Dezember 2026

44. Jahrgang | fussballtraining.com

Fußballtraining

Die Trainerzeitschrift des
Deutschen Fußball-Bundes

VIKTORIA KÖLN
Die Entwicklung
in den Mittelpunkt stellen

HANNOVER 96
Über Mut und
Dominanz im Angriff
Talente fördern

VFL WOLFSBURG
Die Spielidee als
Brücke zu den Profis



DEN ÜBERGANG ZU DEN PROFIS EBNEN



Foto: IMAGO/ motivio



ÜBER MUT UND VERTRAUEN ZUM ZIEL

Jeder zweite Spieler aus der A-Junioren-Nachwuchsliga wechselt nach seiner Jugendzeit zu Vereinen unterhalb der Regionalliga. Nur wenigen gelingt der Sprung in den Kader der Profiligen. Noch seltener erhalten sie dort genug Spielzeit, um sich dauerhaft durchzusetzen.

Das Problem: Der Übergang vom Jugend- in den Profifußball ist komplex. Er lässt sich beispielsweise nicht an einem bestimmten Alter festmachen, sondern umfasst Spieler vom 16. bis zum 23. Lebensjahr. In dieser Zeit braucht jedes Talent eine individualisierte Unterstützung und geht einen eigenen Weg. Manchmal helfen Einsätze in der Zweiten Mannschaft, manchmal eine Leihe und manchmal braucht es Spielminuten in der Ersten. Die Zahl der Plätze im Spieltagskader ist aber begrenzt und kurzfristig zählen im Profibereich die Ergebnisse mehr als die Entwicklung des Einzelnen. Zudem unterscheiden sich die strukturellen Bedingungen von Verein zu Verein und von Region zu Region.

Ein Patentrezept gibt es also nicht. Wir haben uns für diese Ausgabe mehrere Vereine angeschaut und dabei spannende und ganz unterschiedliche Ansätze gefunden. Viktoria Köln hat keine U23 und setzt stattdessen auf einen kleinen Kader, in dem junge Spieler früh in der 3. Liga zum Einsatz kommen. Hannover 96 baut auf kurze Wege im Trainerstab: Lars Barlemann stieg vom Co-Trainer der Profis zum Chefcoach der U23 auf und bereitet seine Mannschaft in der Regionalliga mit mutigem Offensivfußball auf höhere Anforderungen vor. Der VfL Wolfsburg arbeitet mit klaren Zahlen: Innerhalb der nächsten fünf Jahre soll es zur Regel werden, dass jährlich zwei Talente aus der eigenen Nachwuchsakademie die Profis verstärken.

Drei verschiedenartige Herangehensweisen, die eines gemeinsam haben: Alle setzen auf Trainer, die an das Potenzial junger Spieler glauben, ihnen vertrauen und mutig genug sind, ihnen Einsatzzeiten zu geben.

Lass dich von den Coaching- und Trainingskonzepten inspirieren, um deine Spieler weiterzubringen. Denn Weiterentwicklung beginnt nicht erst im Übergang, sondern findet in jedem Training statt.

Viel Erfolg wünscht dir



JAN HARDELAUF

TRAINING „TO GO“

TRAININGSFORMEN

AUF PRAKTISCHEN A6-KARTEN







je 50 Trainingskarten, 12,80 Euro

0251/23005-11 • philippka.de

DEN ÜBERGANG ZU DEN PROFIS EBNEN

06 **Der Weg vom Talent zum Profi**
Marc Dieterich über die Besonderheiten und Herausforderungen im Übergangsbereich der Männer
Interview mit Marc Dieterich

08 **„Entwicklung ist unsere wichtigste Aufgabe“**
Viktoria Köln zeigt, wie eine nachhaltig gelebte Vereinskultur ein Umfeld schafft, in dem sich viele junge Spieler den Sprung in den Profibereich erarbeiten
Interview mit Marian Wilhelm

18 **Mit Mut und Ballbesitz Spieler entwickeln**
Hannovers U23-Trainer Lars Barlemann über seine Idee des Angriffsspiels und seinen Führungsstil
Interview mit Lars Barlemann

28 **Die Brücke stärken**
Wie der VfL Wolfsburg den Übergang zwischen Akademie und Profis optimiert
von Julian Klamt & Koen Stam

36 **Übergänge systematisch gestalten**
Individuelles Training, Spielzeitmanagement und Rückrundenvorbereitung aus dem Profibereich
von Guido Streichsbier

ATHLETIK

42 **Schneller am Ball**
Teil 2: Richtungswechsel im Fokus
von Carsten Effertz

08

„ENTWICKLUNG IST UNSERE WICHTIGSTE AUFGABE“



Fotos: Yannis Dreimann; Kevin Kühne / kevinnn. productions; VfL Wolfsburg; IMAGO/Eibner





28

DIE BRÜCKE STÄRKEN

18

MIT MUT UND BALLBESITZ SPIELER ENTWICKELN

AUTOREN DIESER AUSGABE

MARC DIETERICH
ist seit 2019 beim DFB tätig und verantwortet dort neben der Content-Strategie für den Verband unter anderem den Übergangsbereich. Er hat zu diesem Themenfeld Studien initiiert und betreut und steht hierzu im regelmäßigen Austausch mit Vereinen und Verbänden im In- und Ausland.

MARIAN WILHELM
Der Pro-Lizenzinhaber ist seit mehr als einem Jahrzehnt bei Viktoria Köln tätig, erst als Nachwuchstrainer, später zusätzlich als Übergangskoordinator. Zur Saison 2024/25 wurde er Co-Trainer bei den Profis und übernahm im Sommer 2025 den Posten als Cheftrainer.

LARS BARLEMANN
wechselte 2014 als Spielanalyst zu Hannover 96 und wurde fünf Jahre später zum Co-Trainer der Profis befördert. Zwischendurch übernahm er interimsweise den Cheftrainer-Posten. Seit Saisonbeginn coacht er in dieser Funktion die U23 des Klubs.

JULIAN KLAMT
ist ein Wolfsburger Klub-Urgestein: Rekordspieler der U23 mit 335 Einsätzen, danach Trainer in der Akademie in unterschiedlichen Funktionen und Co-Trainer der Profis. Derzeit verantwortet er gemeinsam mit Koen Stam den Übergangsbereich bei den Wölfen.

KOEN STAM
Der Pro-Lizenzinhaber war fünf Jahre beim niederländischen Topklub Feyenoord Rotterdam tätig – zuletzt als Leiter Methodik und Transition Coach. Derzeit kümmert er sich gemeinsam mit Julian Klamt um die Schnittstelle zwischen Akademie und Profis.

GUIDO STREICHSBIER
war viele Jahre Trainer der DFB-U-Nationalmannschaften von der U18 bis U20. Von 2023 bis 2026 war er als Co-Trainer der Profis bei Borussia Mönchengladbach, vor allem in den Bereichen Individualisierung und Talententwicklung tätig.

CARSTEN EFFERTZ
Der Gründer der Tanner Speed Academy hat sich auf das Sprinttraining im Mannschaftssport spezialisiert. Neben seiner Tätigkeit für IFK Göteborg tritt er als Referent für Vereine und Verbände in ganz Europa und Asien auf.

JOCHEN MAIKRANZ
Der A-Lizenzinhaber ist bereits seit 15 Jahren im Seniorenbereich als Trainer aktiv. Von 2021 bis 2024 stand er beim VfB Oberndorf an der Seitenlinie. Aktuell coacht er den hessischen Gruppenligisten TSV Künzell.

ALESSIO COGNATA
Der angehende Lehrer für Deutsch und Pädagogik begann bereits mit 16 Jahren seine Trainerlaufbahn und betreute zwischenzeitlich sogar zwei Mannschaften parallel. Derzeit coacht der B-Lizenzinhaber die U14 der DJK TuS Hordel.



ÜBERGÄNGE SYSTEMATISCH GESTALTEN

PRAXIS PLUS SENIOREN

VFB OBERNDORF
50 Erfolgssystem 5-3-2 gegen und 3-4-1-2 mit Ball
Wie Jochen Maikranz beim VfB Oberndorf die Dreierrespektive Fünferkette einführte und damit den Grundstein für das erfolgreichste Jahr der Vereinsgeschichte legte
von Jochen Maikranz

PRAXIS PLUS JUNIOREN

DJK TUS HORDEL
60 In der Raute wachsen
Die U14 der DJK TuS Hordel setzt auf Ballbesitz, Vertikalität und Überzahl im Mittelfeld
von Alessio Cognata



DER WEG VOM TALENT ZUM PROFI

Marc Dieterich über die Besonderheiten und Herausforderungen im Übergangsbereich der Männer



Wie gelingt der Schritt vom Nachwuchs- in den Seniorenfußball? Marc Dieterich verantwortet beim DFB unter anderem den Übergangsbereich und arbeitet dazu eng mit Vereinen und Verbänden zusammen. Zudem begleitete er verschiedene wissenschaftliche Studien zum Thema. Im Interview erklärt er, warum eine Ausbildungsstrategie, verlässliche Bezugspersonen und Individualisierung Talente auf ihrem Weg in den Profifußball unterstützen.

INTERVIEW MIT
Marc Dieterich

Fußballtraining: Marc, was ist mit dem Übergangsbereich genau gemeint und welche Rolle spielt er in der Talententwicklung?
Marc Dieterich: Der Übergangsbereich ist die letzte Phase in der Ausbildung von jungen Talenten, bevor sie endgültig im Erwachsenenfußball angekommen sind. Er ist ein sehr wichtiger Abschnitt, bei dem wir in Deutschland im Herrenbereich noch viel besser werden können. Aber zur richtigen Einordnung vorab, bedeutet er auch nur *einen* Teil der Ausbildung. Entscheidend ist die ganzheitliche Entwicklung individueller sportlicher Qualität über den gesamten Ausbildungsweg.
Sie bleibt die Basis, um Spieler mit internationaler Klasse auszubilden. Wenn wir also heute über den Übergangsbereich sprechen, müssen wir auch immer die Ausbildung davor im Hinterkopf behalten und dürfen nicht den Fehler machen, anzunehmen, dass sie mit dem Eintritt in den Erwachsenenfußball endet.

Worauf kommt es bei der Entwicklung individueller Qualität an?
Individuelle Qualität kann jederzeit weiterentwickelt werden, weshalb wir sie von Beginn an ganzheitlich betrachten und strategisch begleiten sollten. Die *Trainingsphilosophie Deutschland* bildet dafür eine Grundlage: Entscheidend ist, alters- und trainerübergreifend ein sehr gutes Training zu gewährleisten, damit Spielerinnen und Spieler kontinuierlich gefordert sind. Beim Übergang spielen dann auch immer mehr externe Faktoren eine Rolle. In den letzten Jugendjahren ist deshalb der Weg in den Seniorenfußball individuell zu gestalten.
Das Spannende dabei: Es gibt nicht den einen Weg, sondern man muss jeden Spieler und seine Situation einzeln betrachten. Der nachhaltige Aufbau einer Karriere erstreckt sich häufig bis ins 22. oder 23. Lebensjahr. Der Übergangsbereich ist also kein klar zu definierender Ausbildungsabschnitt, sondern individuell vom Spieler abhängig. Das macht ihn auch so komplex und schwer zu greifen.

DIE *TRAININGSPHILOSOPHIE DEUTSCHLAND*



Foto: Conny Kurth

Welche Möglichkeiten gibt es, der Individualität von Spielern gerecht zu werden?
Es beginnt damit, sich mit jedem Spieler einzeln immer wieder auseinanderzusetzen: Was für den einen richtig ist, muss für den anderen nicht förderlich sein. Dazu möglichst Vergleiche zwischen Spielern vermeiden. Entscheidend ist, den Spieler einzubeziehen und ihm auch Verantwortung zu übertragen – nicht nur über ihn, sondern auch mit ihm zu sprechen.
Zugleich muss die Förderung durch den Verein regelmäßig evaluiert werden: Hat die Maßnahme die gewünschte Wirkung? Welche Optionen haben wir noch und was sollten wir verändern? Individuell mit Spielern zu arbeiten, kostet Ressourcen, weshalb man sich nicht erst nach sechs Monaten mit ausbleibenden Fortschritten beschäftigen sollte. Ebenfalls von Bedeutung ist, sich um das passende Umfeld Gedanken zu machen. So ist beispielsweise ein körperlich weit entwickelter Spieler nicht automatisch reif genug, um bei Älteren zu spielen.
Ich empfehle jedem Klub pro Spieler einen individuellen, langfristigen (Entwicklungs-)Plan, der seine Entwicklung auf und neben dem Platz berücksichtigt und den man immer dynamisch anpasst. Auch wenn sich Entwicklung nie vorhersagen lässt, hilft dies in der Begleitung, sorgt für Transparenz und unterstützt zielgerichtetes Arbeiten.

Welche Ansätze gibt es aktuell, um den Weg in die Profimannschaft zu ebnen – und was tut sich zurzeit?
Wenn wir vom Verein aus denken, betrachten wir die beiden Ebenen Strategie und die daraus abgeleiteten Maßnahmen. Die Strategie beantwortet die grundlegenden Fragen: Wer sind wir als Klub? Welche Ziele verfolgen wir mit dem Nachwuchs? Wie wollen wir Talente in die Erste Mannschaft überführen? Das bestimmt den Rahmen und die eigene Identität. Maßnahmen bedeuten dann die Umsetzung und individuelle Arbeit mit dem Spieler. Es hilft, dabei die drei Phasen „Vorbereitung“, „Überführung“ und „Etablierung“ zu unterscheiden, da sich für jede Phase Zuständigkeiten vom Nachwuchsbereich immer mehr zur Ersten Mannschaft verschieben. Diese Herangehensweise sollte ein strukturiertes Arbeiten ermöglichen, was die Erfolgswahrscheinlichkeit enorm erhöht. Der größte Erfolgsfaktor für den Übergangsbereich aber bleiben Spielminuten. Das bestätigen alle Analysen und Expertenmeinungen. Umso erfreulicher ist, dass sich diese Erkenntnis bei immer mehr Menschen im System verfestigt.

Welche Maßnahmen wählen die Teams, um die Spielzeit zu erhöhen?
Jeder Klub hat ganz eigene Voraussetzungen und muss dementsprechend für sich verschiedene Wege definieren. Im Profifußball kann pro Spieltag in den ersten drei Ligen nur eine begrenzte Anzahl von Spielern zum Einsatz kommen, was die Einsatzchance für junge Spieler erschwert. Es braucht also mehr Wege, um auf Spielminuten zu kommen.

Zweite Mannschaften im Seniorenfußball haben deshalb für den deutschen Fußball eine enorme Bedeutung. Die *Bundesliga Talent Series* hat diese Herausforderung ebenfalls adressiert und ist eine Alternative vor allem für Vereine ohne Zweite Mannschaft. Eine weitere wichtige und nicht zu unterschätzende Maßnahme ist eine gemeinsame mannschaftsübergreifende Kaderplanung von Nachwuchs und Profis. Dies kann langfristig Karrierewege ermöglichen – oder auch schlichtweg verhindern.

In Zusammenarbeit mit der Sporthochschule Köln habt ihr im Kontext einer Studie zum Übergangsbereich mit Spielern und Trainern gesprochen: Was sind erste Erkenntnisse?

Im Prinzip sind es zwei unterschiedliche Studien mit einer Vielzahl an Erkenntnissen. Deshalb gehe ich hier exemplarisch auf einen Sachverhalt ein: So wurde deutlich, dass manche Spieler keine klaren Ansprechpartner hatten und teilweise kaum Feedback erhielten. Genauso nahmen sie teilweise keine individuellen Fördermaßnahmen wahr. Und hier ist es spannend, den Perspektivwechsel Trainer gegenüberzustellen. Es bedeutet nämlich nicht zwingend, dass es keine Maßnahmen gab – sie kamen vielleicht einfach nicht bei den Spielern als solche an.

Die Erkenntnis daraus wäre, dass sich Vereine selbstkritisch hinterfragen sollten: Sind unsere sportlichen Inhalte verständlich? Wissen die Spieler, woran sie arbeiten und an wen sie sich wenden können?

Darüber hinaus würde ich gerne an der Stelle noch platzieren, dass die Trainer betont haben, dass eine übliche Profitrainingswoche nicht automatisch alle Entwicklungsbedürfnisse eines 19- oder 20-Jährigen abdeckt. Auch im Profibereich muss weiter ausgebildet werden.

Welche Personen sind für den Übergang entscheidend?

Zentral sind der sportliche Entscheider (beispielsweise Geschäftsführer, Sportdirektor), der Cheftrainer und die Vereinsführung. Die Vereinsführung muss Strategie und Ausbildungskultur auch in unruhigen Zeiten mittragen. Der sportliche Entscheider verantwortet unter anderem Transfers, Kaderplanung und Verträge. Der Cheftrainer vergibt Einsatzzeiten und formuliert die sportlichen Anforderungen. Weitere Positionen ergeben sich aus der jeweiligen Klubstruktur. Eine zusätzliche Position wie Übergangstrainer oder -koordinator allein löst keine Probleme. Über allem steht, dass die Verantwortlichen gemeinsam handeln und die sportliche wie persönliche Entwicklung der Spieler auf und neben dem Platz langfristig begleiten.

Welche Rolle spielen Zweite Mannschaften?

Hat sie eine klar definierte Funktion im Klub und für die Ausbildung, eröffnet sie dem Spieler zusätzliche Entwicklungszeit. Das schafft einen Vorteil bei der Heranführung an den Profifußball und beim Übergang dorthin. Dort werden Spielminuten gewährleistet sowie eine längerfristige Adaptation an den Seniorenfußball ermöglicht. Es gibt aber auch spezielle Herausforderungen wie Leistungsschwankungen, Flexibilität beim Spieltagskader, Motivation und Identifikation. Die Rolle und Aufgaben des Trainers sind hier speziell. Er muss der individuellen Entwicklung genauso wie dem Ergebnisdruck gerecht werden. Dafür braucht es neben Geduld auch eine gewisse Sensibilität für diese Altersgruppe und deren besondere Umstände.

Worauf kommt es aus deiner Sicht letztlich an?

Wir können zwar keine Karriere garantieren, aber Wahrscheinlichkeiten erhöhen. Dazu müssen wir bei Strategie und Struktur ansetzen und grundsätzlich Geduld und Begeisterung bei der Spielerentwicklung haben. Wer früh bei einem Spieler über dessen Leistungsstand urteilt, übersieht möglicherweise Potenziale. Deshalb immer wieder fragen: Was fehlt dir noch für den nächsten Schritt und wie können wir es gemeinsam erreichen?

Faktoren wie Kaderplanung und Spielerbegleitung können den Weg zum Profi erschweren oder erleichtern. Aber letztendlich können wir bei der Komplexität und Individualität im Übergangsbereich nur Rahmenbedingungen schaffen, die Entwicklung wahrscheinlicher machen. Die Eigenverantwortung bleibt beim Spieler. Die letzten Schritte muss er selbst gehen.











Fotos: Yannis Dreimann; VfL Wolfsburg; IMAGO/Eibner; Sergio Lopez; Kevin Kühne / kevinnn. productions