

handballtraining



Die Trainerzeitschrift des Deutschen Handballbundes für alle Leistungsklassen



Trainingsgestaltung

Einfach und effizient –
von Anfang bis Ende

Umschaltverhalten

Ein wichtiger Baustein –
auch beim Aufwärmen

Vom vierten Rückraumspieler bis zur Crunchtime-Taktik

Die WM in der Analyse

DAS DIGITALE HANDBALL- TRAININGSPORTAL FÜR HALLE UND BEACH




Gratis-Überblick
über die Ziele der fünf
Ausbildungsstufen in
Halle und Beach!
Freischaltung aller
Inhalte mit vielen
Bildern und Videos
NUR 20 €



**Du möchtest professionelles
und trotzdem einfach erklärtes
Handball-Wissen?**

Dann hole dir die umfassende RTK
(Rahmentrainingskonzeption) für den Hallen- und Beachhandball!

**DER WEGWEISER FÜR TRAINER*INNEN,
DIE TALENTE FÖRDERN WOLLEN!**

-  **TRAININGSINHALTE FÜR DIE
TALENTENTWICKLUNG**
-  **LANGFRISTIGER ATHLETISCHER
LEISTUNGSaufbau**
-  **ORIENTIERUNG FÜR TRAINER*INNEN**

RTK für den Beachhandball

- > enge Verknüpfung mit der Hallen-RTK und dem Athletikkonzept
- > praxisnahe Darstellung mittels Bildern, Bildreihen, Videos, Spielfeldabbildungen und Grafiken

+ DHB-TrainercenterTV:
mehr als 120 Videos
mit zahlreichen Spiel-
und Übungsformen

Gehe jetzt auf: **dhb-rtk.de | dhb-beach-rtk.de**





Der vierte Rückraumspieler etabliert sich auf Top-Level

Handball ist ein schnelllebiges Geschäft: Kaum war die Weltmeisterschaft Anfang Februar Geschichte, ging es in der Bundesliga und im Europapokal schon wieder um Punkte. Stillstand kennt unsere Sportart nicht. Dennoch lohnt es sich in vielerlei Hinsicht, nochmals einen Blick zurück und darauf zu werfen, welche Erkenntnisse sich aus den vergangenen Titelkämpfen ziehen lassen.

So widmet sich Klaus Feldmann im ersten Teil unserer WM-Analyse der Frage, wie entscheidend der Einfluss eines Trainers auf den Ausgang eines Spiels sein kann. Dazu hat er sich exemplarisch den Klassiker zwischen Spanien und Schweden aus der WM-Hauptrunde angesehen und zeigt auf, mit welchen Maßnahmen der spanische Trainer Jordi Ribeira sein Team nach einem zwischenzeitlich hohen Rückstand doch noch zu einem Punktgewinn führte.

Zudem hat das taktische Mittel des vierten Rückraumspielers im internationalen Handball an Bedeutung gewonnen. Insbesondere die italienische Nationalmannschaft und ihr Trainer Riccardo Trillini setzten bei der WM oftmals auf die Spielweise ohne festen Kreisläufer. In seinem Beitrag gibt Dr. Julian Bauer – Mitglied des Lehrstabes des Deutschen Handballbundes – Ihnen einen Einblick in Vorteile und taktische Abläufe dieses Systems. Des Weiteren geht er darauf ein, dass diese Idee zwar völlig neu erscheinen mag, sie letztlich aber schon vor über 15 Jahren in einem *ht*-Beitrag von Dr. Rolf Brack vorgestellt wurde.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihr

David Hoffmann



Ein perfekter Spielertyp für das System des vierten Rückraumspielers: Der Italiener Simone Mengon in Diensten des ThSV Eisenach stellte bei der WM erneut unter Beweis, dass er über herausragende Fähigkeiten für diese Spielweise verfügt.

handballtraining KARTOTHEK



SPIELE UND WETTKÄMPFE
für Handballer

SPIELE UND WETTKÄMPFE

... zunächst als einfache Grundform, gefolgt von vielen Variationen!

Spiele und Wettkämpfe.

50 Trainingskarten,
A6-Format, 12,80 Euro

0251/23005-11

... bereit für die nächste WM!

HUCK Handballnetze bei Ihrem Fachhändler.



Manfred Huck GmbH · www.huck.net

HUCK

ANALYSE

06 DÉJÀ-VU

Spaniens Crunchtime-Taktik unter der Lupe
Von Klaus Feldmann

16 NEUER ANSTRICH FÜR ALTBEKANNTES TEIL 1

Vier Rückraumspieler im taktischen Fokus
Von Dr. Julian Bauer



Foto: IMAGO/NTB

38



Foto: IMAGO/Pixsell

TRAININGSPRAXIS

14 NETZFUND

Angriffsgrundbewegungen mit Turnbänken schulen
Von der *ht*-Redaktion

26 EFFIZIENT TRAINIEREN: *EINE ORGANISATIONS-* *FORM SCHRITTWEISE ERWEITERN* TEIL 1

Von Thomas Hammerschmidt und Alexander Nolte

38 UMSCHALTEN IN JEDER PHASE DES TRAININGS

Ein Beitrag zur komplexen Gestaltung der
Aufwärmphase
Von David Hoffmann

TRAINERWISSEN

34 SPIELTAGSAKTIVIERUNG

Der Schlüssel zur optimalen
Wettkampfleistung
Von Dr. Simon Overkamp



Foto: IMAGO/wolf-sportfoto

34

BETRETEN DER SPIELFLÄCHE MIT DER FALSCHEN KLEIDUNG?

Was ist zu tun, wenn ein Auswechselspieler in beispielsweise einer Trainingsjacke die Spielfläche betritt?

Von der *ht*-Redaktion



T-Shirt-Panne: Olympia-Überflieger Renārs Uščins im falschen Dress-Code bei der Medaillenübergabe.

Foto: IMAGO/Eibner

Die einfache Antwort

Gemäß der Guidelines (Betreten der Spielfläche mit falscher Spielkleidungsfarbe oder Spielernummer) führt ein Vergehen im Sinne der Regeln 4:7 und 4:8 nicht zu Ballbesitzwechsel, sondern lediglich zu einer Spielunterbrechung.

Die Spielfortsetzung geht mit Wurf durch diejenige Mannschaft weiter, die sich bei Spielunterbrechung in Ballbesitz befand.

In Regel 13:4 heißt es: Zusätzlich zu den Situationen gemäß Regel 13:1a-b wird in bestimmten Fällen, in denen das Spiel ohne Regelwidrigkeit einer Mannschaft unterbrochen wird, d. h., wenn der Ball im Spiel ist, ein Freiwurf zur Wiederaufnahme des Spiels gegeben. Eine persönliche Strafe des Mannschaftenverantwortlichen ist in diesem Fall nicht regelgerecht.

Strafwürdiges Verhalten

In welchen Fällen ein Mannschaftenverantwortlicher bestraft werden muss bzw. nicht bestraft wird, ergibt sich aus den Regelfragen des DHB-Schiedsrichterwesens:

4.34 In welchen der folgenden Fälle ist der Mannschaftenverantwortliche persönlich zu bestrafen?

Richtige Antworten:

- > Wenn sich ab Spielbeginn im Auswechselraum Personen aufhalten, die nicht im Spielprotokoll eingetragen sind.
- > Wenn ein nicht teilnahmeberechtigter Spieler seiner Mannschaft die Spielfläche betritt.
- > Wenn nach Beginn des Spiels festgestellt wird, dass regelwidrige Ausrüstung verwendet wird.
- > Bei Regelverstößen im Auswechselraum, die nicht eindeutig einer bestimmten Person zugeordnet werden können.

4.59 Mannschaft WEISS ist in Ballbesitz, als der Zeitnehmer das Spiel unterbricht. Der Zeitnehmer teilt den Schiedsrichtern mit, dass WEISS 11 die Spielfläche betreten hat, aber kein Spieler WEISS 11 im Spielprotokoll eingetragen ist. Es stellt sich heraus, dass der Spieler vom Mannschaftenverantwortlichen irrtümlich als Nummer 13 eingetragen wurde. Wie ist zu entscheiden?

Richtige Antworten:

- > Freiwurf für Mannschaft WEISS
- > Der Fehler wird korrigiert und WEISS 11 ist berechtigt am Spiel teilzunehmen.
- > Hinweis im Spielbericht

DÉJÀ-VU

Spaniens Crunchtime-Taktik unter der Lupe

Von Klaus Feldmann



Foto: IMAGO/NTB

Nach der Erweiterung der Handball-Weltmeisterschaften auf 32 teilnehmende Nationen konnte man in Kroatien, Dänemark und Norwegen einerseits Neulinge wie Italien und Guinea im internationalen Vergleich sehen und andererseits die Duelle der etablierten Teams beobachten. Spiele zwischen Spanien und Schweden gehören zu diesen Klassikern, die auch in der Vergangenheit von einer besonderen Dynamik geprägt waren. Und genau diese wiederholte sich am letzten Spieltag der Vorrundengruppe F in Oslo.

Die Ausgangslage

Sowohl Schweden als auch Spanien hatten die Spiele gegen die anderen Gruppengegner Japan und Chile deutlich gewonnen; beide Teams waren für die Hauptrunde qualifiziert. Doch in diesem Spiel ging es um den Gruppensieg, beziehungsweise um die Frage, wer mit wie vielen Punkten in die Hauptrunde einzieht. Ein kleines Finale also.

Ein denkwürdiges Endspiel hatten Spanien und Schweden bereits vor sieben Jahren bei der Europameisterschaft in Kroatien gespielt, denn damals hatten die Iberer einen Rückstand von zwei Toren zur Pause in eine Führung mit sieben Toren in der 49. Minute gedreht. Entscheidend war seinerzeit die Umstellung der spanischen Abwehr von 6:0 auf 5:1. Eine detaillierte Analyse dieser Spielphase erschien in *ht* 09+10/2018.

Dass dies keine Eintagsfliege war, belegen beispielsweise die Ergebnisse vom olympischen Turnier 2021 in Tokio. Info 1 zeigt, dass von 38 Spielen der Männer nur acht gedreht werden konnten. Interessant ist dabei die Tatsache, dass fünf Nationen bei den Männern (Norwegen, Schweden, Portugal, Bahrain und Dänemark) je ein Spiel nach einem Halbzeit-Rückstand noch für sich entscheiden konnten. Spanien hingegen drehte drei Spiele (die Vorrunden-Begegnungen gegen Deutschland und Norwegen sowie das Achtelfinale gegen Schweden). In der K.-o.-Runde war das Ach-

telfinale Spanien gegen Schweden das einzige Spiel, in dem die zur Pause zurückliegende Mannschaft am Ende als Sieger vom Feld ging. Eine Betrachtung der Partien, die Spanien nach der Pause zu seinen Gunsten wenden konnte, zeigt – bei aller Vorsicht in der Interpretation – eine gewisse Wirksamkeit der Interventionen von Jordi Ribera (Info 2). An dieser Stelle müsste sich eine detaillierte Videoanalyse anschließen, die sich auf die konkret umgesetzten taktischen Maßnahmen der Spanier bezieht. Doch auch ohne eine solche Untersuchung ist bekannt, dass sich Spanien von den anderen Nationen vor allem dadurch abhebt, dass das Team zwei Abwehrsysteme (6:0 und 5:1) beherrscht, die sehr aktiv und ballgewinnorientiert gespielt werden. Selbst, wenn die gegnerische Mannschaft auf den 7. Feldspieler zurückgreift, lässt sich die spanische Verteidigung nicht in eine komplett defensive und reagierende Spielweise drängen.

Info 1: Halbzeit- und Endstände bei dem olympischen Turnier 2021

Halbzeitstand	Endstand	Männer
Führung Team A	Führung Team A	26
Führung Team A	Unentschieden	0
Führung Team A	Führung Team B	8
Unentschieden	Führung Team A	4
		38

Info 2: Spielverläufe in den letzten Minuten der 2. Halbzeit (Olympisches Turnier 2021)

Spanien gegen Deutschland

Halbzeit	Crunchtime	Endstand	Spielminute	Detaillierter Spielverlauf
12:13	25:25	28:27	38:27	> Den Rückstand zur Pause wandelt Spanien in eine Führung mit drei Toren (16:19).
			45:55	> Das Spiel steht wieder unentschieden (21:21) und in der Folge wechselt die Führung mehrfach, beträgt aber immer nur ein Tor.
			58:09	> TTO bei Rückstand mit einem Tor (26:27).
			60:00	> Spanien gewinnt mit einem Tor (28:27).

Spanien gegen Norwegen

Halbzeit	Crunchtime	Endstand	Spielminute	Detaillierter Spielverlauf
13:14	26:24	28:27	36:57	> Den knappen Rückstand zur Pause kann Spanien ausgleichen (17:17) und in der Folge führt Spanien mit ein oder zwei Toren.
			47:50	> Nochmals Gleichstand (22:22)
			53:09	> Spanien führt mit drei Toren (26:23).
			59:42	> TTO, nachdem Norwegen wieder ausgeglichen hat (27:27).
			60:00	> Spanien gewinnt mit einem Tor (28:27).

Spanien gegen Schweden

Halbzeit	Crunchtime	Endstand	Spielminute	Detaillierter Spielverlauf
18:20	32:30	34:33	45:21	> TTO, nachdem der Rückstand nach der Halbzeit von zwei auf vier Tore angewachsen ist (25:29).
			56:52	> Spanien führt mit drei Toren (33:30).
			59:02	> TTO, nachdem Schweden wieder auf ein Tor herangekommen ist (33:32); Spanien erhöht die Führung wieder auf zwei Tore (34:32).
			60:00	> Spanien gewinnt mit einem Tor (34:33).