



## INHALT

## Der Kreis schließt sich!



Als Vlado Stenzel Anfang der siebziger Jahre erstmals über die 3:2:1-Abwehr referierte, staunten selbst namhafte Trainer – einige bezeichneten die Idee auch als Humbug. Als Stenzel mit Kroatien 1972 in München Olympiasieger wurde, war genau diese Abwehrformation das Fundament

für den Gewinn der Goldmedaille.

Seither ist die 3:2:1-Abwehr in vielerlei Hinsicht weiterentwickelt worden. Mittlerweile wird sie nicht mehr vornehmlich zur 'Zerstörung' des Angriffs eingesetzt – was in der Regel unzählige Spielunterbrechungen und mitunter Hinausstellungen zur Folge hat –, vielmehr ist der regelkonforme Ballgewinn durch geschicktes 'Spielen mit Räumen' ihr Ziel. Die Abwehr reagiert nicht, sie agiert!

Um elementare Fähigkeiten für diese aktive Abwehrspielweise wie Antizipation, Kooperation und die spezifische Athletik auszubilden, schreibt der DHB in seiner Rahmentrainingskonzeption für Kinder- und Jugendwettspiele offensive Abwehrformationen wie die 3:2:1-Abwehr vor. Jürgen Lebherz, Trainer der Bundesligareserve des HBW Balingen-Weilstetten, erklärt in seinem Beitrag *Der Angreiferangreifer*, wie man das 3:2:1-Abwehrtraining vernünftig konzipiert, und als I-Tüpfelchen zeigt Dietrich Späte am Beispiel des WM-Zweiten, wie auch Jahrzehnte nach Stenzel eine moderne kroatische 3:2:1-Abwehr in Perfektion gespielt wird. Sie sehen, der Kreis schließt sich!

Frauke Korfsmeier

Abwehr

### Die 3:2:1-Abwehr – ein Evergreen!

4

Von Dietrich Späte

### Taktik

Psychologie

### Siegen ist nichts für Verlierer, Teil 2

12

Von Sandra Mroz und Frauke Korfsmeier

### Anfänger

Kooperation Schule – Verein

### Wenn Schüler Schule machen, Teil 2

18

Von Sandra Mroz und Frauke Korfsmeier

### Rahmentrainingskonzeption

Abwehr

### Der Angreiferangreifer, Teil 4

24

Von Jürgen Lebherz

### Torwart

Rahmentrainingskonzeption

### Schnelle Bewegungen mit Körperkontrolle

32

Von Axel Strienz

### Impressum/Vorschau

39

## Neuerscheinungen im Philippka-Sportverlag

### Leistungsreserve Handeltraining

Handbuch des Gewichthebens für alle Sportarten

- ▶ Grundlagen des Krafttrainings mit der Langhantel, seine Bedeutung im Sport allgemein, Sicherheitsaspekte und Gerätebedarf
- ▶ Langhanteltraining im Nachwuchssport
- ▶ Krafttraining systematisch planen und durchführen, in den Individual- und in den Team-sportarten
- ▶ Kleine Dehn- und Beweglichkeitsfibel im Langhanteltraining

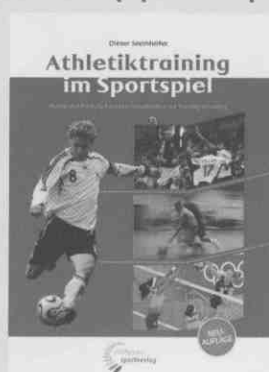


144 S. • A4-Format • 1. Aufl. • 24,80 €

### Athletiktraining im Sportspiel

Theorie und Praxis zu Kondition, Koordination und Trainingssteuerung

- ▶ Trainingswissenschaftliche Grundlagen der Sport-spiele
- ▶ Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination im Sportspiel; viele anschauliche Übungsvorschläge; Besonderheiten des Kinder- und Jugendtrainings
- ▶ Grundlagen/Modelle der Trainingsplanung und -steuerung sowie ihre praktische Umsetzung



392 Seiten • veränd. Neuaufl. (früher: Grundlagen des Athletiktrainings) • 27,80 €



Bestellen Sie ganz einfach

per Telefon: 02 51/23 00 5-15

per E-Mail: abo@philippka.de

per Telefax: 02 51/23 00 5-99

oder per Post: Postfach 150105, 48061 Münster