einer Folie bzw. auch die Vorlage von Arbeitsblättern von Bedeutung.



Ein Überblick über den geplanten Vortragsverlauf zu Beginn weckt das Interesse und erleichtert die Orientierung der Zuhörer.

**Definition von Arbeitsbegriffen**

Nachdem Sie Überlegungen über die Zielsetzung Ihres Vortrages angestellt haben und dabei auch berücksichtigen konnten, mit welchen Personen Sie rechnen müssen, ist nun alles dafür unternommen, daß Ihre sprachliche Darstellung des Themas die Zuhörer nicht überfordern wird.

Dennoch ist es unerlässlich, Fachbegriffe zu verwenden, die zum Thema gehören. Fachbegriffe müssen aber nicht immer jedem bekannt sein. Um Probleme von vornherein auszuschalten, ist zu überlegen, inwieweit nicht diese Begriffe besser zu Beginn kurz definiert werden sollten. Das Verständnis Ihres Vortrages wird damit erleichtert.

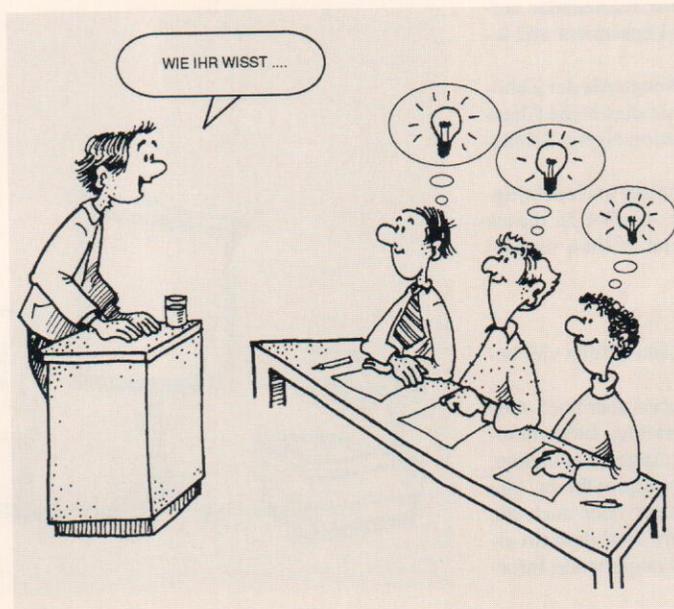
**Fachkompetenz**

Die Zuhörer sollten aber niemals mit Fachbegriffen überhäuft werden.

Geben Sie Ihren Zuhörern auch nicht das Gefühl der absoluten Überlegenheit!

Dennoch ist es wichtig, zu der gestellten Aufgabe über ein entsprechendes Allgemeinwissen zu verfügen. Dies bedeutet, daß sich der Vortragende bereits bei der Vorbereitung mit Fragen beschäftigt, die über den eigentlichen Themenbereich und die enggefaßte Aufgabenstellung hinausreichen.

Ein großes Allgemeinwissen erreicht bei den Zuhörern schnell den Eindruck, daß Sie als



Um als Vortragender die Sicherheit zu haben, daß alle Zuhörer folgen können, sollten erforderliche Fachbegriffe bereits zu Beginn kurz definiert werden.

**Perfektes Torwart-Training auf Video mit Torwarttrainer Frans Hoek**



Video 1: Das Basisprinzip der Torverteidigung. Ca. 45 Übungs-, Spiel- und Wettkampfformen u.a. mit den Profis von Ajax Amsterdam. Laufzeit: ca. 60 Min./farbig. DM 59,-

Video 2: Das Basisprinzip des Spielaufbaus. Vorlagen, flache und hohe Bälle, Zweikämpfe, Rückpässe zum Torwart. Laufzeit ca. 60 Min./farbig. DM 59,-

Video 3: Übungen mit der Netzurückprallwand „Frans Hoek Tsjoek“. Mehr als 50 verschiedene Übungsvarianten. Laufzeit: ca. 25 Min./farbig. DM 39,-

Videopakett 1 - 3: DM 149,-



Bestellschein Seite 8

Fachmann durchaus in der Lage sind, Ihre Thematik in einen größeren Zusammenhang einzuordnen.

Natürlich wird von Ihnen auch erwartet, daß Sie über Spezialkenntnisse verfügen. Diese besonderen Kenntnisse können Sie durchaus andeuten. Wenn dadurch der Vortrag allerdings überladen wird und an den Zuhörern vorbeigeht, wird es nicht gelingen, das gesetzte Ziel zu erreichen.

**Präsentation**

Mit einer gelungenen Einführung können Sie bereits Akzente setzen und Neugierde wecken.

Eine klare Gliederung, ein logischer Aufbau und der Einsatz von Medien sind Kennzeichen eines weiteren positiven Vortragsverlaufs.

**Logischer Aufbau**

Wie bereits in der Einführung verdeutlicht werden konnte, sind Sie um eine klare Gliederung Ihrer Aussagen bemüht.

Dabei ist darauf zu achten, daß die Abfolge Ihrer Aussagen schrittweise aufeinander aufbaut. Dieser Aufbau sollte konsequent und logisch erscheinen.

Versuchen Sie dabei, die Neugierde der Zuhörer zu erhalten und geben sie diesen die Chance, im Verlauf der Präsentation eigene Schlüsse zu ziehen.

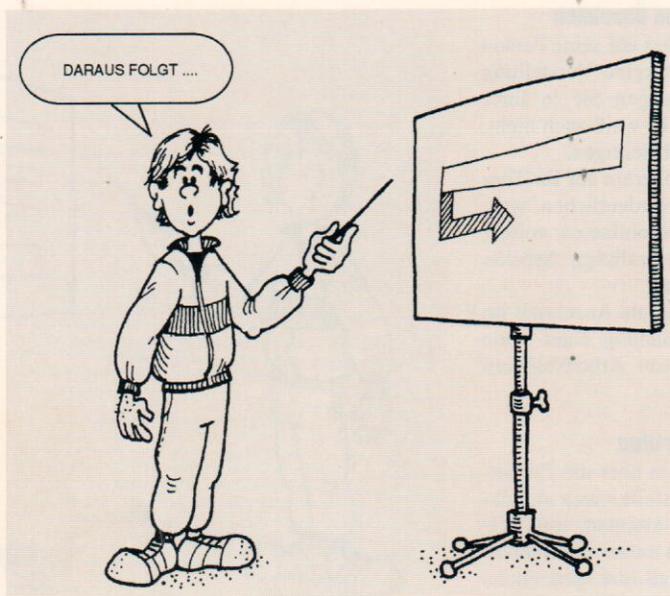
Vorweggenommene Ergebnisse und nachträgliche Erklärungen darüber, wie Sie zu diesen Ergebnissen gekommen sind, sollten vermieden werden!

**Hilfsmiteinsatz**

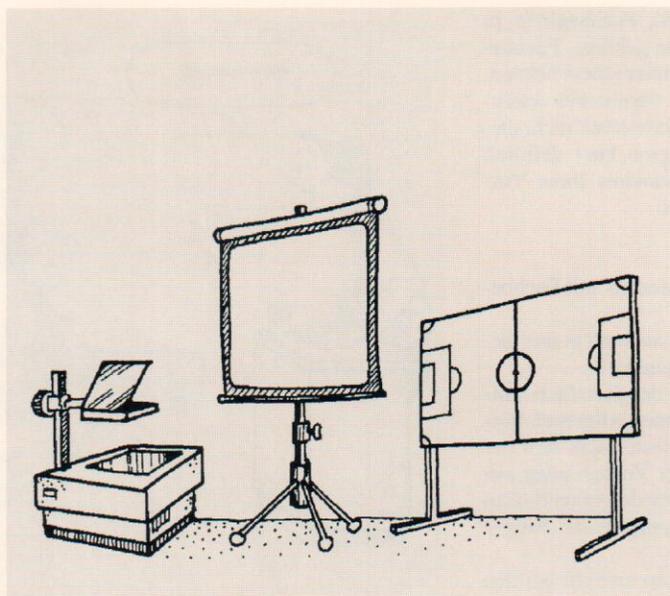
Durch die Sprache allein kann bereits viel bewegt werden.

Heutzutage sind die Menschen aber noch stärker als früher darauf ausgerichtet, Informationen der Umwelt „über das Auge“ einzuholen. Der Einsatz eines Overheadprojektors, die Verwendung einer Taktiktafel oder auch die Ausgabe von Arbeitsblättern sind deshalb eine gute unterstützende und begleitende Informationsquelle.

Keinesfalls aber sollte diese Form des Einsatzes von Hilfsmitteln überfrachtet werden. Wenige Schlüsselbegriffe auf der Folie begleiten und erschließen die sprachlichen Informationen. Einfache und klare Darstellungen an der Tafel (Taktiktafel) verdeutlichen den Hinter-



**Der Aufbau des Vortrags muß einen logischen Aufbau aufweisen, wenn er überzeugen und das Interesse der Zuhörer wachhalten soll.**



**Der Einsatz von verschiedenartigen Hilfsmitteln kann dazu dienen, auch kompliziertere Zusammenhänge anschaulicher darzustellen und zu vermitteln.**

grund der Aussagen. Arbeitsblätter sollten nicht vom Vortrag ablenken, sondern diesen begleiten und dem Zuhörer bei seiner persönlichen Nachbetrachtung eventuell als Inhaltsangabe dienen.

**Symbole**

Im Fußball ist es gerade bei anspruchsvolleren und komplizierteren taktischen Themen schwierig, diese innerhalb von Mannschaftsbesprechungen und Spielersitzungen aus-

**fußball training**

Die Zeitschrift für Trainer, Übungsleiter und Sportlehrer

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

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

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

Redaktionsanschrift: siehe bei Verlag

Anzeigenleitung: Peter Möllers

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

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

Telefon-Durchwahlnummern (Vorwahl Münster 02 51)

- Redaktion 2 30 05-63
- Anzeigenabteilung 2 30 05-28
- Abonnement/Vertrieb 2 30 05-17
- Buchhaltung 2 30 05-20
- Buchversand 2 30 05-11
- Telefax 2 30 05-99

Erscheinungsweise: Monatlich (elf Hefte im Jahr)

Bezugspreis: Für Abonnenten jährlich DM 67,20 (Ausland DM 69,60) inkl. Versandkosten. Einzelhefte: DM 6,- zzgl. DM 1,- Versandspesen. Bei Vereins-Sammelbestellungen ab 6 Hefen 20% Rabatt. 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. Mindestbezugsdauer 1 Jahr, Kündigungen nur schriftlich und mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres.

Gesamtherstellung: Graph. Betriebe E. Holterdorf, 59302 Oelde



Unserer Umwelt zuliebe wird diese Zeitschrift auf chlorfrei gebleichtem Papier bedruckt



Angeschlossen der Informationsgemeinschaft zur Feststellung der Verbreitung von Werbeträgern

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

Graphiken: Albert Bartel

Titelfoto: Bongarts

schließlich über verbale Beschreibungen darzustellen.

Hier ist die Verwendung einer Taktiktafel hilfreich. Die Gefahr, daß die Sprache der Erstellung eines Tafelbildes voraussetzt, ist dabei groß. Der Trainer muß sich deshalb Zeit lassen, um das Bild und das Wort miteinander zu verbinden. Er muß insbesondere darauf achten, richtige Symbole zu verwenden. Der Laufweg muß als Laufweg erkannt werden. Verteidiger und Angreifer müssen auseinander gehalten werden können usw.

Richtige Symbole und die Verbindung zwischen Sprache und Bild sowie eine klare Übersichtlichkeit sind die Grundlage dafür, daß die Spieler verstehen, worüber der Trainer spricht.

**Hinweise auf persönliche Erfahrungen**

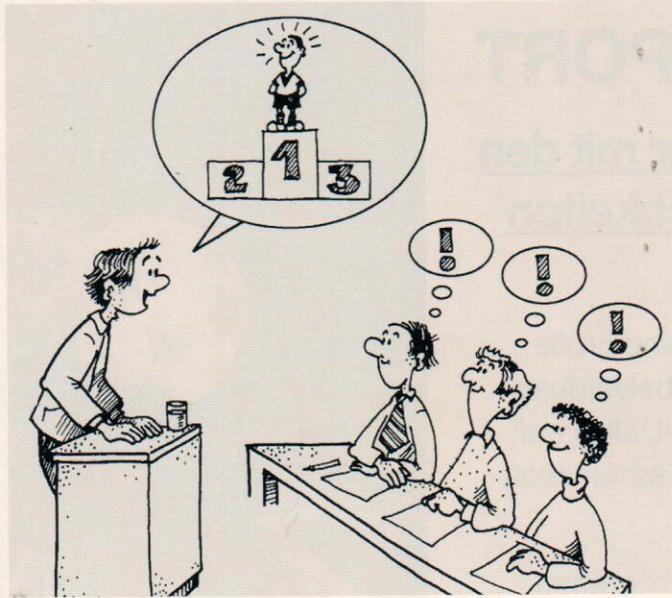
Der Redner kann über vieles sprechen. Die Frage ist, ob es der andere auch tatsächlich glaubt. Kurze, glaubhafte Hinweise auf eigene Erfahrungen zum angesprochenen Aufgaben- bzw. Themenbereich, zum dargestellten Problem oder auf die persönliche Haltung sind aus diesem Grund wichtig.

Der Zuhörer erkennt, daß die gestellten Aufgaben zu schaffen sind, nach dem Motto „Der Trainer kennt sich aus, der Trainer hat es selbst erlebt, der Trainer hat es im Griff.“

**Erfahrungsbereiche der Zuhörer**

Ein Vortrag ist letztendlich ein Gespräch bzw. ein Austausch zwischen Redner und Zuhörern. Bei diesem Austausch ist es äußerst wichtig, die Zuhörer möglichst weitreichend und oft einzubeziehen.

Dieses Einbeziehen kann leicht erreicht werden, indem auf die Erfahrungsbereiche der Zuhörer eingegangen wird. Sagen Sie doch: „Wie Ihr sicherlich wißt ...“ anstatt zu belehren: „Ich sage Euch, wie es geht!“ Das Einbeziehen der Zuhörer darf sich aber nicht auf diese sporadischen direkten Ansprachen beschränken. Das Ziel bleibt, sie zu Fachleuten und vollwertigen Partnern aufzubauen.



**Kurze Hinweise des Vortragenden auf eigene Erfahrungen können auflockern, überzeugen und eine „persönlichere Atmosphäre“ herstellen.**



**Das Interesse der Zuhörer wird gesteigert, wenn sie die Inhalte des Vortrags direkt mit eigenen, konkreten Erfahrungsbereichen verbinden können.**

**Neuerscheinung im November**

Deutscher Sportbund  
Bundesausschuß Leistungssport

**TRAINER 30 BIBLIOTHEK**

Gudrun Fröhner  
**Die Belastbarkeit als zentrale Größe im Nachwuchstraining**  
philippa

Ca. 176 Seiten,  
viele Abb. und  
Tabellen  
ca DM 32,80

**Wie belastbar sind Kinder und Jugendliche im Sport wirklich?**

Sportliche Ausbildung von Kindern und Jugendlichen ohne Berücksichtigung der wesentlichen entwicklungsbiologischen Grundlagen des Organismus erhöht die gesundheitlichen Risiken besonders bei Nachwuchssportlern. Außerdem wird das Leistungspotential nicht voll ausgeschöpft. Dieses Buch der Sportmedizinerin Gudrun Fröhner vermittelt auf dem Hintergrund langjähriger Erfahrungen in der Betreuung von sporttreibenden Kindern und Jugendlichen wesentliche Erkenntnisse einer entwicklungsgemäßen, belastbarkeitssichernden und -fördernden Trainingsgestaltung im Kindes- und Jugendalter sowie im späteren Leben.



Bestellschein Seite 8

# VAN HEMERT TEAMSPORT

## Ihr Hersteller mit den 1000 Möglichkeiten

Wir bieten Ihnen eine große Auswahl an Sportbekleidung mit der Möglichkeit, alles auf Ihre Größen und Farben abzustimmen.

Unser gesamtes Programm läßt bei keinem Verein oder Spieler Wünsche offen.

Nach dem Motto „**Raffiniert kombiniert**“ kommen auch die Kleinen ab Größe 140 und auch die ganz Großen bis Größe XXXL mit unserem Programm auf ihre Kosten.

### ● **Ausrüster im Fußball:**

1. Bundesliga VfB Leipzig
2. Bundesliga Hannover 96  
Amateur-Oberliga  
FC Union Berlin

### ● **Ausrüster im Handball:**

1. Bundesliga VfB Leipzig  
Damen

### ● **Werbepartner im Fußball:**

Ulf Kirsten

### ● **Werbepartner im Tischtennis:**

Borussia Düsseldorf



## **Fordern Sie unseren neuen Katalog TEAMSPORT '94 an!**

Der Verkauf steht von 9.00 bis 19.00 Uhr (samstags von 10.00 bis 13.00 Uhr) zur Verfügung.



**Van Hemert Sport GmbH**  
**Richard-Löchel-Straße 8**  
**47441 Moers-Hülsdonk**  
**Fax: 0 28 41 / 91 91-29**

PLZ 0 Tel.: 0 28 41 / 91 91-26

PLZ 1 Tel.: 0 28 41 / 91 91-23

PLZ 2 Tel.: 0 28 41 / 91 91-24

PLZ 3 Tel.: 0 28 41 / 91 91-25

PLZ 4 Tel.: 0 28 41 / 91 91-28

PLZ 5 Tel.: 0 28 41 / 91 91-27

PLZ 6 + 9 Tel.: 0 28 41 / 91 91-22

PLZ 7 + 8 Tel.: 0 28 41 / 91 91-21