

Technik/Taktik**Schon im Jugendtraining mentale Strategien entwickeln** **6**

Von Anders Lundin

Technik**Schnell am Gegner sein!** **22**

Von Christian Schwarzer, Klaus-Dieter Petersen und Christof Armbruster

Technik**Überzieher & Co – Durchbruchvarianten zur Wurfarmgegenseite** **32**

Von Dietrich Späte

Technik**Durchbruch zur Wurfarm-Gegenseite mit Durchstecken des Wurfarms (Methodik)** **42**

Von Jörg Bohrmann

Torwart**Torwarttraining mit erschwerter Wahrnehmung** **46**

Von Michael Biegler

Technik**Techniken der Könner Teil 1** **53**

Von Klaus Langhoff

Torwart**Aufwärmen bitte abwechslungsreich!** **59**

Von Renate Schubert

Technik**Passpräzision und Passgeschwindigkeit – limitierende Faktoren des Angriffsspiels** **66**

Von André Fuhr

Technik/Taktik**Das Medium Video richtig einsetzen** **70**

Von Christoph Dreckmann und Karsten Görzdorf

Im Fokus**Let's play Harzball!** **74**

Von Klaus Feldmann



Medienkonzept zu innovativem Abwehrtraining in Vorbereitung!

Viele Trainer können ein Lied davon singen, dass es ungleich schwieriger ist, die Spieler für Abwehrtraining als für Angriffstraining zu motivieren; außerdem mangelt es den Übungen häufig auch an der heute notwendigen Intensität – traditionelle Abwehrübungen sind oft einfach nicht mehr zeitgemäß.

Der Beitrag von Michael Biegler in Heft 7/2009 – damals noch Trainer beim SC Magdeburg – hat ein sehr großes Leserecho gefunden. Sein trainingsmethodischer Ansatz für ein „Defense-Pressure-Training“ ist in jeder Hinsicht als innovativ und richtungsweisend anzusehen:

- komplexe Trainingsformen in Verbindung mit der Wahrnehmung ständig neuer Spielsituationen