

Fußballtraining



Die Trainerzeitschrift des
Deutschen Fußball-Bundes



BRIGHTON & HOVE ALBION

Überlegenheit in
der Offensive

SPVGG UNTERHACHING

Video- und Datenanalyse
der Hinrunde

VFB STUTTGART

Die Potenziale des
Einzelnen entfalten

Die Meilensteine zum Triumph

WIR SIND U17-WELTMEISTER!



Sport**Böckmann**

SPORT
2000

ABSOLUTE TEAMSPO

WWW.ABSOLUTE-TEAMSPO-BOECKMANN.DE



EIN HIGHLIGHT ZUM JAHRESABSCHLUSS

„Wir haben nur wenige Schwerpunkte gesetzt: unsere Tugenden sowie unsere fünf offensiven und fünf defensiven Leitlinien. Zu jedem Lehrgang haben wir uns maximal zwei herausgesucht. Mehr war es nicht.“ Schon nach dem Gewinn der Europameisterschaft im Sommer 2023 hat Christian Wück, Cheftrainer der U17-Nationalmannschaft, nicht mit Superlativen geprahlt, sondern ganz sachlich analysiert. Dass eine gewisse spielerische Qualität natürlich auch dazugehört, um die internationale Konkurrenz hinter sich zu lassen, ist unstrittig. Die Basis des Erfolgs: ein klarer Plan, die Konzentration auf wenige Schwerpunkte und der Fokus darauf, aus einzelnen Talenten eine Mannschaft zu formen, die auf dem Platz das Optimum herausholt. Genau ein halbes Jahr später baute das Team auf diesem Fundament auf und gewann erstmals für Deutschland die U17-Weltmeisterschaft.

Es hat Spaß gemacht, die Spiele dieses Jahrgangs 2006 zu verfolgen. Mehr und mehr habe ich mitgefiebert, als die Gruppenphase überstanden war, die Truppe sich in den K.-o.-Spielen gegen die USA, Spanien und Argentinien durchsetzte und schließlich im Finale erneut im Elfmeterschießen gegen die Franzosen gewann – wie zuvor bei der EM. Klar: Das war nicht immer schöner Fußball, aber er war stets geprägt von Vertrauen in die eigene Stärke, von Zusammenhalt und Leidenschaft.

In diesem Jahr steht uns ein großes Fußballfest wortwörtlich „ins Haus“: die Europameisterschaft im eigenen Land. Allerdings hat das deutsche Fußballherz zuletzt doch recht häufig gelitten. Also Vorfreude Fehlanzeige? Nicht bei mir. Denn die U17 hat gezeigt, dass vieles möglich ist. Wie? Christian Wück verrät es uns.

Der Beginn des neuen Jahres ist traditionell der Zeitpunkt, um die Hinrunde zu analysieren, Rückschlüsse für die kommenden Spiele zu ziehen und Anpassungen vorzunehmen. Nutzen Sie dafür gern auch die Tipps unserer Autoren, denn nicht nur von den DFB U17-Junioren lässt sich etwas abschauen, sondern natürlich auch von der TSG 1899 Hoffenheim, Brighton & Hove Albion, der SpVgg Unterhaching, dem VfB Stuttgart ...

Einen guten Start ins neue Jahr für Sie und Ihr Team im Namen der gesamten Redaktion wünscht Ihr

Dennis Schunke
DENNIS SCHUNKE

GUT GERÜSTET FÜR DIE RÜCKRUNDE?

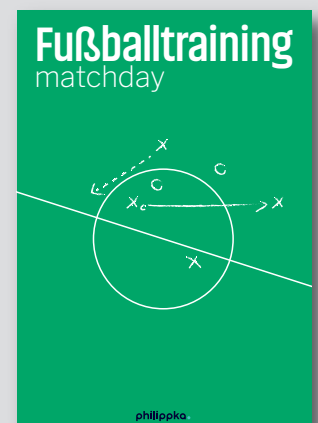


FT Trainermappe

- > Strapazierfähiges Kunstleder, marineblau
- > 3-seitig umlaufender Reißverschluss
- > Innenausstattung: Dokumentenfach, Rahmen mit herausnehmbarer Magnet-Taktiktafel (ganzes/halbes Spielfeld), schmales Reißverschlussfach mit 25 Magneten, 1 Marker mit Wischer, flaches Einsteckfach mit Schreibblock (50 Blätter) (Spielprotokolle und Taktiknotizen)

Maße: ca. B 27 x H 37 x T 2 cm geschlossen

ca. B 56 x H 37 cm offen • 34,90 €



FT *matchday* bietet für 34 Liga- und 5 Pokal-Spieltage vorstrukturierte Doppelseiten für Notizen zur direkten Spielvorbereitung, zur Spielprotokollierung sowie zur Spielnachbereitung. Zettelwirtschaft adé!

164 Seiten • A4 • Spiralbindung
 13,80 €

INHALT

NATIONALMANNSCHAFTEN

06 Triumphzug der „Panther“

Die U17-Nationalmannschaft ist Weltmeister
von *Christian Wück*

TRAININGSKONZEPT

12 Die Länderspielpause sinnvoll nutzen

Die TSG 1899 Hoffenheim nutzt die reduzierte Spielerinnenanzahl für gruppentaktische Inhalte und Einzelgespräche
von *Stephan Lerch*

SPIELANALYSE

22 Was lief gut? Und was muss besser werden?

Auszüge aus der Hinrundenanalyse 2022/23 des Drittliga-Aufstiegers SpVgg Unterhaching
von *Markus Brunnschneider & Sven Palinkasch*

TAKTIK

30 Fünf Wege zur Überlegenheit

Teil 5: Individuelle Fähigkeiten
von *Manuel Schulitz*

42 Fünf Wege zur Überlegenheit

Teil 6: Wie Brighton & Hove Albion unter Roberto De Zerbi Dominanz im Angriff herstellt
von *Manuel Schulitz*

KONDITION

56 Die Leiste leistungsfähig machen!

Ein Präventionsprogramm für die verletzungsanfällige Körperregion
von *Teksen Ünüz, Dr. Ulrich Frick & Dr. Antje Grigereit*

TRAININGSKONZEPT

60 Trainingsphilosophie Deutschland

Funino-Gleichzahlspiele
von *Hannes Wolf*

66 Potenziale definieren – und nutzen!

Individuelle Förderung im Stuttgarter Leistungszentrum
von *Daniel Teufel & Mathias Schiele*

SERVICE

74 Jahreshaltsverzeichnis 2023

von der *FT-Redaktion*

Fotos: IMAGO/MIS, IMAGO/Sven Simon, Uwe Grün, Conny Kurth



PRAXIS PLUS SENIOREN

SPVG STEINHAGEN

76 Kollektiver Neustart

Die Spvg Steinhagen beginnt nach dem Abstieg in die Bezirksliga von vorn
von *Andreas Brandwein, Tobias Kreuzer, Christian Spilker, Oliver Meseke & Carsten Johanning*

PRAXIS PLUS JUNIOREN

FC MECKLENBURG SCHWERIN

92 Sich treu bleiben

Die Spielidee trotz starker Gegner durchziehen
von *Henry Ströh*

06

TRIUMPHZUG DER „PANTHER“



60

TRAININGSPHILOSOPHIE DEUTSCHLAND

12

DIE LÄNDERSPIELPAUSE SINNVOLL NUTZEN

22

WAS LIEF GUT? UND WAS MUSS BESSER WERDEN?



AUTOREN DIESER AUSGABE

CHRISTIAN WÜCK

wirkte zu Beginn seiner Trainerlaufbahn u. a. bei RW Ahlen und Holstein Kiel, bevor es ihn 2012 zum DFB zog, wo er seither U-Nationalteams von der U15 bis U17 betreut. Seine Karriere fand 2023 mit dem Gewinn der Europa- und Weltmeistertitel ihren Höhepunkt.

STEPHAN LERCH

Seit März 2023 ist er Cheftrainer der TSG 1899 Hoffenheim Frauen.

Zuvor trainierte der 39-jährige Fußballlehrer bereits die Frauenmannschaft des VfL Wolfsburg sowie im Hoffenheimer Leistungszentrum die U17 und die U19.

MARKUS BRUNNSCHNEIDER & SVEN PALINKASCH

Markus Brunnschneider ist Fachbereichsleiter Spiel- und Taktikanalyse & Scouting und

von Sven Palinkasch, der von 2021 bis 2023 Co-Trainer von Sandro Wagner bei der SpVgg Unterhaching war.

MANUEL SCHULITZ

ist beim DFB in der Trainer- und Expertenentwicklung tätig. Vorher war er Verbandssportlehrer beim Fußballverband Mittelrhein, DFB-Stützpunktrainer und Trainer der Regionalauswahl des Fußballverbandes Niederrhein.

TEKEN ÜNÜZ, DR. ULRICH FRICK & DR. ANTJE GRIGEREIT

Erstgenannter hat einen Bachelor in Sportwissenschaften, ist B-Lizenz-Inhaber und selbst noch aktiver Spieler.

Dr. Ulrich Frick hat die A-Lizenz, ist Lehrreferent beim Hessischen Fußball Verband und Dozent für Zielschussspiele am Institut für Sportwissenschaften an der Goethe-Universität Frankfurt. Dort ist auch Dr. Antje Grigereit Dozentin für Sportspiele sowie für Prävention und Rehabilitation.

HANNES WOLF

hat bereits in nahezu allen Bereichen des Fußballs Erfahrungen gesammelt:

Senioren-Amateurtrainer, Cheftrainer im Leistungszentrum, Profitrainer im In- und Ausland und U-Nationaltrainer. Mittlerweile ist er beim DFB U20-Nationaltrainer und Direktor Nachwuchs, Training und Entwicklung.

DANIEL TEUFEL & MATHIAS SCHIELE

Daniel Teufel ist seit 2017 im Leistungszentrum des VfB Stuttgart und begann als Co-Trainer der U17 und der U19. Mittlerweile arbeitet er als Leiter Fußball des Leistungszentrums.

Mathias Schiele hat sich bereits 2012 auf den Job als Individualtrainer spezialisiert und war in dieser Funktion schon für den FC Augsburg und den MLS-Club Philadelphia Union tätig. Seit Sommer 2022 ist er im Leistungszentrum des VfB Stuttgart beschäftigt.

ANDREAS BRANDWEIN, TOBIAS KREUTZER, CHRISTIAN SPILKER, OLIVER MESEKE & CARSTEN JOHANNING

A-Lizenzler Andreas Brandwein ist der erfahrene Kopf dieses Trainer-Teams des Bezirksligisten Spvg Steinhausen. Unterstützt wird er auf'm Platz vom spielenden Co-Trainer Tobias Kreutzer und den B-Lizenz-Inhabern Christian Spilker (Torwarttrainer) und Oliver Meseke (U19 und Übergang Jugend/Senioren). Carsten Johanning zieht im Hintergrund die Fäden – und da waren im vergangenen Jahr einige neu zu knüpfen.

HENRY STRÖH

Seit sechs Jahren coacht der A-Lizenz-Inhaber die U19 des FC Mecklenburg Schwerin, was seine Verbundenheit zum Klub unterstreicht. Zuvor sammelte er Erfahrungen im Seniorenbereich und als Co-Trainer der U18-Landesauswahl Mecklenburg-Vorpommern.



Kaderplanung am Internationalen Fußball Institut (IFI). Er beschäftigt sich insbesondere mit der qualitativen Spielanalyse und wissenschaftlichen Beschreibung des Fußballs.

Die Spielanalyse ist auch das Spezialgebiet





BENZ[®]SPORT

FUSSBALL

Bälle & Zubehör

Alles für den Vereinssport



www.benz-sport.de



TRIUMPHZUG DER

Die U17-Nationalmannschaft ist Weltmeister



AUTOR
Christian Wück

CHAM FIFA U-17 WORLD CUP

Es war das perfekte Jahr für Deutschlands U17-Junioren. Erst gelang im Juni der Europameistertitel in Ungarn – ein halbes Jahr später dann der Weltmeister-Cup in Indonesien. Das Team von Christian Wück bot viele begeisternde und mitreißende Spiele, blieb cool bei Rückständen wie auch im Elfmeterschießen. Was zeichnet diesen Jahrgang aus? Cheftrainer Christian Wück zieht für uns sein Fazit und stellt die Kernkompetenz des Teams heraus: Die Rückkehr zu

„PANTHER“



Alle Fotos: IMAGO/MIS

CHAMPIONS

UP INDONESIA 2023™

den Tugenden, die den deutschen Fußball über Jahrzehnte ausgezeichnet haben. Er berichtet über den Weg dorthin, über schwache Trainingseinheiten in der U16, eine lehrreiche Partie gegen Uruguay, die Einteilung seiner Spieler in „Gangster und Schwiegersöhne“ und verrät den einen oder anderen Motivationstrick.