



**STARKE PARTNER  
FÜR DIE STARS  
VON MORGEN**



Mercedes-Benz



Wir haben viele begabte Nachwuchsfußballer in unserem Land - es kommt darauf an, sie zu finden und dann professionell zu fördern. So eine Förderung umfasst in der heutigen Zeit hohes Engagement, finanzielle Kraft und nicht zuletzt Professionalität. Der DFB kann bei dieser Aufgabe auf das Sponsoring-Engagement starker Partner bauen!



**Unter Druck sicher und variabel  
am Ball behaupten!  
Tipps für Vereinstrainer**

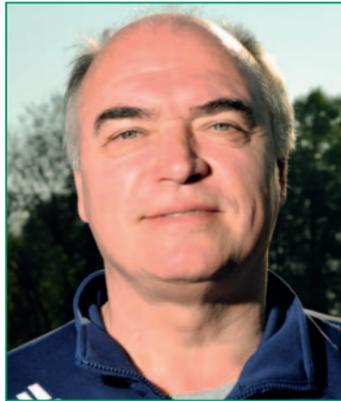
**21**



**Anforderungen von morgen = Schwerpunkte von heute**

**SICHER KOMBINIEREN!**

# Variabilität beim Angreifen durch Sicherheit beim Kombinieren!



Unseren herzlichsten Glückwunsch dem FC Bayern München für eine grandiose Saison! Liga, Königsklasse, DFB-Pokal - dieser Mega-Coup ist bisher einzigartig.

Das Team von Jupp Heynckes hat als erste deutsche Mannschaft die Deutsche Meisterschaft und den DFB-Pokal, also das nationale Double, sowie obendrein noch die Champions League gewonnen. Dabei wurde dieser bedeutendste Titel im internationalen Vereinsfußball ausgerechnet im „deutschen Traumfinale“ gegen den Dauerrivalen Borussia Dortmund erreicht. Zwei deutsche Clubs im Finale, der FC Bayern dabei schon zum dritten Mal seit 2010 für dieses Finale qualifiziert - das alles ist ein weiteres klares Indiz für die enorme Qualität unseres Fußballs.

Beide Teams repräsentieren dabei alle Qualitätsmerkmale des internationalen Top-Fußballs, wirken in vielen Bereichen sogar als Trendsetter. So zeigt jeder Akteur eine brillante (Positions-)Technik.

Taktisch sind beide Mannschaften gleichermaßen kompakt wie flexibel: Je nach Situation, Gegner und Spiel-Konstellation wechselt das primär praktizierte Angriffs- bzw. gegnerorientierte Gegenpressing inklusive explosiver Umschaltaktionen regelmäßig mit längeren Aufbauphasen.

Was beide CL-Finalisten schließlich nach einer hochintensiven Saison läuferisch im Wembley-Stadion abrufen konnten, beeindruckte alle.

Das Angriffsrepertoire aktueller und zukünftiger Weltklasse-Team umfasst somit weiter eine enorme Kombinationsicherheit, um sich aus extremen Drucksituationen zu befreien sowie „torreife“ Anschlussaktionen überhaupt erst möglich zu machen. Anders als z.B. beim FC Barcelona sind diese langen, in der Breite angelegten Aufbauphasen mit sicherer Ballzirkulation, um plötzliche Rhythmus- und Tempowechsel in die Tiefe vorzubereiten, jedoch kein dominierendes Stilmittel. Ein variables, hochklassiges Kombinationsvermögen ist stattdessen eine Basisqualität aller Spieler/Positionsgruppen sowie ein jederzeit praktikierbares Angriffsmittel.

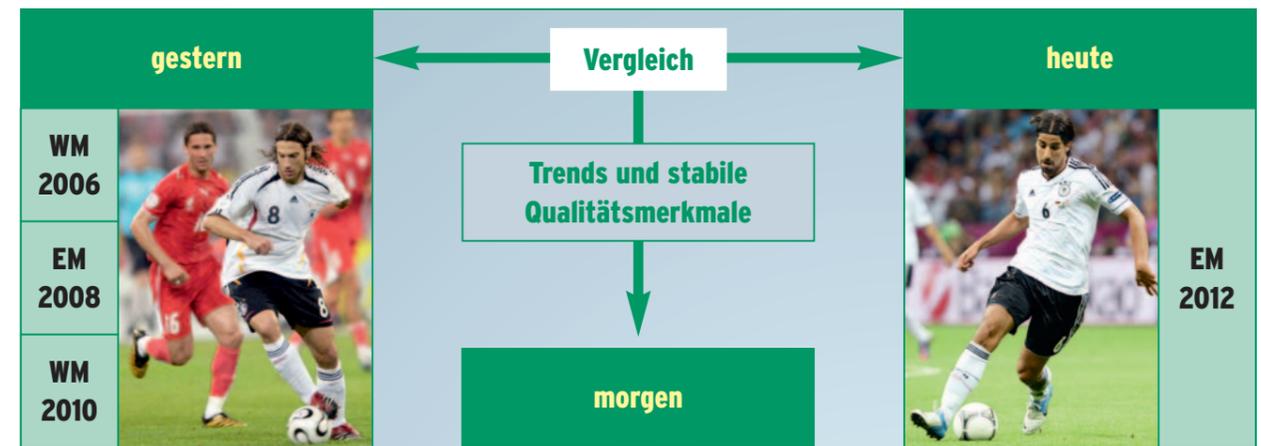
**Jörg Daniel**  
Sportlicher Leiter des Talentförderprogramms

## Inhaltsverzeichnis

Seite 2	Editorial
Seite 4	Anforderungsprofil im Leistungsfußball: „Sicher kombinieren!“
Seite 6	Praxis-Vorschläge zum Schwerpunkt - Demonstrationstraining
Seite 14	Praxis-Vorschläge zum Schwerpunkt - Trainingsformen-Katalog
Seite 22	Neue DFB-Trainerzeitschrift „fussballtraining FOKUS“
Seite 23	Internet-Rubrik „Talent- und Eliteförderung“ auf dfb.de

## INFO

### Die inhaltliche Konzeption der DFB-Info-Abende 19 bis 24



### Prognose der Anforderungsprofile zukünftiger Top-Spieler und Mannschaften

- INFO-ABEND 19** Neue Situationen variabel lösen! Immer aktionsbereit sein!
- INFO-ABEND 20** Torchancen variabel herauspielen und verwerten! Unter Druck Tore machen!
- INFO-ABEND 21** Unter Druck sicher und variabel am Ball behaupten! Sicher kombinieren!
- INFO-ABEND 22** Individuelle Qualitäten für das Team einbringen! Selbstbewusst und aktiv auftreten!
- INFO-ABEND 23** Mit Spielwitz und Kreativität Fußball spielen! Spielfreude demonstrieren!
- INFO-ABEND 24** In der Defensive nicht reagieren, sondern agieren! Aktiv den Ball erobern!

## Impressum

<b>Herausgeber:</b>	Deutscher Fußball-Bund
<b>Projektverantwortung:</b>	Ulf Schott, Jörg Daniel, Claus Junginger
<b>Redaktion/Medienkonzeption:</b>	Norbert Vieth
<b>Inhaltliche Mitarbeit:</b>	Jörg Daniel, Christian Meyer, Thomas Sinz, Stephan Kerber, Stefan Howaldt, Thorsten Becht, Michael Köllner, Tobias Kieß
<b>Grafisches Konzept:</b>	Philippka-Sportverlag
<b>Fotos:</b>	Klaus Schwarten, getty images
<b>Druck:</b>	Bitter & Loose GmbH, 48268 Greven



■■■ UNTER DRUCK SICHER UND VARIABEL AM BALL BEHAUPTEN

□■■ METHODISCHES KONZEPT

## Anforderungsprofil im Leistungsfußball: „Sicher kombinieren!“



In kleinen Fußballspielen lernen die Kinder, unter Druck eines Gegners den Ball zu sichern!

■■■ Schnelle Umschaltaktionen nach Balleroberungen in möglichst weit vorverlagerten Pressingzonen ist ein Qualitätsmerkmal heutiger Top-Teams. Ziel ist es dabei, durch schnelle Gegenangriffe gegen instabile, weil nicht formierte Defensivverbände Tormöglichkeiten herauszuspielen. Dennoch wird zum Spitzenfußball und Offensiv-Repertoire der Zukunft weiterhin ein sicheres Kombinationsspiel gehören. Markantes Merkmal dieses Spielelements sind dabei relativ lange, zunächst in die Breite angelegte Aufbauphasen mit sicherer Ballzirkulation, um dann mit plötzlichen Rhythmus- und Tempowechsels in die Tiefe anzugreifen. Das sichere, variable Kombinieren ist somit nicht Selbstzweck, sondern ein effektives Mittel zur Vorbereitung eines Angriffs auf das gegnerische Tor. Diese diversen Funktionen und Phasen der „Ballzirkulation“

1. unmittelbare Sicherungsphase des Balles unter Druck einschließlich des Suchens freier Aktionsräume,
2. weitere Ballsicherung einschließlich des Provozierens von Verschiebewebungen des Gegners,
3. Spiel in die Tiefe, wenn sich Angriffslücken erschließen, sind somit inhaltliche Schritte beim Erlernen eines effizienten und zielorientierten Kombinationsspiels!



### INFO

#### Prinzipien einer lernintensiven Ausbildung

#### 1 Stabile Grundlagen

- Je besser die technisch-taktischen Basisqualitäten sind (z.B. Passen, Ballkontrolle, leichtfüßiges Dribbling) desto besser können die Spieler den Ball auch unter Druck sichern!
- Deshalb in Ergänzung der Spielformen zum Schwerpunkt „Sicher kombinieren“ auch Übungsphasen zu diesen Techniken einplanen!
- Dabei den Spielern stets die Ziele des Trainings erklären!

#### 2 Könnensstufe

- Die Aufgaben dem aktuellen Können der Spieler anpassen!
- Die individuelle Leistungsstärke berücksichtigen! Gegebenenfalls spielstarken Talenten schwerere „Spezialaufgaben“ zuteilen!
- Oder Leistungsgruppen einteilen und auf parallelen Feldern jeweils leichtere bzw. schwerere Spielaufgaben/-variationen stellen (auf Basis einer identischen Spielidee)!

#### 3 Qualität

- Die Spieler nicht überfordern! Das Spieltempo sowie die Komplexität der Abläufe müssen kontrollierte technisch-taktische Lösungen zulassen!
- Dennoch muss nicht sofort alles reibungslos funktionieren: Gerade in komplexere Abläufe müssen sich junge Spieler erst hineinfinden!
- „Holpert“ es dennoch über längere Zeit, die Aufgabe erleichtern!

#### 4 Richtige Dosierung

- Vor komplexen Spielformen zum Kombinationsspiel ist sorgfältiges, vielseitiges Aufwärmen Pflicht!
- Kurze, hochintensive Spielphasen wechseln mit relativ langen und aktiven Pausen!
- Mithilfe der Pausen sicherstellen, dass die Spieler nicht ermüden!
- Die Konzentration sowie Dynamik und Präzision der Aktionen dürfen nicht merklich nachlassen!

#### 5 Organisation

- Auf eine möglichst einfache, aber dennoch flexible Organisation achten!
- Auf Basis einer flexiblen Grundorganisation durch Variationen immer neue Aufgaben kreieren!
- Bei größeren Trainingsgruppen parallele Spielfelder aufbauen!
- Die Spieler helfen beim Auf- und Abbau – die Organisation möglichst bereits vor Trainingsstart erledigen!

#### 6 Spielorientiert

- Spieltypische Anforderungen stellen!
- Alle komplexen Aufgaben daraufhin überprüfen, ob sie möglicherweise noch besser auf fußballspezifische Anforderungen und Abläufe abgestimmt werden können!
- Auf einen hohen Aufforderungscharakter der vielseitigen und abwechslungsreichen Spielformen achten!

■■■ UNTER DRUCK SICHER UND VARIABEL AM BALL BEHAUPTEN

□■■ METHODISCHES KONZEPT

Eine sicheres Kombinationsspiel funktioniert nur, wenn zunächst alle Spieler die nötigen technischen Basisqualitäten wie das präzise Passen, das leichtfüßige Dribbeln sowie die variable Ballkontrolle mitbringen – und das alles unter immer höheren Gegner- und Zeitdruck. Ebenso wichtig ist aber das „hellwache“, mutige Mitspielen und Anbieten in jeder Situation inklusive taktisch geschickter Freilaufaktionen.

### INFO

#### Ziele dieses Ausbildungsschwerpunktes

1 Verbesserung technischer Basisqualitäten unter Druck des Gegners

2 Stetiges und mutiges Mitspielen in jeder Situation

3 Schaffen von Anspielpunkten in Breite und Tiefe

4 Optimale Aufteilung der Aktionsräume in Abstimmung aller Spieler

5 Situationsgerechtes Umschalten auf Angriffe in die Tiefe auf das Tor

6 Spielübersicht, Spiel- und Risikofreude, Kreativität ...



# Praxisvorschläge - Demonstrationstraining

## „Sicher kombinieren!“



### TIPPS FÜR DAS AUFWÄRMPROGRAMM

- 1** Das Aufwärmprogramm regelmäßig variieren!
- 2** Auf Schwerpunkte des Hauptteils vorbereiten!
- 3** Die Belastung Schritt für Schritt steigern!
- 4** Auf präzise, konzentrierte Abläufe achten!

### VORBEREITENDE AUFGABEN

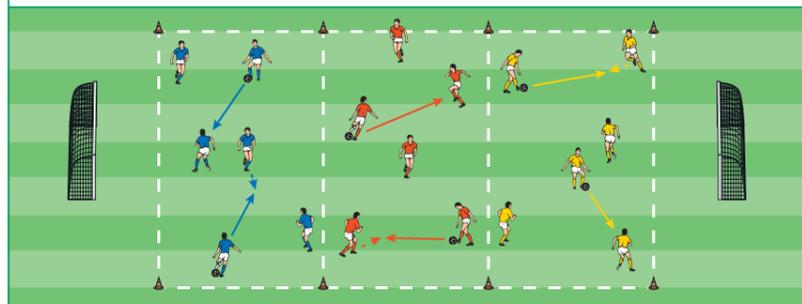


15 MINUTEN

#### Ziele und Inhalte

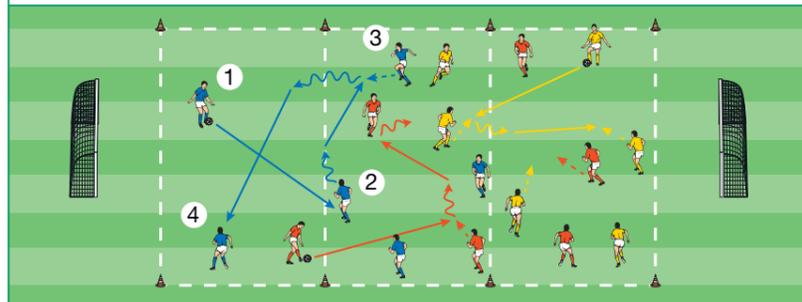
- Begrüßen und Einstimmen auf das Training
- Fördern der Sicherheit am Ball
- Ungestörtes Üben variantenreicher, präziser Zuspiele aus der Bewegung
- Sicheres, variables Kontrollieren von Zuspielen in der Bewegung
- Schulung der Spielübersicht
- Vorbereitung auf die Schwerpunkte des Hauptteils

### KURZBESCHREIBUNG



#### Zuspiel-Aufgaben in je einer Zone

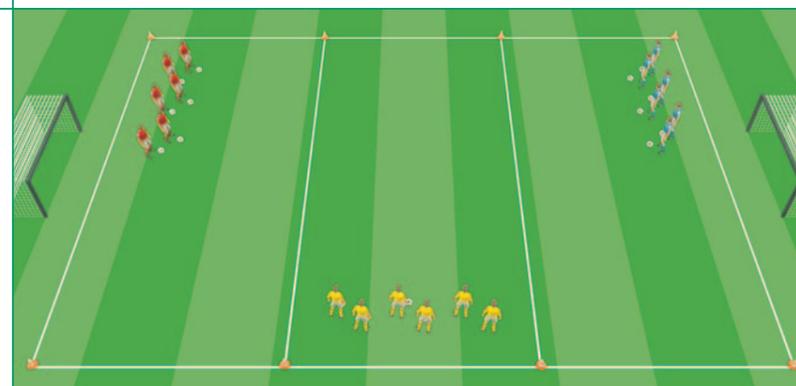
Jede 6er-Gruppe passt sich in einer Zone gleichzeitig 2 Bälle sicher und präzise zu.



#### Nummern-Zuspiele im ganzen Feld

Kombinieren mit nur einem Ball im ganzen Feld. Jeder passt dem Mitspieler mit der nächsten Nummer zu: 1 zu 2, 2 zu 3...6 zu 1 usw.

### ORGANISATORISCHER AUFBAU



#### Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil

- Für 18 Spieler ein markiertes Feld von etwa 36 x 25 Metern aufbauen!
- Mit Hütchen dieses Feld in 3 je 12 Meter breite Zonen unterteilen
- 3 Gruppen zu jeweils 6 Spielern einteilen
- Pro Spieler 1 Ball
- Hinter jeder Grundlinie bereits ein 5x2-Meter-Tor mit Torhüter aufstellen, das im weiteren Verlauf der Einheit benötigt wird

### ABLAUF/VARIATIONEN

## AUFGABE 1

#### Basisablauf des Aufwärmens

- Freies Zusammenspiel: Aus dem Dribbeln einem Mitspieler zupassen, der das Zuspiel sicher an- und mitnimmt und dann wieder zupasst.
- **Variation 1:** Mit höchstens 2 Kontakten in Folge zusammenspielen.
- **Variation 2:** Jedes 2. Zuspiel direkt weiterleiten!
- **Variation 3:** 2 Kontakte sind beim Kombinieren Pflicht!

## AUFGABE 2

#### Basisablauf des Aufwärmens

- Die Spieler in der Gruppe jeweils von 1 bis 6 nummerieren: Aus dem Dribbeln dem Mitspieler mit der nächsten Nummer zupassen, der das Zuspiel sicher an- und mitnimmt und dann weiterleitet usw.
- **Variation 1:** Mit höchstens 2 Kontakten in Folge zusammenspielen.
- **Variation 2:** 2 Kontakte sind beim Kombinieren Pflicht!
- **Variation 3:** Kombinieren in vorgegebener Nummernfolge - jetzt aber mit 2 Bällen!

### HINWEISE FÜR DAS TRAINING



Beim Aufwärmen bereits auf präzise Zuspiele achten!

- Stets interessante Aufwärmprogramme (mit Ball) anbieten!
- Das Aufwärmen bereits auf Ziele und Schwerpunkte des Hauptteils abstimmen!
- Auf korrekte und konzentrierte Abläufe achten!
- Regelmäßig neue Aufgaben stellen!



Mit dem Aufwärmen auf den intensiveren Hauptteil vorbereiten!

- Bei allen Aufgaben bewusst die Beidfüßigkeit fördern und fördern!
- Stets auf motivierende Aufgaben achten! Das reine „Abspulen“ von Aufgaben verhindern!
- Präzise Abläufe: Die Spieler zur Selbstkontrolle auffordern!

Ein interessantes, bewegungsreiches, sorgfältig vorgeplantes und zielorientiertes Einstimmen ist der erste Erfolgsbaustein jeder Trainingseinheit. Idealerweise die Aufgaben dieser ersten Trainingsphase bereits auf die Schwerpunkte des Hauptteils abstimmen! So bieten sich bei einer Einheit zur „Sicheren Ballzirkulation“ variantenreiche Zuspiel-Aufgaben an!

# PRAXIS-VORSCHLÄGE

**Funktion:**

- Sicherheit am Ball auch unter Druck eines Gegners
- Sichern des Balles: variables Verarbeiten von Zuspielen vom Gegner weg, präzise Zuspiele
- Schaffen von Anspielpunkten

**Mögliche Inhalte:**

- 6 gegen 3 auf Ballsichern
- 6 gegen 3 mit Umschalten

## AUFGABEN ZUM SICHERN DES BALLES IM RAUM

15 MINUTEN



**Ziele und Inhalte**

- Staffelung in Breite und Tiefe
- Schaffen von Abspielmöglichkeiten für die Mitspieler am Ball
- Anbieten auf Lücke
- Permanentes Mitspielen in jeder Situation
- Direktes Wiederanbieten nach einem Abspiel
- Präzise Zuspiele
- Spielübersicht
- Spaß und Spielfreude

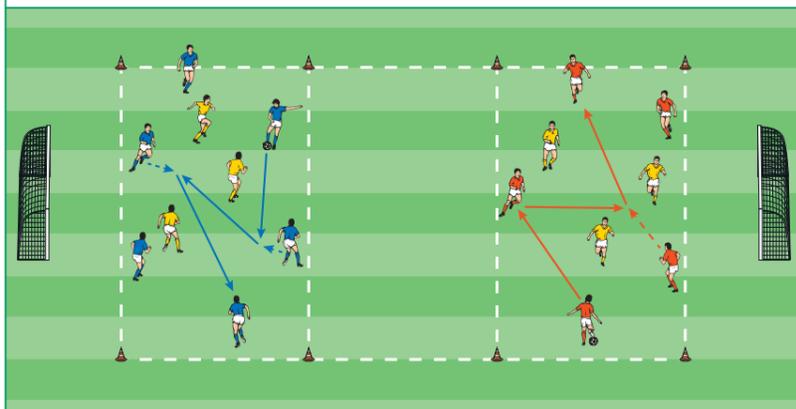
SCHWERPUNKTE DER AUSBILDUNG

**Komplex 1** BALL SICHERN IM RAUM

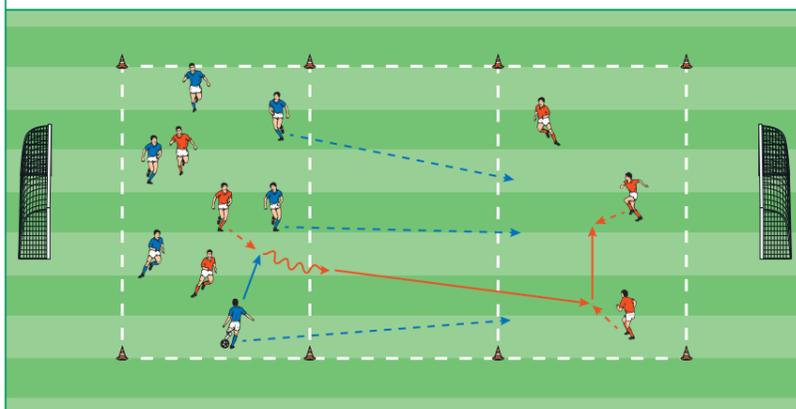
**Komplex 2** BALL SICHERN MIT SPIELRICHTUNG

**Komplex 3** VORBEREITEN EINES TORABSCHLUSSES

KURZBESCHREIBUNG

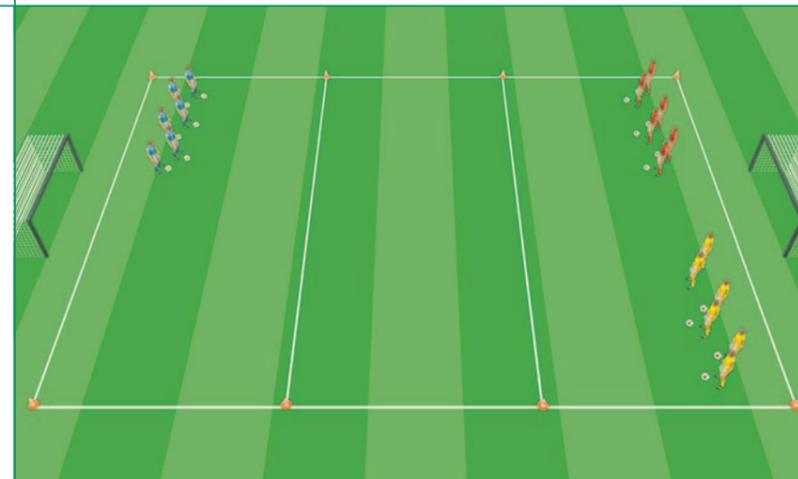


**Sichern des Balles im 6 gegen 3**  
2 x 6 gegen 3 in beiden Außenzonen. Aufgabe für die Angreifer ist es, den Ball zu sichern. Regelmäßiger Aufgabenwechsel der Teams!



**Sichern des Balles im 6 gegen 3 mit schnellem Umschalten**  
6 gegen 3 in einer Außenzone. Erobern die Verteidiger den Ball, verlagern sie sofort auf die Mitspieler und starten (wie 3 Gegner) in diese Zone nach!

ORGANISATION DIESES PRAXISTEILS



**Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil**

- Für 18 Spieler ein markiertes Feld von etwa 36 x 25 Metern aufbauen!
- Mit Hütchen dieses Feld in 3 je 12 Meter breite Zonen unterteilen
- 3 Gruppen zu jeweils 6 Spielern einteilen
- Hinter jeder Grundlinie bereits ein 5x2-Meter-Tor mit Torhüter aufstellen, das im weiteren Verlauf der Einheit benötigt wird

ABLAUF/VARIATIONEN

HINWEISE FÜR DAS TRAINING

AUFGABE 1

**Basisablauf der Spielform**

- Team C (Verteidiger) teilt sich jeweils zu dritt auf die beiden Außenzonen auf.
- Die Mannschaften A und B postieren sich mit Ball als Angreifer in je einer Außenzone.
- 2 x 6 gegen 3 in beiden Feldern! Aufgabe ist es, den Ball möglichst lange zu sichern!
- Erobern die Verteidiger den Ball, spielen sie diesen direkt zurück und das 6 gegen 3 läuft sofort weiter.
- Nach je 2 Minuten übernimmt ein anderes Team die Verteidiger-Aufgabe!
- **Variation:** Mit Begrenzung der Ballkontakte für die Angreifer je nach Können.



**Ziel: Anwenden der Techniken unter Druck!**

- Aufgaben kurz und prägnant erklären! Idealerweise Abläufe vormachen!
- Für die Angreifer: Anspielpunkte links und rechts sowie in der Tiefe schaffen!
- Als Trainer Lauf- und Passwege für die Angreifer aufzeigen!
- Das Spieltempo und die Aktivität der Gegner Schritt für Schritt steigern!

AUFGABE 2

**Basisablauf der Spielform**

- Team C hat aktive Pause: z.B. leichte Zuspiel-Aufgaben in einem freien Bereich außerhalb des Feldes.
- Team B (Verteidiger) teilt sich zunächst zu 2 x 3 Spielern auf beide Außenbereiche auf.
- Mannschaft A (Angreifer) startet mit einem 6 gegen 3 in einer Außenzone. Aufgabe ist es, den Ball zu sichern.
- Erobern die 3 Spieler von B den Ball: Sofort auf die 3 Mitspieler in der anderen Zone verlagern und dem Zuspiel nachstarten!
- Von A rücken ebenfalls 3 Spieler (nun als neue Verteidiger!) nach. Das 6 gegen 3 setzt sich direkt fort!



**Auf ein schnelles Umschalten nach Erobern des Balles achten!**

- Spieltypische Aufgaben stellen - nicht auf komplizierte, konstruierte Spielformen zurückgreifen!
- Nur Situationen, Abläufe und Aufgaben trainieren, wie sie auch das Spiel fordert!
- Die Belastung (= Spielzeit) steuern - alle Aktionen müssen explosiv ablaufen!
- Je nach Situation die Aufgaben flexibel erschweren/erleichtern!

# PRAXIS-VORSCHLÄGE

### Funktion:

- Sicherheit am Ball auch unter Druck eines Gegners
- Schaffen von Anspielpunkten (vor allem in der Tiefe)
- Offene Stellung beim Verarbeiten von Zuspielen

### Mögliche Inhalte:

- 4 gegen 4 + 2 neutrale Anspieler
- 4 gegen 4 + 2 eigene Anspieler

## KOMBINATIONS-AUFGABEN MIT VORGEgebenEN ZIELPUNKTEN 15 MINUTEN



### Ziele und Inhalte

- Staffelung in Breite und Tiefe
- Schnelles, variables und flexibles Zusammenspiel einschließlich präziser Zuspiele
- Kombinieren, um Lücken für ein schnelles Spiel in die Tiefe zu schaffen
- Schaffen von Abspielmöglichkeiten für den Mitspieler am Ball
- Spielübersicht
- Spaß und Spielfreude

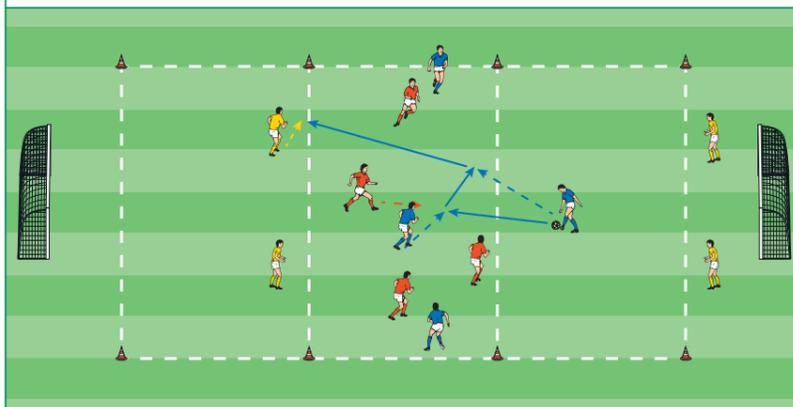
### SCHWERPUNKTE DER AUSBILDUNG

**Komplex 1** BALL SICHERN IM RAUM

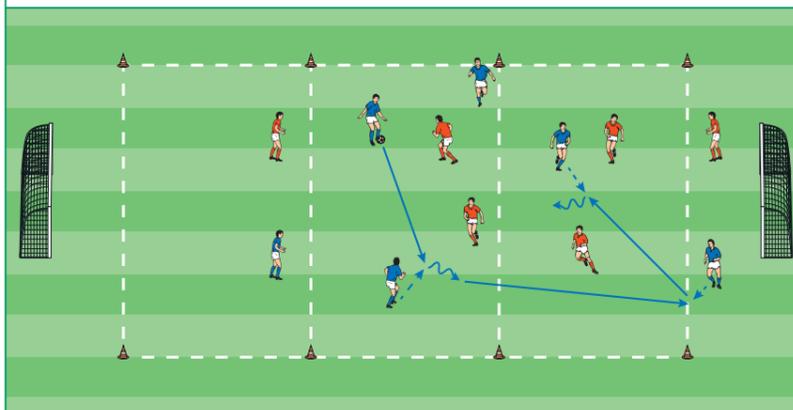
**Komplex 2** BALL SICHERN MIT SPIELRICHTUNG

**Komplex 3** VORBEREITEN EINES TORABSCHLUSSES

### KURZBESCHREIBUNG

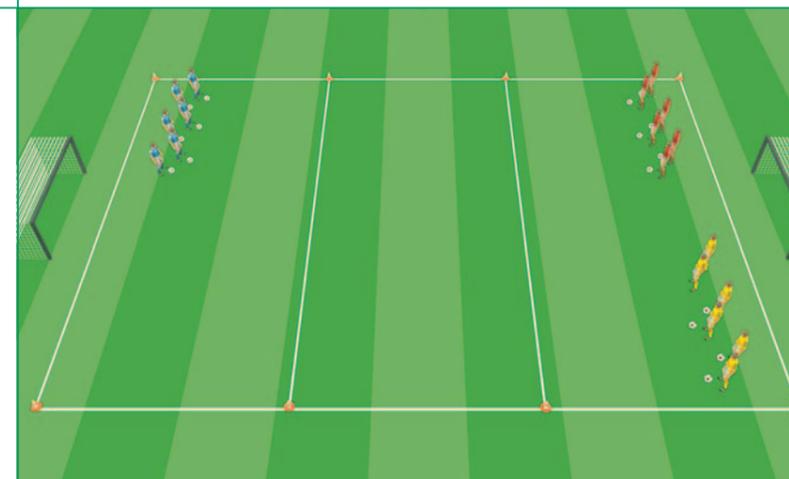


**4 gegen 4 zwischen je 2 neutralen Anspielern auf jeder Grundlinie**  
Aufgabe: Aus dem sicheren Kombinationsspiel möglichst häufig zwischen neutralen Anspielpunkten hin- und herkombinieren!



**4 gegen 4 zwischen je 2 eigenen Anspielern auf jeder Grundlinie**  
Aufgabe: Aus dem sicheren Kombinationsspiel zum eigenen Anspieler passen und mit diesem sofort die Position und Aufgabe tauschen!

### ORGANISATION DIESES PRAXISTEILS



### Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil

- Die Spielformen zu diesem Block laufen nun in 2 Dritteln des markierten Feldes ab
- Von den 3 Gruppen sind nun jeweils im Wechsel 4 Spieler aktiv - Aktive Aufgaben für die 3 spiel-freien Paare, z.B. leichte Zuspiel-Varianten
- Auf regelmäßige Aufgabenwechsel achten!

### ABLAUF/VARIATIONEN

### HINWEISE FÜR DAS TRAINING

## AUFGABE 1

#### Basisablauf der Spielform

- Ablauf in 2 Dritteln des markierten Feldes.
- Team C postiert sich paarweise als neutrale Anspielpunkte hinter je einer Grundlinie.
- Teams A und B: Freies Spiel 4 gegen 4, wobei die jeweiligen Angreifer möglichst häufig zwischen den Anspielpunkten hin- und herkombinieren sollen (= 1 Punkt).
- Nach einem Pass zur Anspielstation bleiben die Angreifer am Ball und kombinieren sofort in Richtung der anderen Grundlinie!
- Erobern die Verteidiger den Ball, sichern sie den Ball und suchen die Anspielpunkte!
- Spielzeit: 4 Minuten - danach Wechsel!



**Wenn die Möglichkeit da ist, in „offene“ Räume kombinieren!**

- Stets Anspielpunkte schaffen!
- Ein schnelles Spiel nach vorne durch eine Staffelung in der Tiefe sowie Dribblings in freie Aktionsräume vorbereiten!
- Auf Lücke anbieten - das gilt für die Spieler im Feld und die Anspielpunkte!
- Nach Zuspiel zu einer Anspielstation sofort in die neue Spielrichtung orientieren!

## AUFGABE 2

#### Basisablauf der Spielform

- Ablauf in 2 Dritteln des markierten Feldes.
- Team C hat zunächst komplett eine aktive Pause (z.B. leichte Zuspiel-Aufgaben).
- Von den Mannschaften A und B postieren sich jeweils 2 Spieler als Anspielpunkte hinter beiden Grundlinien.
- Spiel 4 gegen 4 von Grundlinie zu Grundlinie: Als Angreifer einem eigenen Anspieler zupassen und mit diesem sofort die Position tauschen (= 1 Punkt).
- Nach dieser Aktion bleiben die Angreifer am Ball und kombinieren sofort in Richtung des anderen Anspielpunktes!
- Spielzeit: 4 Minuten - danach Wechsel!



**Vor Zuspielen stets den Blick vom Ball lösen!**

- Die Spieler nicht überfordern! Zwar muss nicht jeder Ablauf sofort reibungslos funktionieren, letztlich müssen die Kinder aber bereits technisch-taktische Qualitäten mitbringen, um die Aufgabe meistern zu können!
- Belastungen steuern - alle Aktionen müssen explosiv ablaufen!
- Genug Reservebälle bereitlegen!

# PRAXIS-VORSCHLÄGE

**Funktion:**

- Sicheres Kombinieren zum Vorbereiten von Tormöglichkeiten
- Rhythmuswechsel: Schnelles Spiel in die Tiefe aus einem Zusammenspiel in der Breite

**Mögliche Inhalte:**

- 4 gegen 4 auf 1 gegen 1
- 6 gegen 6 mit Zusatzpunkten für Ballzirkulations-Phasen

## AUFGABEN ZUM HERAUSSPIELEN VON TOREN

15 MINUTEN



**Ziele und Inhalte**

- Sicheres, variables Kombinieren zur Vorbereitung eines Spiels in die Tiefe
- Schnelles Orientieren im Raum
- Zielorientiertes Spiel in die Tiefe und Nachstarten
- Spielübersicht
- Schnelles Erfassen neuer Spielsituationen
- Positionsspezifische Schulung (Schwerpunkt Angriffsspitze)
- Risikofreude und Kreativität
- Spaß und Spielfreude

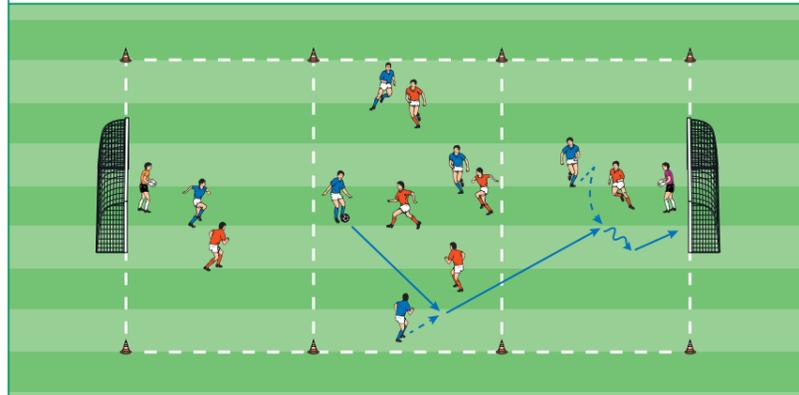
SCHWERPUNKTE DER AUSBILDUNG

**Komplex 1** BALL SICHERN IM RAUM

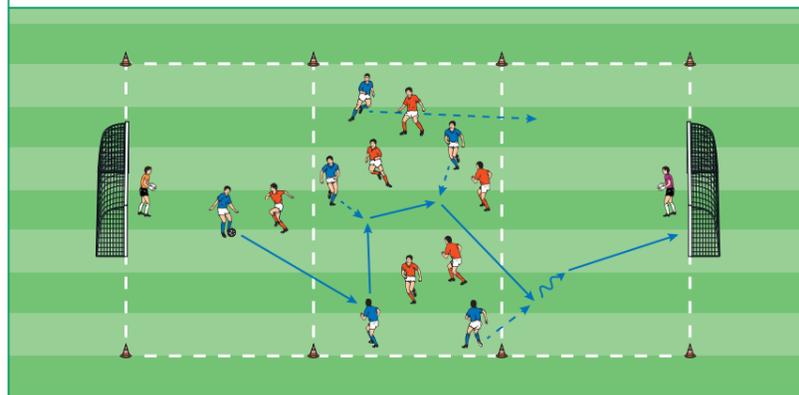
**Komplex 2** BALL SICHERN MIT SPIELRICHTUNG

**Komplex 3** VORBEREITEN EINES TORABSCHLUSSES

KURZBESCHREIBUNG

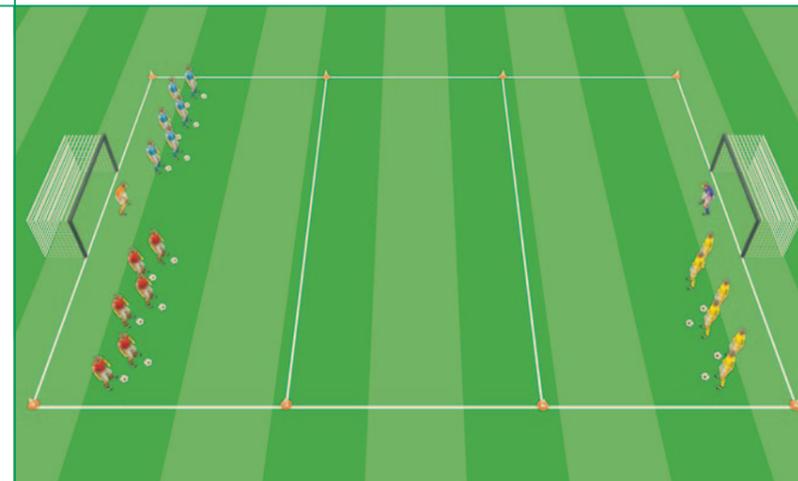


**4 gegen 4 auf 1 gegen 1 in der Angriffszone**  
Aufgabe: Aus dem sicheren Kombinationspiel (4 gegen 4 in der Mittelzone) auf die Spitze passen und zum schnellen Abschluss kommen!



**6 gegen 6 auf 2 Tore mit Torhütern**  
Herauspielen von Toren aus dem sicheren Kombinationsspiel. Zusatzpunkte für die Angreifer gibt es für 5 Zupiele in Folge in der Mittelzone.

ORGANISATION DIESES PRAXISTEILS



**Organisatorischer Aufbau für diesen Praxisteil**

- Die Spielformen in diesem Block laufen im kompletten Feld ab
- Die beiden 5x2-Meter-Tore nun auf die beiden Grundlinien vorrücken!
- Von den 3 Gruppen sind nun jeweils im Wechsel 2 Teams aktiv - Aktive Aufgaben für die spielfreien Mannschaften, z.B. leichte Zuspiel-Varianten
- Auf regelmäßige Aufgabenwechsel achten!

ABLAUF/VARIATIONEN

HINWEISE FÜR DAS TRAINING

AUFGABE 1

- Basisablauf der Spielform**
- Ablauf im kompletten Feld auf die beiden Tore mit Torhütern.
  - Jede Aktion startet mit einem 4 gegen 4 in der Mittelzone (nach einem Trainer-Zuspiel von der Seite).
  - Die jeweiligen Angreifer kombinieren, bis sich eine Anspielmöglichkeit auf die eigene Spitze in der Angriffszone ergibt.
  - Sofort rücken der Passgeber und ein Gegner nach, um im 2 gegen 2 zum Torabschluss zu kommen.
  - Zusatzregel: 5 ununterbrochene Zuspiele im Mittelfeldbereich = 1 Zusatzpunkt für die Angreifer.



Auf engem Raum kommt es häufig zu Drucksituationen!

- Die Zusatzpunkte für das Kombinieren im Mittelfeld fordert den Gegner zum Herausrücken und Attackieren auf!
- Belastungen steuern - alle Aktionen müssen explosiv ablaufen!
- Die Zonen je nach Können gegebenenfalls vergrößern!
- Auf klare, zielstrebige Aktionen nach einem Pass in die Spitze achten!

AUFGABE 2

- Basisablauf der Spielform**
- Ablauf im kompletten Feld auf die beiden Tore mit Torhütern.
  - Je 2 Teams spielen im Wechsel 6 gegen 6 auf die beiden Tore.
  - Aufgabe: Im freien Spiel aus dem variablen, sicheren Kombinieren Torchancen herauspielen und sicher verwerten!
  - Zusatzregel: Für 5 ununterbrochene Zuspiele im Mittelfeldbereich gibt es wieder 1 Zusatzpunkt für die Angreifer!
  - Spielzeit: 5 Minuten - im Anschluss Wechsel mit der pausierenden Mannschaft.



Im Passspiel ist Verantwortung gefragt. Alibipässe sind tabu!

- Zielstrebige Aktionen und Abschlüsse einfordern - ein kurzfristiges Übergewicht sicher ausspielen!
- Stets in Breite und Tiefe staffeln!
- Unter Druck den Ball direkt weiterleiten!
- Nach einem Pass in die Tiefe sofort nachstarten!
- Die Zonen je nach Können gegebenenfalls vergrößern!

## Praxis-Vorschläge – Trainingsformen-Katalog

# „Sicher kombinieren!“

### TIPPS FÜR DAS AUFWÄRMPROGRAMM



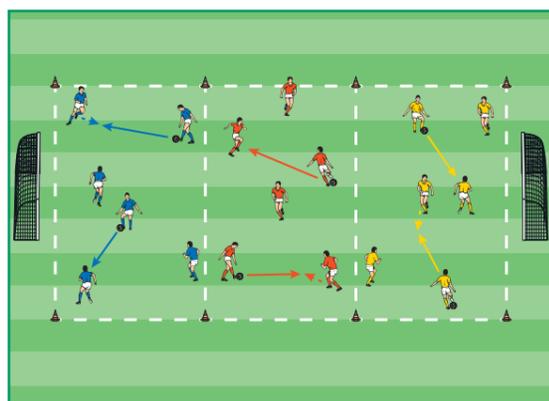
**1** Das Aufwärmprogramm regelmäßig variieren!

**2** Auf Schwerpunkte des Hauptteils vorbereiten!

**3** Die Belastung Schritt für Schritt steigern!

**4** Auf präzise, konzentrierte Abläufe achten!

### VORBEREITENDE AUFGABEN



#### Variable Zuspiel-Aufgaben je nach Ball

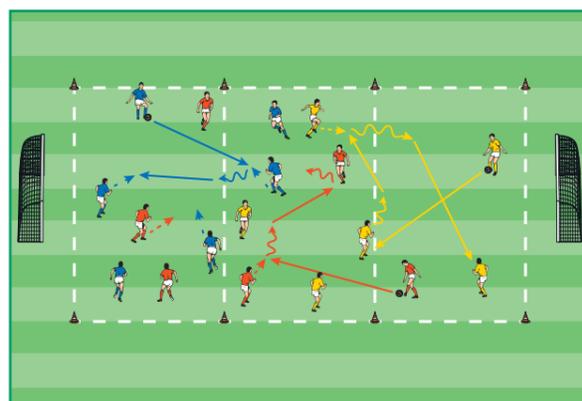
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

#### Organisation/Ablauf

- Jede 6er-Gruppe passt sich in einer Zone gleichzeitig 2 farblich unterscheidbare Bälle sicher und präzise zu.
- Für beide Bälle jeweils unterschiedliche Aufgaben (z.B. Kontakt-Variationen) vorgeben!



#### Kombinieren mit klarer Positions-Aufteilung

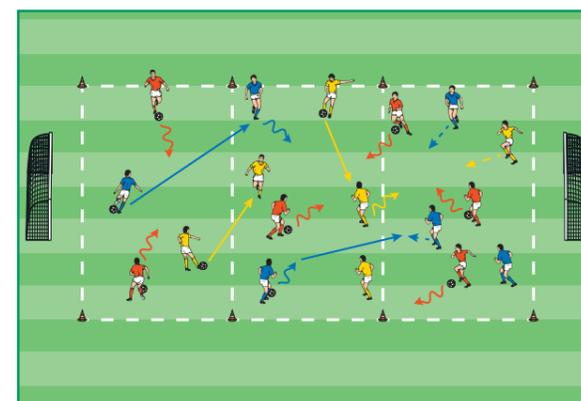
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

#### Organisation/Ablauf

- Die 6er-Gruppen kombinieren nun im kompletten Feld mit nur einem Ball.
- Beim Zusammenspiel dürfen sich zu keinem Zeitpunkt alle Spieler in der gleichen Zone bewegen!
- Erweiterung: Stets alle Zonen besetzen!



#### Dribbeln und Kombinieren

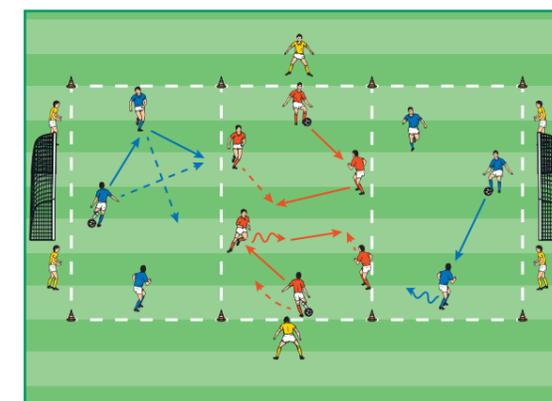
BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

#### Organisation/Ablauf

- Alle 6 Spieler der Gruppe A dribbeln variantenreich im Feld.
- Die beiden anderen Teams kombinieren gleichzeitig sicher und präzise mit je 2 Bällen.
- Regelmäßiger Aufgabenwechsel der Gruppen!



#### Kombinieren mit Anspielern in der Tiefe

BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

#### Organisation/Ablauf

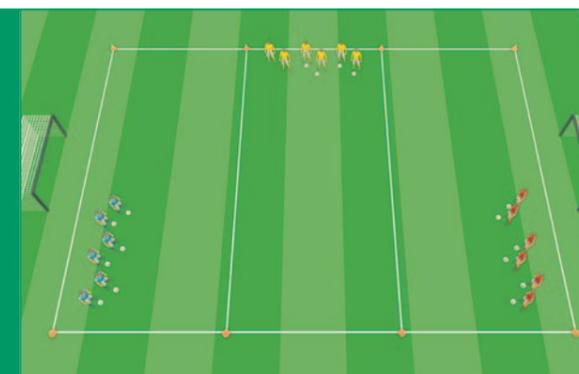
- Gruppe C verteilt sich hinter die Seiten- bzw. Grundlinien des Feldes.
- Die Spieler von A + B kombinieren jeweils zu dritt zwischen diesen Anspielpunkten: Team A immer von Seite zu Seite, Team B von Grundlinie zu Grundlinie!

Hier finden Sie weitere Spiel-Vorschläge zur Schulung eines sicheren Kombinierens auch unter großem Druck des Gegners. Im Training die variantenreichen Spiel-Aufgaben mit motivierenden, aber stets spielorientierten Zuspiel-Übungen verknüpfen! Denn Übungsformen ermöglichen das ungestörte Ausprobieren verschiedener Zuspiel-Techniken, die dann in Spielformen direkt mit Gegnern anzuwenden sind!

### BASISINFORMATIONEN ZUR PRAXIS (VORBEREITEN DES SCHWERPUNKTES)

#### Organisation

- Für 18 Spieler ein Feld von etwa 36 x 25 Metern markieren
- Mit Hütchen dieses Feld in 3 je 12 Meter breite Zonen unterteilen
- 3 Teams zu jeweils 6 Spielern einteilen
- Pro Spieler 1 Ball bereitlegen



#### Praktische Tipps

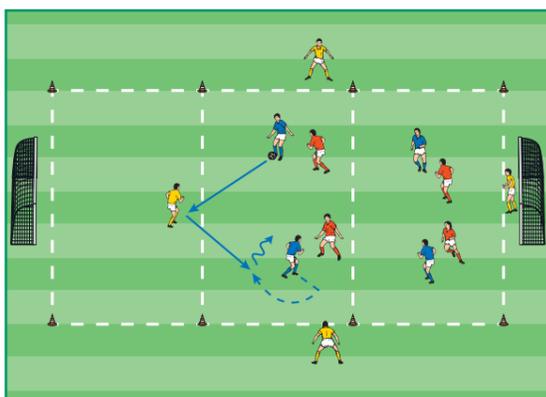
- Die Spieler über Ziele und Funktion des Aufwärmens aufklären!
- Alle Spieler müssen in Bewegung sein und viele Aktionen haben!
- Auf Beidfüßigkeit bei allen Aufgaben mit Ball achten!
- Aufgaben variieren!

**UNTER DRUCK SICHER UND VARIABEL AM BALL BEHAUPTEN**
**TRAININGSFORMEN-KATALOG**
**ANFORDERUNGSPROFIL: „AUS ENGEN RÄUMEN HERAUS KOMBINIEREN“**
**Funktion:**

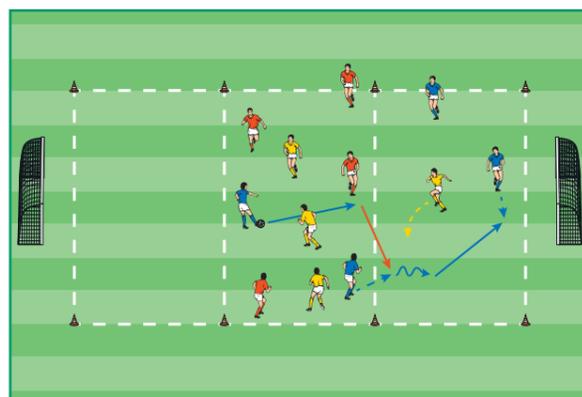
- Sicherheit am Ball auch unter Druck
- Variables Kombinieren verknüpft mit ball-sichernden Dribblings
- Schaffen von Anspielpunkten

**Mögliche Inhalte:**

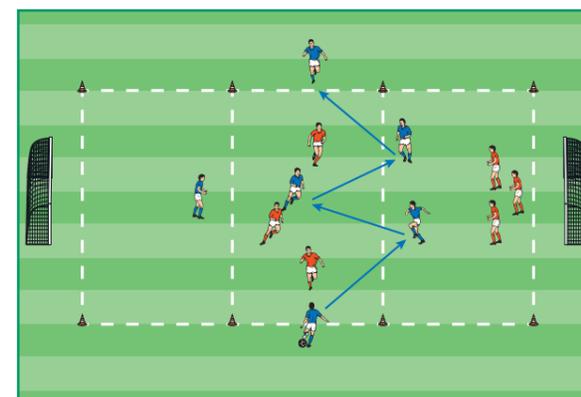
- Ballsicherung mit Anspielpunkten
- Ballsicherung mit Kontaktbegrenzungen

**Komplex 1**
**BALL SICHERN**
**Komplex 2**
**BALL SICHERN MIT SPIELRICHTUNG**
**Komplex 3**
**VORBEREITEN EINES TORABSCHLUSSES**
**TRAININGSVORSCHLÄGE**

**4 gegen 4 plus 4 Anspieler**
**BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT**
**U12/U13**
**U14/U15**
**Organisation/Ablauf**

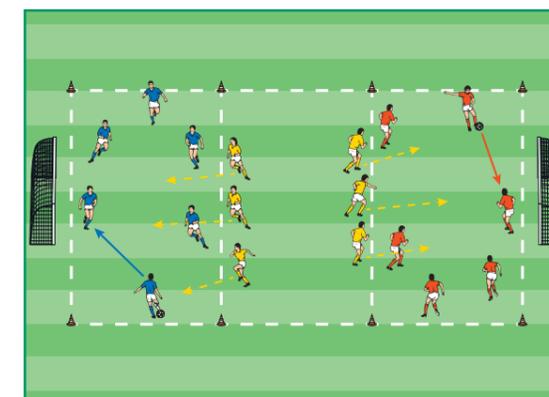
- Ablauf in 2 Dritteln des markierten Feldes.
- Von den 3 Gruppen sind jeweils im Wechsel 4 Spieler aktiv - Aktive Aufgaben für die anderen.
- Die 4 Spieler von Team C postieren sich als neutrale Anspielpunkte hinter je einer Linie des Feldes.
- Teams A und B: Freies Spiel 4 gegen 4 mit dem Schwerpunkt „Sichern des Balles“!
- Dabei können die jeweiligen Angreifer die Anspielpunkte in das Kombinationsspiel einbinden!
- 10 (7) Zuspiele in Folge = 1 Punkt für die Angreifer!
- Mit Kontaktbegrenzungen je nach Können!
- Spielzeit: 4 Minuten - danach Wechsel!


**8 gegen 4 mit direktem Aufgabenwechsel**
**BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT**
**U12/U13**
**U14/U15**
**Organisation/Ablauf**

- Ablauf in 2 Dritteln des markierten Feldes.
- Von den 3 Gruppen sind jeweils wechselweise 4 Spieler aktiv - Aktive Aufgaben (z.B. leichte Zuspiel-Varianten) für die restlichen Spieler.
- Die Teams A und B spielen zunächst im 8 gegen 4 gegen C mit der Aufgabe, den Ball mit so wenig Kontakten wie möglich zu sichern!
- Bei Ballverlust übernimmt sofort das betreffende Team die Verteidiger-Aufgabe und startet mit der schnellen Rückeroberung des Balles!
- Mit Kontaktbegrenzungen je nach Können!
- Spielzeit: 3 Minuten - danach Wechsel!


**5 plus 1 gegen 3 auf Ballsicherung**
**BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT**
**U12/U13**
**U14/U15**
**Organisation/Ablauf**

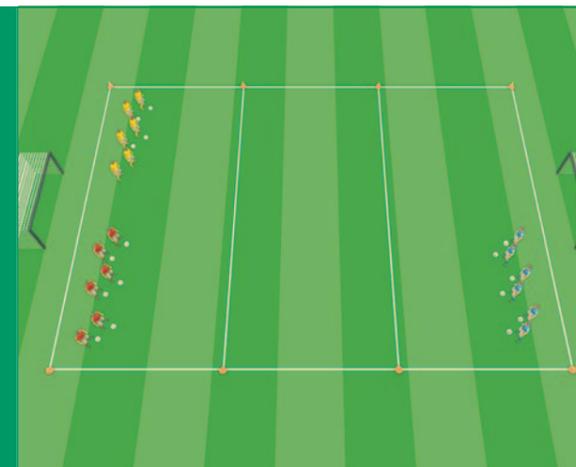
- Ablauf im mittleren Drittel des Feldes.
- Von den 3 Gruppen sind jeweils 2 Teams im Wechsel aktiv - leichte Aufgaben für das pausierende Team C.
- 5 Spieler von Team A postieren sich als Angreifer rund um die Mittelzone bzw. 1 Spieler als zentraler Anspielpunkt in der Mitte. Die Spieler von B teilen sich in 2 x 3 Verteidiger auf.
- Aufgabe: 5 plus 1 gegen 3 auf Ballsicherung! Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie über eine Linie!
- Mit Kontaktbegrenzungen je nach Können!
- Spielzeit: 1 Minute - danach rücken die 3 anderen Verteidiger ins Feld!


**Ballsichern im 6 gegen 3 als Wettbewerb**
**BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT**
**U12/U13**
**U14/U15**
**Organisation/Ablauf**

- Die Spieler von C teilen sich in 2 x 3 Verteidiger auf und starten aus der Mittelzone.
- Die Teams A und B beginnen jeweils als Angreifer in einer Außenzone.
- Auf ein Signal startet jeweils die Aktion: Die 3 Verteidiger von C sollen jeweils möglichst schnell aus dem 6 gegen 3 in der betreffenden Außenzone 3 Balleroberungen schaffen!
- Welcher Angreifer-Gruppe gelingt es, den Ball länger zu sichern?
- Mit Kontaktbegrenzungen je nach Können!
- Aufgabenwechsel der Teams nach aktiver Pause!

**UNTER DRUCK SICHER UND VARIABEL AM BALL BEHAUPTEN**
**TRAININGSFORMEN-KATALOG**
**BASISINFORMATIONEN ZUR PRAXIS**
**Organisation**

- Für 18 Spieler ein Feld von etwa 36 x 25 Metern markieren!
- Mit Hütchen dieses Feld in 3 je 12 Meter breite Zonen unterteilen
- 3 Gruppen zu jeweils 6 Spielern einteilen
- Hinter jeder Grundlinie bereits ein 5x2-Meter-Tor mit Torhüter aufstellen, das im weiteren Verlauf benötigt wird


**Praktische Tipps**

- Auf Pausen achten - nur schnellstmögliche Aktionen sichern die Leistungssteigerungen!
- Auf eine einfache, aber dennoch variable Organisation zurückgreifen!
- Die Größe des Feldes flexibel anpassen (vergrößern/verkleinern)!
- Die Spiel-Aufgaben kreativ verändern!

■ ■ ■ UNTER DRUCK SICHER UND VARIABEL AM BALL BEHAUPTEN

□ ■ ■ TRAININGSFORMEN-KATALOG

**ANFORDERUNGSPROFIL: „SICHER IN ANGRIFFSBEREICHE VORSPIELEN“**

**Funktion:**

- Sicherheit am Ball auch unter Druck eines Gegners
- Schaffen von Anspielpunkten (vor allem in der Tiefe)
- Offene Stellung

**Mögliche Inhalte:**

- 4 gegen 4 auf Anspielpunkte
- 6 gegen 6 auf Anspielpunkte

**Komplex 1**

**BALL SICHERN**

**Komplex 2**

**BALL SICHERN MIT SPIELRICHTUNG**

**Komplex 3**

**VORBEREITEN EINES TORABSCHLUSSES**

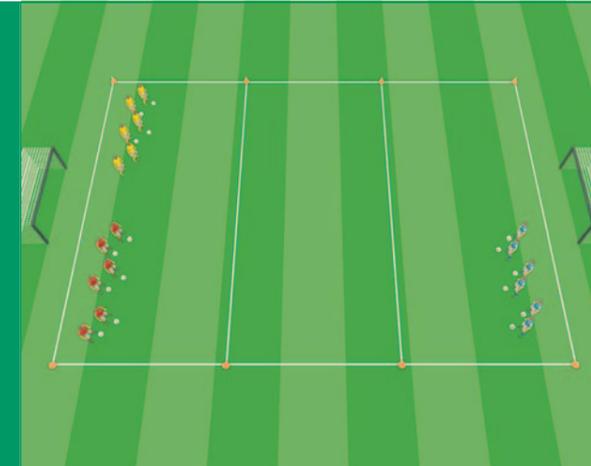
■ ■ ■ UNTER DRUCK SICHER UND VARIABEL AM BALL BEHAUPTEN

□ ■ ■ TRAININGSFORMEN-KATALOG

**BASISINFORMATIONEN ZUR PRAXIS**

**Organisation**

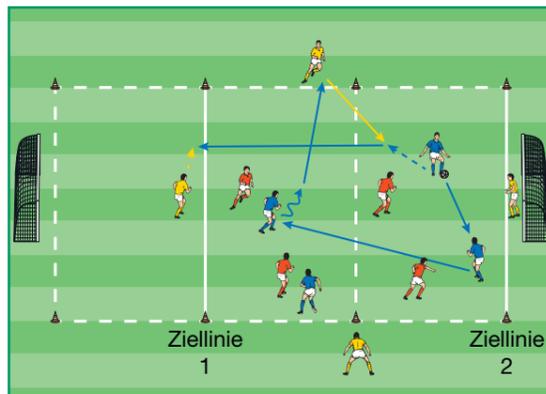
- Für 18 Spieler ein Feld von etwa 36 x 25 Metern markieren!
- Mit Hütchen dieses Feld in 3 je 12 Meter breite Zonen unterteilen
- 3 Gruppen zu jeweils 6 Spielern einteilen
- Hinter jeder Grundlinie bereits ein 5x2-Meter-Tor mit Torhüter aufstellen, das im weiteren Verlauf benötigt wird



**Praktische Tipps**

- Auf Pausen achten - nur schnellstmögliche Aktionen sichern die Leistungssteigerungen!
- Die Spieler nicht überfordern - gegebenenfalls die Aufgabe erleichtern!
- Vor allem das Spielfeld flexibel vergrößern!
- Reservebälle rund um das Feld auslegen!

**TRAININGSVORSCHLÄGE**



**4 gegen 4 zwischen Anspielpunkten**

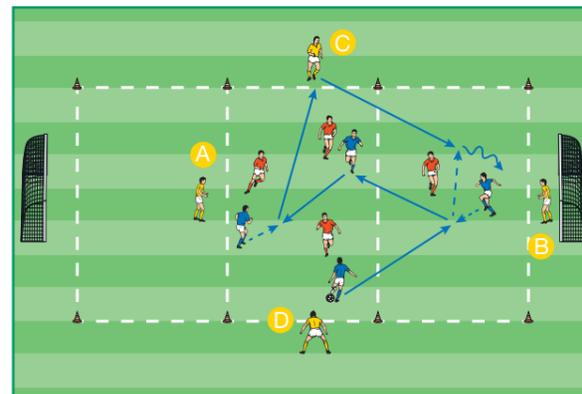
**BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT**

U12/U13

U14/U15

**Organisation/Ablauf**

- Ablauf in 2 Dritteln des markierten Feldes.
- Von den 3 Gruppen sind im Wechsel jeweils 4 Spieler aktiv - Leichte Zuspiel-Aufgaben für die anderen.
- Die 4 Spieler von Team C postieren sich als neutrale Anspielpunkte hinter je einer Linie des Feldes.
- Teams A und B: 4 gegen 4 mit dem Schwerpunkt „Sicheres Kombinationsspiel“, wobei sie zwischen den beiden Anspielern hinter den Ziellinien 1/2 hin- und herkombinieren sollen!
- Dabei können sie die zusätzlichen Anspielstationen an der Seite in das Kombinationsspiel einbinden!
- Mit Kontaktbegrenzungen je nach Können!



**4 gegen 4 mit Wechsel der Anspielpunkte**

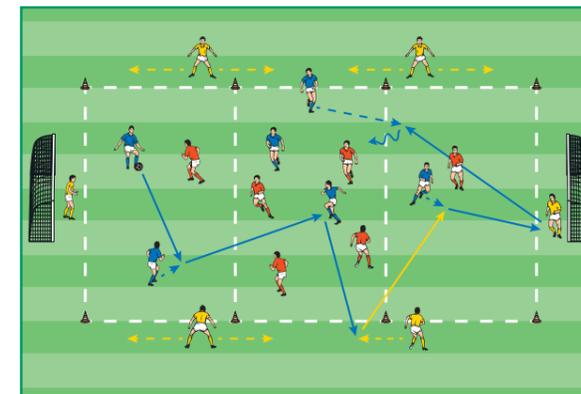
**BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT**

U12/U13

U14/U15

**Organisation/Ablauf**

- Ablauf in 2 Dritteln des markierten Feldes.
- Von den 3 Gruppen sind im Wechsel jeweils 4 Spieler aktiv - Leichte Zuspiel-Aufgaben für die anderen.
- Die 4 Spieler von Team C postieren sich als neutrale Anspielpunkte hinter je eine Linie und bekommen jeweils einen Buchstaben („A“ bis „D“) zugeteilt.
- Teams A und B: Spiel 4 gegen 4 mit dem Schwerpunkt „Sicheres Kombinationsspiel“.
- Der Trainer ruft regelmäßig eine neue Buchstaben-Kombination (z.B. „A/B“) auf. Die jeweiligen Angreifer haben die Aufgaben, zwischen diesen beiden Anspielpunkten hin- und herzukombinieren (= 1 Punkt).



**6 gegen 6 mit Anspielpunkten rund ums Feld I**

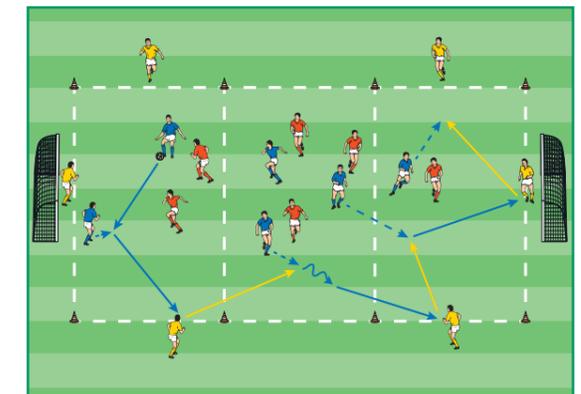
**BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT**

U12/U13

U14/U15

**Organisation/Ablauf**

- Ablauf im kompletten markierten Feld.
- Die 6 Spieler von Team C postieren sich als neutrale Anspielpunkte rund um das Feld: jeweils 1 Spieler hinter jede Grundlinie, je 2 an jeder Seitenlinie. Die Anspielstationen können sich dabei seitlich frei bewegen.
- Teams A und B: 6 gegen 6 mit dem Schwerpunkt „Sicheres Kombinationsspiel“, wobei sie zwischen den beiden Anspielern hinter den Grundlinien hin- und herkombinieren sollen (= 1 Punkt)!
- Dabei können sie die zusätzlichen Anspielstationen an der Seite in das Kombinationsspiel einbinden!
- Mit Kontaktbegrenzungen je nach Können!



**6 gegen 6 mit Anspielpunkten rund ums Feld II**

**BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT**

U12/U13

U14/U15

**Organisation/Ablauf**

- Gleiche Organisation wie bei der Spielform I, die Anspielpunkte (Gruppe C) an den Seitenlinien dürfen sich nun jedoch nur an der zugeteilten Außenzone bewegen. An der Mittelzone haben die jeweiligen Angreifer somit keine zusätzliche Anspielmöglichkeit.
- Mannschaften A und B: Spiel 6 gegen 6 zwischen den Anspielpunkten hinter den Grundlinien.
- Dabei sind für die Angreifer in den Außenzonen maximal 2 Kontakte in Folge erlaubt (einschließlich der äußeren Anspielpunkte), in der Mittelzone dagegen ist freies Spiel möglich!
- Aufgabenwechsel von 2 Teams nach je 5 Minuten!

## ANFORDERUNGSPROFIL: „PLÖTZLICHE TORANGRIFFE VORBEREITEN“

**Funktion:**

- Sicheres Kombinieren zum Vorbereiten von Tormöglichkeiten
- Rhythmuswechsel: Schnelles Spiel in die Tiefe nach Zusammenspiel in der Breite

**Mögliche Inhalte:**

- 4 gegen 4 auf 1 gegen 1
- 6 gegen 6 mit Zusatzpunkten für längere Ballzirkulations-Phasen

**Komplex 1**

BALL SICHERN

**Komplex 2**

BALL SICHERN MIT SPIELRICHTUNG

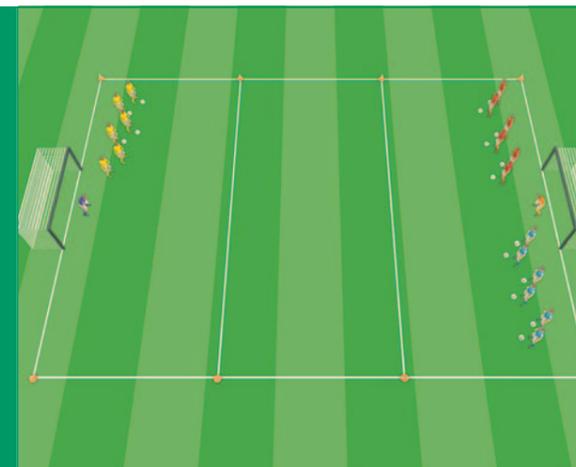
**Komplex 3**

VORBEREITEN EINES TORABSCHLUSSES

## BASISINFORMATIONEN ZUR PRAXIS

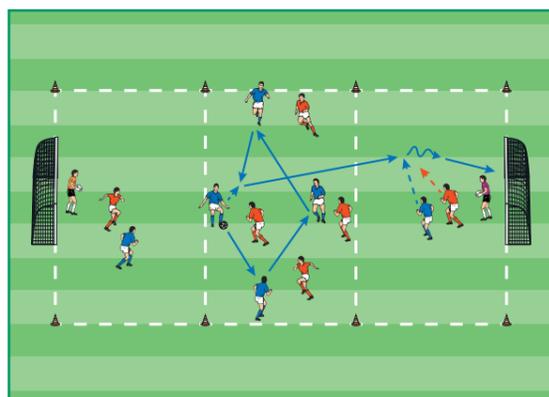
**Organisation**

- Für 18 Spieler ein Feld von etwa 36 x 25 Metern markieren!
- Mit Hütchen dieses Feld in 3 je 12 Meter breite Zonen unterteilen
- 3 Gruppen zu jeweils 6 Spielern einteilen
- Auf beiden Grundlinien ein 5x2-Meter-Tor mit Torhüter aufstellen

**Praktische Tipps**

- Auf Pausen achten - nur schnellstmögliche Aktionen sichern die Leistungssteigerungen!
- Die Spieler nicht überfordern - gegebenenfalls die Aufgabe erleichtern!
- Vor allem das Spielfeld flexibel vergrößern!
- Reservebälle rund um das Feld auslegen!

## TRAININGSVORSCHLÄGE

**4 gegen 4 auf 1 gegen 1 in der Angriffszone I**

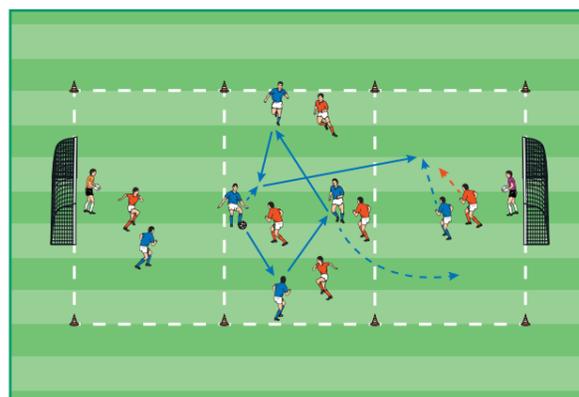
## BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

**Organisation/Ablauf**

- Ablauf im kompletten Feld auf die beiden Tore. Die Spieler jeweils auf vorgegebene Zonen verteilen, die nicht verlassen werden dürfen: 4 Spieler pro Team in der Mittelzone, je 1 Spieler in beiden Außenzonen.
- Treffer sind jeweils bei beiden Toren möglich!
- Jede neue Aktion startet mit einem 4 gegen 4 in der Mittelzone (nach Trainer-Zuspiel von der Seite).
- Die jeweiligen Angreifer kombinieren, bis sich eine Anspielmöglichkeit auf eine eigene Spitze in einer Angriffszone ergibt.
- Nach dem Zuspiel muss die Angriffsspitze aus dem 1 gegen 1 einen Treffer erzielen!

**4 gegen 4 auf 1 gegen 1 in der Angriffszone II**

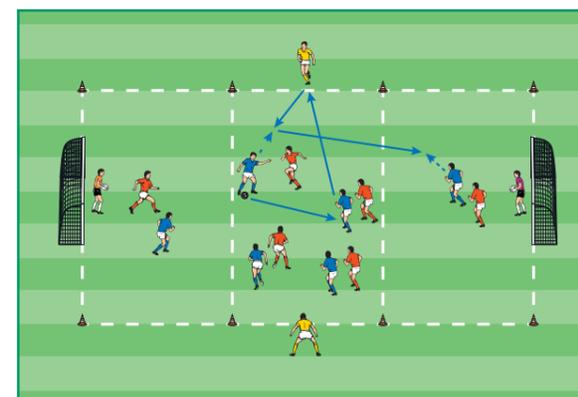
## BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

**Organisation/Ablauf**

- Gleicher Ablauf wie zuvor beim 4 gegen 4 in der Mittelzone zur Vorbereitung eines Passes in die Angriffszone.
- **Variation 1:** Nur je 3 Spieler spielen im Wechsel 3 gegen 3 in der Mittelzone (Erleichterung für die Angreifer).
- **Variation 2:** Der Trainer (oder ein Spieler des pausierenden Teams) hilft als zusätzlicher Neutraler in der Mittelzone.
- **Variation 3:** Vor einem Pass in die Tiefe müssen die Angreifer beim Aufbauspiel zunächst 5 (7) Zuspiele in Folge schaffen!
- **Variation 4:** Nach einem Zuspiel in die Angriffszone rücken der Passgeber und ein Gegner nach, um im 2 gegen 2 zum Torabschluss zu kommen.

**4 gegen 4 auf 1 gegen 1 in der Angriffszone III**

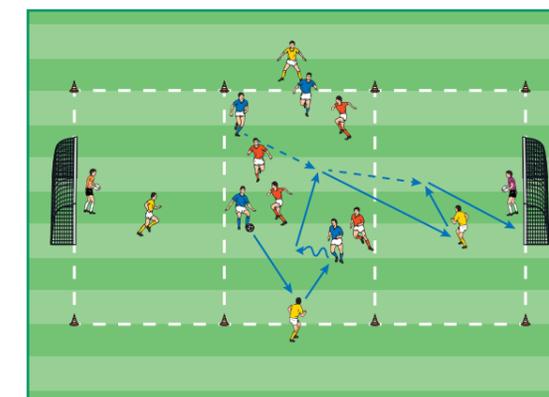
## BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

**Organisation/Ablauf**

- Gleicher Ablauf wie zuvor beim 4 gegen 4 in der Mittelzone zur Vorbereitung eines Passes in die Angriffszone.
- Vom pausierenden Team C postieren sich nun aber zusätzlich 2 Spieler als neutrale Anspielpunkte an beiden Seiten der Mittelzone.
- Beim Zusammenspiel zur Vorbereitung des Passes in die Tiefe können die jeweiligen Angreifer diese Anspieler einbinden!
- **Variation 1:** Mit Begrenzung der Ballkontakte für das Zusammenspiel in der Mittelzone je nach Können.
- **Variation 2:** 2 Kontakte sind beim Zusammenspiel in der Mittelzone für jeden Angreifer Pflicht!

**4 gegen 4 mit Spiel auf eine Angriffsspitze**

## BESTE EINSATZMÖGLICHKEIT

U12/U13

U14/U15

**Organisation/Ablauf**

- Von den 3 Gruppen sind im Wechsel jeweils 4 Spieler aktiv - Leichte Zuspiel-Aufgaben für die anderen.
- Teams A und B: 4 gegen 4 in der Mittelzone.
- Teams C: 2 Spieler als neutrale Spitzen in je einer Angriffszone, 2 Spieler als neutrale Anspielpunkte an den Seiten der Mittelzone.
- Jede Aktion startet wieder mit einem 4 gegen 4 (+ 2 neutrale Anspielstationen) in der Mittelzone zur Vorbereitung eines Passes in die Angriffszone.
- Die angespielte Spitze legt nun dem Passgeber (oder als Variante einem beliebigen nachrückenden Angreifer) zum ungestörten Torschuss auf!

■ ■ ■ UNTER DRUCK SICHER UND VARIABEL AM BALL BEHAUPTEN

□ ■ ■ TRAINERZEITSCHRIFT MIT AKTUELLEN SCHWERPUNKTEN

## fussballtraining FOKUS: GEBÜNDELTES FACHWISSEN FÜR SIE!



Mit *fussballtraining FOKUS* bieten wir Ihnen erstmals eine Publikation, die detaillierte Praxisrezepte von anerkannten Trainern zu besonders 'angesagten' Themen des modernen Fußballs präsentiert. Die Praxis wird zudem mit wertvollen Hintergrundinformationen angereichert. Der vorliegende Band rückt *den* Trend des Spitzenfußballs in den Fokus, mit dem in den letzten Jahren besonders der FC Barcelona und die spanische Nationalmannschaft für Furore sorgten: die **Ballzirkulation**. Die Beiträge prominenter und weniger prominenter, aber durchweg erfahrener Fußballtrainer stammen alle aus jüngeren Jahrgängen der Zeitschrift *fussballtraining*: Von der Kreisliga bis zur Nationalmannschaft finden Trainer aller Leistungsklassen hier Praxisrezepte, die ihnen weiterhelfen.



**fussballtraining FOKUS: Wer den Ball hat, kontrolliert das Spiel.**  
Ballsicherung erlernen und trainieren

80 Seiten • A4-Format: 13,80 € • für *fussballtraining*-Abonnenten: 9,80 €

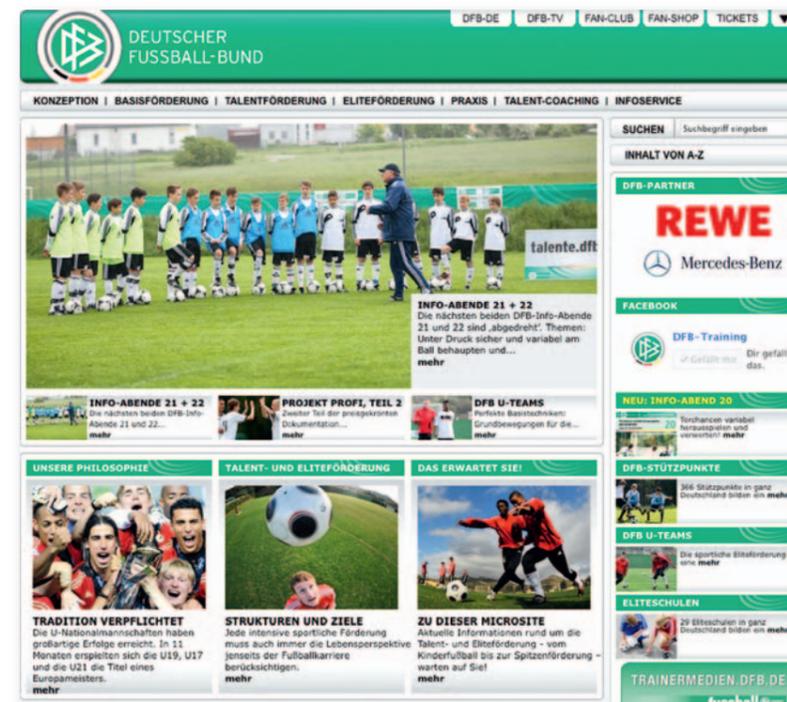
Philippka-Sportverlag • Rektoratsweg 36 • 48159 Münster • Tel.: 0251/23005-11  
buchversand@philippka.de • www.philippka.de (Shop)

■ ■ ■ UNTER DRUCK SICHER UND VARIABEL AM BALL BEHAUPTEN

DFB-MICROSITE ■ ■ ■

Wollen Sie sich schnell, umfassend, aktuell über das Talentfördersystem informieren?

## DFB-NACHWUCHSFÖRDERUNG DFB-TALENT- UND ELITEFÖRDERUNG AUCH IM INTERNET



### Konzeption



### Basisförderung



### Talentförderung



### Eliteförderung



In dieser Internet-Rubrik auf [dfb.de](http://dfb.de) finden Interessierte einen schnellen Überblick über die einzelnen Etappen und Teilbereiche der erfolgreichen Nachwuchsförderung im DFB - angefangen vom Kinderfußball bis hin zu den U-Nationalmannschaften.

Mit Hilfe übersichtlicher Info-Boxen, Animationen, Foto-Shows, Grafiken und vieler Videos sind dabei alle Informationen attraktiv und multimedial aufbereitet.

Damit nicht genug: Detaillierte sportliche Konzeptionen lassen sich als PDF-Broschüren leicht herunterladen, weitere Medien-Tipps runden den Informationsservice ab.

Nicht zuletzt finden sich in der Rubrik „Praxis“ interessante Einblicke in das Training vom Stützpunkt bis hin zu den DFB-Teams - mit vielen Anregungen, Ideen und Praxistipps für das eigene Training!

<http://talente.dfb.de>