

Fußballtraining JUNIOR



Die Zeitschrift für Kinderfußball
in Verein und Schule



Zu Besuch bei Thomas Broich und Hertha BSC Berlin

»GUTE FUSSBALLER WERDEN IM 3 GEGEN 3 GEMACHT!«

HILFT MIR DAS?

Der große
Sportgeräte-Test

KONDITION, KOPFBALL & CO!

Das Pro und Contra
strittiger Trainingsthemen

NEUER WEG

Die „Rebellion“
des FC St. Pauli



T-PRO BallDeflector (kantig)
Abfänger, geeignet für Torwart- und Passtraining, Maße: 800 x 250 mm, Höhe: 70 mm, Farbe: schwarz, hochwertig verarbeitet, sehr robust, Profware

Art.Nr. 2677 nur € 17,90



Reaktionsball - Spezialball
Pyramidenform, Gewicht ca. 323 g, Glossy-PU Material (glänzend), tolle Optik, wasserabweisend, hochwertige TPU-Ballblase, für das Training von Reaktionen, Reflexen und Schnelligkeit, Profware

Art.Nr. 1963 nur € 9,90



Flag Football-Gürtel (2 Größen)
Hochwertig, 2 Größen: Junior (3-12 Jahre) und Senior (Erwachsene und Jugendliche ab 13 Jahre), je 2 Teile, in gelb, rot, blau, Reaktionstraining, schult visuelle & kognitive Fähigkeiten, verstellbarer Gürt, bequemer Tragekomfort, Kinderfangspiel, Profware

Junior Art.Nr. 2453 nur € 3,20 Senior Art.Nr. 2454 nur € 3,50

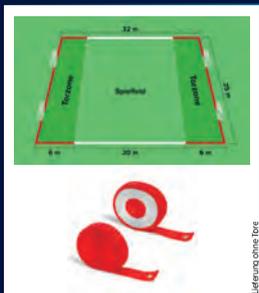
Aufbewahrungstasche für Flag Football-Gürtel
bietet Platz für ca. 30 Flag Football-Gürtel, ca. ø 28 cm, Höhe ca. 21 cm, Tragegriff für einfachen Transport, mit Doppel-Reißverschluss und integrierten Belüftungsnetzen, strapazierfähiges Material (abwaschbar) sehr robuste Profware

Art.Nr. 4135 nur € 6,90



Prallwand (Passtrainer)
4 in 1 Prallwand, mit verschiedenen Winkeln und Oberflächen, Maße ca. 100 x 25 cm (B x H), inkl. Sandsack zur Stabilität, 4 Erdanker, Material: Kunststoff/Aluminium einsetzbar auf Rasen, Kunstrasen und in der Halle, absolute Profware mit super Pralleffekt

Art.Nr. 4228 nur € 79,90



FUNino Spielfeldmarkierung - mit Schusszonen
Inkl. 12 Erdhägeln, Aufbewahrungsbeutel, mit 2-farbigem Spiel- und Schusszonen für ein optimales und mobiles Markieren Ihres FUNino Spielfeldes mit den Maßen: 32 x 25 m, leichtes Ab- und Aufrollen, ideal geeignet für Resenplätze, Profqualität

Art.Nr. 3958 nur € 44,90



T-PRO Stadium - aufblasbare Spielfelder für Minitore
ø ca. 60 cm, inkl. Hochleistungs-Pumpe (800 W), inkl. XL Transporttasche, kurze Aufbauzeit, einfach, sicher und robust, strapazierfähiges PVC, robuste Klettverschluss für die Minitore, sehr gut für Events und Fußballcamps geeignet, sehr lange, konstanter Luftdruck ohne Nachpumpen, große Ablassventile, für schnellen Abbau, inkl. Werkzeug zum Öffnen und Schließen der Ablassventile, im Auto transportierbar maximaler Spaß, Profqualität

T-PRO Stadium (15x10 m) - für 2 Minitore
Ideal für 3 gegen 3, auf 2 Minitore, inkl. 2 XL Transporttaschen, kurze Aufbauzeit: ca. 5-10 Minuten

Art.Nr. 4253 nur € 1.690,90

T-PRO Stadium (22x17 m) - für 4 Minitore
Ideal für 3 gegen 3, auf 4 Minitore inkl. 3 XL Transporttaschen, kurze Aufbauzeit: ca. 10-12 Minuten

Art.Nr. 4254 nur € 2.290,90



Aluminium Minitor
Inkl. Netz, stabil verschweißt, runde Torpfosten, ø ca. 8 cm, zusammenklappbar, Hallenbodenkratztenschutz, Erdhaken für die Verankerung, in- & outdoor, Profqualität

1,20 x 0,80 m Art.Nr. 1072 nur € 179,90
1,50 x 1,00 m Art.Nr. 2492 nur € 219,90
1,80 x 1,20 m Art.Nr. 1260 nur € 299,90

Tornetz mit Netzdruck - für Minitor
Hochwertig, Aufdruck beidseitig erkennbar für beide Netzgrößen erhältlich, Farbe Netz: Weiß, Aufdruck: mehrfarbig (Aufdruck in Weiß nicht möglich), Profqualität

Art.Nr. 4208 ab nur € 34,90



Toreverkleinerer für Jugendfußballtore 5 x 2 m

Goal-Downsizer flex
Auf flexible Höhen einstellbar, sehr robustes und flexibles Outdoor-Gummiband, Original-Maß ca. 335 x 65 cm, Stretch-Maß: ca. 499 x 65 cm, inkl. Spanngummis, einfache und schnelle Montage, Indoor und Outdoor geeignete Profware

Einzel Art.Nr. 4286 nur € 19,90
2er Set Art.Nr. 4286 nur € 36,90

Goal-Downsizer
Reduzierung auf ca. 165cm Höhe, 1x Querlatte-Banner (ca. 495 x 33 cm), sehr robuste Outdoor-Plane inkl. Tragetasche, inkl. Spanngummis, einfache und schnelle Montage, geeignet für drinnen und draußen, Profware

Einzel Art.Nr. 4158 nur € 49,90
2er Set Art.Nr. 4158 nur € 89,90

Goal-Downsizer comfort
Banner: 1x Querlatte - ca. 495 x 50 cm, 2x Torpfosten - ca. 195 x 25 cm, inkl. Tragetasche, inkl. Spanngummis, inkl. 2x Sandsack, in blau/weiß, einfache und schnelle Montage, geeignet für drinnen und draußen

Einzel Art.Nr. 4028 nur € 89,90
2er Set Art.Nr. 4028 nur € 169,90



Aluminium Minitore (klappbar)
Inkl. Netz, stabil, runde Torpfosten (ø ca. 6 cm), Gewicht ca. 5 bzw. 6kg, Hallenbodenkratztenschutz, geeignet für drin und draußen, leicht zusammenklappbar, gut transportierbar, Profqualität

1,20 x 0,80 m Art.Nr. 2654 nur € 99,90
1,50 x 1,00 m Art.Nr. 3221 nur € 129,90

Tornetz mit Netzdruck - für Minitor klappbar
Hochwertig, Aufdruck beidseitig erkennbar für beide Netzgrößen erhältlich, Farbe Netz: Weiß, Aufdruck: mehrfarbig (Aufdruck in Weiß nicht möglich), Profqualität

Art.Nr. 4043 ab nur € 29,90



Aluminium Fußballtore (Kleinfeldtore)
Stabile Aluminium Fußballtore in Profqualität - TÜV-geprüft, inkl. Tornetz (wahlweise Weiß, Grün, Rot/Weiß, Blau/Weiß, Schwarz/Weiß), inkl. Netzrahmen, Auslage 120cm, stabil verschweißt, runde Torpfosten, ideal geeignet für Sportplätze, Gärten, uvm., robust und langlebig, wetterbeständig, Profqualität

3 x 2 m Art.Nr. 4268 nur € 599,90
4 x 2 m Art.Nr. 4270 nur € 699,90

Bodenverankerung (2er Set) - für Fußballtor
Innovativer Kipperschutz für einen sicheren Stand! Inkl. Schraubenschlüssel zum Eindrehen Anzahl: 2 Stück, Länge: je 25 cm, ideal für Naturrasen geeignet. Robuste und praktische Profware

Art.Nr. 4266 nur € 9,90

Trainingshilfen - Trainerbedarf - Trainingspläne - Vereinsbedarf
Sportplatzbedarf - Sportbekleidungund vieles mehr!

Der Onlineshop für den modernen Trainer!

Nahezu alle Artikel innerhalb von 24h versandfertig. Die Katalogpreise verstehen sich als unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers, inkl. der gesetzlichen MwSt. Produkttechnische Änderungen und Preispassungen, die der Verbesserung des Produkts dienen behalten wir uns vor. Alle aktuellen Produkte, inkl. der Preise gelten immer wie online angeboten.

Tagesaktuelle, oft deutlich günstigere Preise finden Sie in unseren Online-Shop!

Service-Kontakt:
info@teamsportbedarf.de



Offizieller Partner für Trainingshilfen



KÖPFEN? JA, ABER NUR MIT „KÖPFCHEN“!

Kinderfußball ist kein reduzierter Erwachsenenfußball. Und genau deshalb ist es so wichtig, alle Trainingsthemen, die bei den „Großen“ auf der Agenda stehen, sorgfältig auf ihre Eignung für die „Kleinen“ zu überprüfen. So gelten Konditions- und Kopfballtraining, gruppen- und mannschaftstaktisches Verteidigen oder Rondos im Grundlagenbereich gemeinhin als verpönt. Und doch sehen wir diese Inhalte bei den Minis, F- und E-Junioren immer wieder. Doch sind diese Themen wirklich zu Recht tabuisiert? Oder ist vielleicht oftmals nur deren Umsetzung nicht kindgerecht?

Ein gutes Beispiel ist das Konditionstraining. Unstrittig ist, dass stupides Rundenlaufen um den Platz nicht in ein gutes Kinderfußballtraining gehört. Aber sind nicht die motorischen Grundfähigkeiten der Kondition wie Beweglichkeit, Schnelligkeit und Koordination auch für Kinder enorm wichtig? Sie lassen sich schließlich auch noch bestens über Staffel-/Fangspiele und Wettläufe entwickeln. Und da würde wohl kaum ein Trainer sagen, dass sie nicht in ein Kindertraining gehören – oder?

Genau so verhält es sich mit dem Kopfballspiel. Der DFB hat bereits vor geraumer Zeit auf altersgemäße Regelungen statt auf kategorische Verbote gesetzt. Dafür sorgen nicht nur die neuen Spielformen, nach denen das Spiel vorrangig flach über der Grasnarbe stattfinden soll. Auch der Einsatz des Ballmaterials ist hier maßgeblich: Köpfen mit einem Softball oder gar einem Luftballon nimmt den Kleinsten nicht nur peu à peu die Angst, dass die Technik wehtut, sondern macht auch noch riesigen Spaß. „Köpfen mit Köpfchen“ lautet hier der Slogan, der in abgewandelter Form auch für alle anderen strittigen Themen taugt: Denn wer mit „Köpfchen“ und Weitblick die passenden Trainingsinhalte auswählt, der kann auch vermeintlich verpönte Schwerpunkte plötzlich kindgerecht gestalten.

Gleich acht FT-Experten haben die oben erwähnten Themen unter die Lupe genommen und sind in Pro- und Contra-Rollen geschlüpft. Warum sie sie unbedingt im Kinderfußball sehen möchten oder kategorisch ausschließen, lest ihr in dieser Ausgabe.

MARC KUHLMANN



SportBöckmann

UEFA EURO 2024
FUSSBALLLIEBE



ADIDAS FUSSBALL JUNIOR
„FUSSBALLLIEBE“

UVP ~~€ 30,00~~ AB € 17,95

ART. IN9376 350G, GR. 4, 5

IN9370 290G, GR. 4, 5



ADIDAS FUSSBALL LEAGUE
„FUSSBALLLIEBE“

UVP ~~€ 40,00~~ AB € 23,95

ART. IN9367



ABSOLUTE
TEAMSPORT

HOTLINE: 0 54 94/98 88-0

ABSOLUTE-TEAMSPORT-BOECKMANN.DE



HAMBURG CALLING!
von Marc Kuhlmann

36

INHALT

HEFTSCHWERPUNKT

KÖPFEN MIT KÖPFCHEN

16 Pro und Contra zum Erlernen des Kopfballspiels
von Bruno Vallon und Thorsten Pehl

KONDITION BOLZEN DURCH „BOLZEN“

20 Pro und Contra zum Konditionstraining
von Dominic Demenat und Niklas Nolte

WILLST DU AUCH EIN BALLDIEB SEIN?

24 Pro und Contra zum Erlernen des Verteidigens
von Thomas Stillitano und Felix Melchers

RONDOS OHNE TORE – JA ODER NEIN?

28 Pro und Contra zum Spielen von Rondos
von Stephan Edelhäuser und Christopher Toetz

AUTOREN DIESER AUSGABE

THOMAS BROICH

Aus dem genialen Mittelfeldstrategen und Australiens „Fußballer des Jahrzehnts“ ist nach seiner aktiven Karriere ein eloquenter Fußball-Fachmann und TV-Experte geworden. Als Methodikleiter bei Hertha BSC setzt er mittlerweile erfolgreich die Trainingsphilosophie Deutschland um.

BRUNO VALLON

hat in Berlin viele Talente auf ihrem Weg nach oben begleitet. Er zeigt, wie Kopfballtraining mit Kindern aussehen kann, und bewertet im großen Sportgeräte-Test die Flag-Football-Gürtel.

THORSTEN PEHL

Der U13-Trainer vom SC Münster 08 hat sich gemeinsam mit Bruno Vallon dem Kopfballspiel mit den Jüngsten gewidmet.

DOMINIC DEMENAT

trainiert die U14- bis U16-Torhüter von Arminia Bielefeld und ist Teil des FT-Redaktionsteams. In dieser Ausgabe nimmt er im Rahmen des Sportgeräte-Tests den Balldeflector unter die Lupe und gibt seine Einschätzung zum Konditionstraining im Kinderfußball ab.

NIKLAS NOLTE

ist unser Redaktions-Neuling und durfte als erste Amtshandlung direkt erklären, warum isoliertes Konditionstraining nichts im Kinderfußball zu suchen hat.

THOMAS STILLITANO

bildete einige Jahre die Talente beim VfL Bochum und dem FC Schalke 04 aus. Als Scout ist er seit nunmehr zehn Jahren für den FC Red Bull Salzburg aktiv.

FELIX MELCHERS

steht normalerweise mit den Westfalenliga-Damen von Wacker Mecklenbeck auf dem Rasen und wagte für diese Ausgabe einen ersten Ausflug in den Kinderfußball.

STEPHAN EDELHÄUSER

ist Teil der FT-Redaktion und U13-Trainer des SC Preußen Münster. In dieser Ausgabe hat er sich mit dem Einsatz von Rondos im Kinderfußball auseinandergesetzt.

CHRISTOPHER TOETZ

ist seit zwei Jahrzehnten im Jugendfußball aktiv. Seiner Überzeugung nach sind Rondos ein wichtiger Bestandteil der taktischen Ausbildung.

MARC KUHLMANN

ist für diese Ausgabe weit gereist und hat zunächst Thomas Broich bei Hertha BSC und dann den FC St. Pauli in Hamburg besucht, um abschließend mit seinen Kollegen aus der FT-Redaktion einen großen Sportgeräte-Test in Osnabrück durchzuführen.

FABIAN SEEGER

Der ehemalige DFB-Stützpunktkoordinator leitet seit zwei Jahren das Leistungszentrum des FC St. Pauli und hat dort das neue Konzept „Rebellion – ein anderer Jugendfußball ist möglich“ ins Leben gerufen.

NIKLAS LÜDEMANN

trainiert die U12-Junioren des FC St. Pauli und hat uns gezeigt, wie die neuen Ausbildungsmodule und Gütekriterien des Leistungszentrums in der Praxis umgesetzt werden.

GREGOR GRAGE

Der Jugendkoordinator des FC Teutonia 05 Ottensen muss manchmal bis zu acht Jugendmannschaften gleichzeitig auf einem Platz beschäftigen. Er zeigt, wie er diese Herausforderung bewältigt.

SAM FAROKHI

hat einen großen Erfahrungsschatz als Kindertrainer vorzuweisen. Seit 2007 arbeitet er in der Knappenschmiede – dem Leistungszentrum des FC Schalke 04 – und ist als Koordinator des Grundlagenbereichs und U11-Cheftrainer aktiv.

ELKE OPITZ

schließt in dieser Ausgabe ihre Serie „Fußball – Schule des Lebens“ ab und nimmt passend zur Saisonphase den anstehenden Altersklassenwechsel und den damit oftmals verbundenen Übergang zu einem neuen Trainer(-team) unter die Lupe.

WEITERE BEITRÄGE**ALLES, WAS HERTHA „BROICHTE“!**

06 Wie Thomas Broich bei der Hertha die Trainingsphilosophie Deutschland umsetzt
von *Thomas Broich und Marc Kuhlmann*

DER GROSSE SPORTGERÄTE-TEST

32 Teil 1: Nutzen und Mehrwert von außergewöhnlichen Trainingsmaterialien
von *der FT-Redaktion*

HAMBURG CALLING

36 Der Kinderfußball in der Metropole des Nordens
von *Marc Kuhlmann*

ROAD TO MILLERNTOR

38 Das neue Ausbildungskonzept des FC St. Pauli unter der Lupe
von *Fabian Seeger und Niklas Lüdemann*

ZWISCHEN STOLZ UND SCHWIERIGKEIT

44 FC Teutonia 05 Ottensen: nur ein Trainingsplatz, aber viele Mannschaften
von *Gregor Grage*

DER SUPER-MARIO-EFFEKT

50 Das Team situativ abholen und die Intuition wie die individuellen Qualitäten des Einzelnen fördern
von *Sam Farokhi*

FUSSBALL – DIE SCHULE FÜRS LEBEN

58 Teil 3: Kommunikationstipps für den Umgang mit Spielern und Eltern zum Saisonende
von *Elke Opitz*

06

**ALLES, WAS HERTHA
„BROICHTE“!**
von *Thomas Broich und
Marc Kuhlmann*

Fotos: IMAGO/Hanno Bode, Andreas Gora



ALLES, WAS HERTHA „BROICHTE“!

AUTOREN
Thomas Broich &
Marc Kuhlmann

ALTERSSTUFEN
F ■ E ■ D ■



TV-Experte, Datenfachmann, Australiens Fußballer des Jahrzehnts: Wie der Ex-Profi Thomas Broich als Leiter Methodik bei Hertha BSC die Trainingsphilosophie Deutschland umsetzt

Fußballtraining Junior: Thomas, was macht eigentlich ein Leiter Methodik bei Hertha BSC?

Thomas Broich: Mittlerweile bin ich ja sogar ein bisschen mehr als das und auch für unsere Spielkonzeption mitverantwortlich. Es geht also im Wesentlichen um das „Was“ und das „Wie“: Was wollen wir spielen, und wie kommen wir dahin? Letzteres ist dann der von dir angesprochene Methodikteil.

Und damit sind wir auch mitten im Thema. Ihr seid einer der ersten Vereine bundesweit, der die Trainingsphilosophie Deutschland zur Umsetzung bringt. Welche Einflüsse hat das DFB-Konzept auf deine Arbeit genommen, als du davon erfahren hast? Und musstest du alles, was du zuvor erarbeitet hattest, über den Haufen werfen?

Ich bin ehrlich gesagt eher zufällig darauf aufmerksam geworden. Ich war vergangenes

Jahr beim ITK (Internationaler Trainer-Kongress, *Anm. die Redaktion*) in Bremen, um Punkte für die Verlängerung meiner Lizenz zu sammeln. Dort hat Hannes Wolf, den ich schon länger kenne und sehr schätze, Teile daraus vorgestellt. Und ich dachte: Hoppla, das ist cool. Ich habe im Nachgang der Veranstaltung dann mit ihm gesprochen und er war sofort bereit, das Konzept in einer kleinen Runde unseren Juniorentrainern bei Hertha BSC vorzustellen. Die Idee, diese wertvollen Gedanken bei uns zu installieren, war geboren.

Was hat dich so sehr überzeugt?

Es ging gar nicht so sehr um die hunderttausend Kleinigkeiten, die man dort hineininterpretieren kann oder möchte, sondern um die Stoßrichtung – die hat uns alle so maximal abgeholt. Das, was bei mir hängen geblieben ist, ist die Kernbotschaft: Lasst uns einfach 3 gegen 3 oder 4 gegen 4 zocken – mehr, frei-

er, jeden Tag! Damit wir auf eine gewisse Mindestanzahl von Spielminuten kommen. Das, was früher automatisch auf dem Schulhof oder auch nach der Schule auf dem Bolzplatz ablief, ist in der heutigen Zeit nicht mehr so möglich. Aber gute Fußballer werden nun einmal im 3 gegen 3 gemacht.

Die Trainingsphilosophie Deutschland arbeitet mit einem Vier-Block-Trainingsmodell, bestehend aus Warm-up, Spielblock, Technikblock und erneut Spielblock. Hast du bei Hertha diese Methodik in Gänze oder in Teilen übernommen?

Das haben wir tatsächlich als Empfehlung verstanden. Wir gestalten es jedoch ein bisschen freier. Die Elemente sind aber trotzdem da und wir versuchen, sie bestmöglich für uns anzupassen. So kann es beispielsweise sein, dass wir direkt mit einem Spiel ins Training einsteigen. Nicht bei der U19, da ist ein Warm-up

„GUTE FUSSBALLER WERDEN IM 3 GEGEN 3 GEMACHT!“

definitiv Pflicht. Aber bei den Kleinen – die machen, bevor es überhaupt losgeht, einfach mal ein freies Spiel. Ich denke gerade an eine Einheit mit der U11, die jüngst mit einem 4 gegen 4 begann. Und du guckst dir das an und denkst: „Was muss ich denn jetzt gerade noch coachen?“ Die kriegen doch alles, was sie brauchen! Wir haben dann zum Beispiel auch mit der klassischen Progression, die Intensität sukzessive zu steigern und hinten heraus die Spielformen größer zu machen, komplett gebrochen.

Was ich jetzt enorm spannend finde: Die Philosophie von Hannes Wolf lautet ja, in den Spielformen nur oberflächlich, maximal begleitend einzugreifen. Hat sich da nicht ein Spannungsfeld mit euren Trainern ergeben? Ich kann mir vorstellen, dass leistungsorientiert arbeitende Coaches – wie eben bei euch in einem Profiklub – andere Ansprüche an sich selbst haben und durchaus gerne stärker eingreifen und coachen möchten ...

Ich sage ganz klar: Es gibt solche und solche. Und es ist vielleicht auch gut, dass Trainer

„DIE STOSSRICHTUNG DER TRAININGSPHILOSOPHIE DEUTSCHLAND HAT UNS ALLE SO MAXIMAL ABGEHOLT!“

unterschiedlich sind. So kann ein Spieler einen Coach haben, der viel im taktisch-analytischen Bereich arbeitet. Und im darauffolgenden Jahr hat er einen, der alles nur laufen lässt. Wir haben entsprechende Leitplanken, aber jeder kann sich innerhalb dieser frei bewegen. Und natürlich kann ich in der U19 öfter eingreifen als in der U9. Bei den Älteren ist es auch ein Mittel, um zwischendurch regenerieren zu können, statt einen Zweikampf nach dem anderen zu bestreiten. Aus der Meta-Perspektive habe ich allerdings nicht den Eindruck, dass ich mir diesbezüglich bei unseren Trainern Sorgen machen muss.

Hannes Wolf hat mit Mitgliedern des DFB-Kompetenzteams zahlreiche Spielformen auf Video bzw. im Stream veröffentlicht. Wie macht ihr das bei Hertha? Übernehmt ihr sie eins zu eins ins Training oder entwickelt ihr auf dieser Basis eure eigenen Formen?

Mal so, mal so. Hier etwas vorzuschreiben funktioniert nie. Aber es als Impuls hereinzugeben: Hey, schau mal, das ist so eine tolle Spielform. Also nimm die, oder wandel sie ab oder mach etwas Ähnliches. In dieser Freiwilligkeit steckt das größte Potenzial. Aber ich habe auch bei mir selbst gemerkt: Warum sollte ich das Rad neu erfinden? Manchmal schaue ich mir Trainingsformen an und denke mir: genau! Und am nächsten Tag stehe ich auf dem Platz und wir machen genau das, was ich in dem Video gesehen habe.

Die Trainingsphilosophie Deutschland bietet also einen großen Pool an Spielformen. Kleinere weiße Flecken sind vielleicht die Blöcke Warm-up und Technik. Wie gestaltet ihr diese bei Hertha aus?

Da machen wir gerade sehr viel. Das ist wirklich unsere Spielwiese und da geht auch mein Herz auf, wenn ich nur darüber nachdenke. Dieses Thema ist geradezu endlos. Wir suchen uns die besten Moves aus dem Weltfußball heraus und trainieren sie. Ob das ein La Croqueta ist, dieser Move von Iniesta. Oder ein Tor von Lazar Samardzic, vor dem er einen Schuss antäuscht und im letzten Moment mit der Sohle über den Ball zieht und alle ins Leere laufen lässt. Dann Techniken aus dem Futsal, die Annahme mit der Sohle, der Schuss mit der Pike, der Pass mit dem Außenrist. Die Schönheit jeder Aktion liegt auch in ihrer Einfachheit.

Wie sieht das Techniktraining genau aus?

Wir machen sehr viel Individualtraining. Das geht alles auf „Zecke“ Neuendorf zurück, der schiebt das gerade richtig an. Da merkst du:

Du kannst mit den Jungs vor dem Training eine Stunde üben und dann gehen sie ganz normal ins Mannschaftstraining über. Die kriegst du einfach nicht kaputt! Hier reden wir aber über die U13 oder U14. Das können wir mit Spielern der U19 oder U23 niemals machen. Dennoch ähneln sich die Formen und Aufgaben sehr. Klar, das Vokabular und die taktische Komplexität sind natürlich vollkommen verschieden. Ich muss manche Sachen bei den Kleinen gar nicht benennen, weil der Übungsaufbau für sich spricht. Ich kann zum Beispiel ein 2 gegen 1 am Flügel aufbauen, und es geht sofort Richtung Tor. Dieses Prinzip ist so angelegt, dass, wenn sie später auf das Großfeld kommen, diese Muster im Idealfall wiedererkennen. Erst dann wird es zum ersten Mal thematisiert. Die Herangehensweise ist also altersgerecht. Kinder sollen nicht viel nachdenken. Die sollen einfach spielen. Wir wollen Übungen so organisieren, dass die Inhalte einfach in die Jungs übergehen, ohne dass sie es merken. Es soll Spaß machen, es soll intensiv sein, und am Ende sollen sie Dinge beherrschen und im besten Fall gar nicht wissen, wie.

Weitere Schlagwörter aus dem DFB-Konzept sind die übergeordneten Trainingsziele Freude, Intensität, Wiederholung. Spielen die bei euch auch eine Rolle?

Das ist ein Riesenthema. Ich muss aber auch sagen, dass unsere Trainer darin richtig gut sind. Ich kann mich nicht erinnern, mal eine Schlange bei einem Training gesehen zu haben. Es ist also ein Bewusstsein da für Gruppengrößen, für Parallelaufbauten, für Umbaumaßnahmen oder Trinkpausen.



Das Gespräch in voller Länge gibt es auch bei uns als Podcast: www.fussballtraining.com