

Besser als quer

In den vorhergehenden Kapiteln war bereits die Rede vom Einfühlungsvermögen zugunsten des Mitspielers, der als Nächster den Ball erhalten soll, und von Unterstützung für diesen Spieler, indem man sich selbst in eine gute Anspielposition bringt. Sieh dir die Situation in Abb. 9.1 an: Der vom ballführenden Spieler zu bedienende Angreifer wird demnächst den Ball erhalten, ist aber eng bewacht und steht mit dem Rücken zum Tor. Der unterstützende Mitspieler muss sich in einer Position anbieten, die der aktuellen Anspielstation die Sache möglichst leicht macht und ein direktes Ablegen auf ihn mit nur einer Ballberührung ermöglicht.

Aber allzu oft läuft der unterstützende Mitspieler bereits an der Anspielstation vorbei, wenn der Ball erst dort eintrifft. Geschieht das so, ist es für den Angespielten nicht einfach (oft sogar unmöglich), den Ball weiterzuleiten. Da der Ball nicht wie von Zauberkräften beflogt durch den Verteidiger hindurch zum Mitspieler gelangen kann, ist der unterstützende Mitspieler aus dem für Zuspiele geeigneten Bereich hinausgelaufen.

Bedenke, dass ein Zuspel in Blickrichtung immer am Einfachsten ist. Da geht es den Mitspielern nicht anders als dir. Wer sich in einem günstigen Zuspelwinkel anbieten will, darf nicht am ballführenden Spieler vorbeilaufen. Er muss ihm eine Gelegenheit anbieten, den Ball in Blickrichtung zu spielen. Auch wenn man noch nicht vollständig an ihm vorbeigelaufen ist, heißt das nicht unbedingt, dass man ihm einen guten Zuspelwinkel anbietet. Wenn die von dir angebotene Zuspelmöglichkeit einen exakten Querpass verlangt, ist das Abspielen nicht wirklich leicht.

Der unterstützende Mitspieler ist, wenn der Ball bei der Anspielstation ankommt, oft schon so weit aufgerückt, dass nur noch ein Querpass – ein exakt aufgelegter Querpass – übrigbleibt. Das ist immer noch besser, als ganz an der Anspielstation vorbeizulau-

fen – aber nur geringfügig. Die Anspielstation kann zwar noch in Blickrichtung spielen, aber nur mit knapper Not, und dabei bleibt kein Spielraum für Ungenauigkeiten mehr. Der Angespielte muss einen perfekt abgestimmten Ball spielen, der ganz genau zum Laufweg passt, und das verlangt einen hohen Grad an Perfektion. Ist das Timing des abgelegten Balles auch nur um den Bruchteil einer Sekunde ungenau, wirst du den Pass nicht mitnehmen können. Ist der Ball erst einmal verpasst, wird es dir nicht mehr gelingen, anzuhalten, dich zu drehen und ihn dir zurückzuholen. Dieser Spielzug ist gescheitert, und jetzt hat der Gegner den Ball erobert. Außerdem gilt: Selbst wenn dein Mitspieler einen perfekten Querpass spielt, bringt der ihn bedrängende Abwehrspieler vielleicht doch noch ein Bein dazwischen und lenkt den Ball ab, bevor er bei dir abkommt.

Die einfache Lösung ist, vom Gas zu gehen und dem Spieler am Ball einen günstigeren Abspielwinkel anzubieten. Anstatt also an der Anspielstation vorbeizuziehen und sie zu einem bemerkenswerten Zuspiel aufzufordern, bremst du einfach ab, wartest mit dem Antritt und bietest deine Unterstützung hinter dem Ball an, sodass ein Abspiel in Blickrichtung möglich ist. Biete ihm einen Zuspielwinkel an, der günstiger ist als bei einem Querpass. Gib ihm etwas Spielraum für Ungenauigkeiten. Mach ihm das Leben leichter. *Einfühlungsvermögen* – du erinnerst dich.

Wenn du hinter dem Ball bleibst, muss der abgelegte Ball nicht perfekt sein, eine ordentliche Genauigkeit reicht aus. Der Ball muss nur irgendwo vor dir abgelegt werden. Du kannst dich auf den gespielten Ball einstellen. Und weil du dich hinter der Anspielstation befindest, kann dich dieser Mitspieler vom Verteidiger in seinem Rücken abschirmen und dir so eine Sekunde mehr Zeit am Ball verschaffen.

Ein weiterer, bei den unterstützenden Spielern verbreiteter Fehler in Situationen dieser Art ist, dass sie nicht erkennen, auf welcher Seite der Anspielstation der einleitende Pass ankommen wird. Wenn du dich auf der Außenseite anbietest, der einleitende Pass aber zum Innenfuß gespielt wird, musst du den Zuspielwinkel verändern und

dich weiter nach innen bewegen. Du musst den Pass sehen und die Körpersprache der Anspielstation deuten können. Verlange nicht von deinem Mitspieler, den Ball mit nur einem Kontakt auf die andere Körperseite zu verlegen. Denke daran, dass du als Mitspieler die Aufgabe hast, dem Teamkollegen das Leben so einfach wie möglich zu machen. Dazu muss man sich nur in die Lage des Spielers versetzen, der die Anspielstation ist, und sich fragen: »Wo würde ich meinen Mitspieler gerne sehen, wenn ich an seiner Stelle wäre?« Und dann beweg dich schnell dorthin.

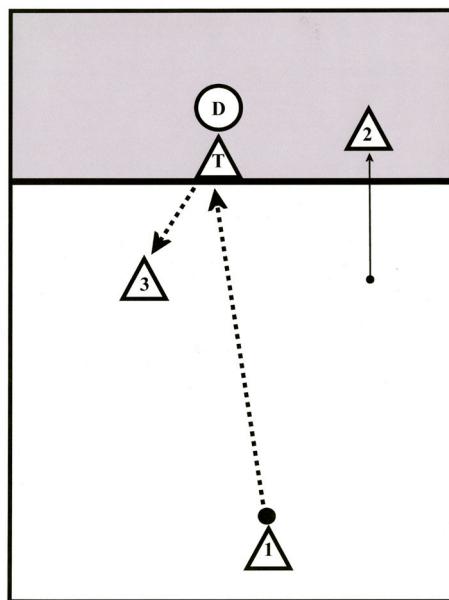


Abb. 9.1 – Der weiße Bereich vor der Anspielstation steht für den Raum, der besser ist als ein Querpass. Die Anspielstation (T) erhält den Ball, wird aber von einem Abwehrspieler (D) bedrängt, während Angreifer Nr. 2 einen günstigen Zuspielwinkel aufgibt, indem er an der Anspielstation vorbeiläuft. Angreifer Nr. 3 bietet sich in einer günstigen Position vor der Anspielstation an. Er erleichtert dem Mitspieler die Aufgabe, indem er sich für ein Zuspiel in Blickrichtung anbietet, was Spielraum für Ungenauigkeiten lässt.

Hinweis für Trainer: Diese Problem ist eines, das Sie in Rage versetzen wird, wenn Sie es nicht angehen, das aber eigentlich leicht zu lösen ist. Den Ausdruck »Besser als quer« führte ich vor ein paar Jahren ein und habe festgestellt, dass er sehr einprägsam ist und den Spielern im Gedächtnis bleibt.

10. KAPITEL

Drei Fragen

Was geschieht, wenn ...? Was kommt als Nächstes? Was ist hinter mir los? Diese drei Fragen werden dein Fußballerleben verändern.

Wenn ich ein Fußballcamp betreue, frage ich die Teilnehmer immer, was ihrer Ansicht nach der wichtigste Körperteil eines Fußballers ist. Die häufigste Antwort lautet, wie vielleicht zu erwarten: »Die Füße!« Und das war vielleicht auch deine Antwort. Nun, die Spieler irren sich.

Der wichtigste Körperteil eines Fußballers sind die Augen, denn mit ihnen sammelst du Informationen. Sie sind deine Kamera. Sie liefern das Material, was du brauchst, um Entscheidungen zu treffen, mit denen du schnell spielen und den Ball in den eigenen Reihen halten kannst. Zu viele Spieler nutzen ihre Augen nicht besonders gut.

In einem 90-minütigen Fußballspiel wirst du vielleicht zwei bis drei Minuten am Ball sein. Das heißt: 87 Minuten lang, mehr als 96 Prozent der Spielzeit, bist du nicht am Ball. Cleveren Spielern ist klar, dass sie in der Zeit, in der sie den Ball nicht haben, für die Augenblicke planen müssen, in denen der Ball den Weg zu ihnen findet. Und die einfachste und effizienteste Art, zu planen, ist der Gebrauch der Augen. Ich meine damit nicht, dass man sich ansehen soll, was vor einem los ist. Das ist der einfachere Teil, der, den man

kaum verpassen kann. Es geht vielmehr darum, zu wissen, was hinter dem eigenen Rücken geschieht. Denn dort lauern Gefahren – und ergeben sich Chancen.

Ein kluger Spieler stellt sich kontinuierlich die Frage: »Was geschieht, wenn ...?« und »Was kommt als Nächstes?«

Was geschieht, wenn der Ball zu mir kommt?

Was folgt, wenn ich ihn habe?

Was geschieht, wenn wir den Ball an den Gegner verlieren? Was folgt dann?

Was geschieht, wenn sie den Ball an uns verlieren? Was tun wir dann?

Und er fragt sich ständig: »Was ist hinter mir los?«

Durchschnittsfußballer treffen ihre Entscheidungen, nachdem sie den Ball bereits bekommen haben. Das ist nicht gut. Erstens wird dadurch ein Direktspiel unmöglich. Zweitens ermuntert es den Gegner zu Tacklings. Und drittens erlahmt durch die langsame Spielweise der Angriffsschwung.

Kluge Spieler treffen 90 Prozent ihrer Entscheidungen schon, bevor sie den Ball haben. Ein kluger Spieler weiß bereits, was er tun wird, bevor der Ball bei ihm ankommt, selbst wenn diese Entscheidung lautet, den Verteidiger mit einem Dribbling auszuspielen.

Fußball ist ein Spiel, das ständig im Fluss ist. Du musst deine Entscheidungen von einem Augenblick auf den andern dem aktuellen Geschehen anpassen, und das ist gut und notwendig zugleich. Aber ein kluger Spieler hat einen Plan A im Kopf, bevor der Ball zu ihm kommt. Ändert sich das Bild, kann er immer noch zu Plan B wechseln. Es kommt darauf an, eine Option zur Verfügung zu haben, noch bevor man im Ballbesitz ist. Und diese Option liegt nicht selten in deinem Rücken.

Du musst wissen, was hinter deinem Rücken vor sich geht. Als Verteidiger darfst du nicht zulassen, dass schlaue Angreifer sich hinter seinem Rücken davonmogeln. Hast du den Ball am Fuß, musst du deine besten Optionen kennen und außerdem auf den Gegner im toten Winkel achten, der zum Tackling ansetzt. Kluge

Spieler sind sich ihrer Umgebung ständig bewusst. Sie schauen in alle Richtungen und wägen unablässig die eigenen wie auch die Optionen des Gegners ab. Trainer sprechen gern von Umblickverhalten und Schulterblick.

Diejenigen, die meinen, hierbei schon ein akzeptables Niveau erreicht zu haben, möchte ich fragen: Wann hast du zum letzten Mal einen Ball überraschend zu einem Mitspieler durchgelassen? Solche Tricks sind nicht nur für die Galerie da. Sie können ein äußerst effektives Mittel sein. Aber man bekommt sie kaum einmal zu sehen, weil nur sehr wenige Spieler genau wissen, was hinter ihrem Rücken vor sich geht. In 20 Jahren als Trainer von Universitätsmannschaften habe ich wohl kaum zehnmal gesehen, wie ein Ball überraschend durchgelassen wurde.

Wenn die Frage »Was geschieht, wenn ...?« für dich zur Routine wird, wirst du ganz selbstverständlich den Kopf drehen, die Augen wandern lassen, über die eigene Schulter blicken. Und dein Spiel wird sich dramatisch verbessern. Du wirst staunen, wie viel leichter Fußball wird, wenn du weißt, was um dich herum und hinter dir vor sich geht, und wenn du einen Plan hast, noch bevor du am Ball bist.

Hinweis für Trainer: Bei jeder Übungsform, in der das Spieltempo im Vordergrund steht (von Ballbesitz-Spielen bis zu Trainingsspielen über den ganzen Platz), kann man mich rufen hören: »Was kommt als Nächstes? Was ist, wenn der Ball zu dir kommt?« Ich rufe das immer wieder, weil ich will, dass meine Spieler diese Fragen verinnerlichen. Nach meinem Eindruck spielt unser Team dadurch engagierter und mit höherem Tempo.

Bei einem Spieler, der mit dieser »Daueraufgabe« Schwierigkeiten hat, muss man die Wahrnehmung eventuell schrittweise schulen. Dazu gibt man ihm vor dem Trainingsspiel eine einzelne Beobachtungsaufgabe, für die er die Augen wandern lassen muss. Erkennt der Spieler erst einmal, wie stark er von mehr Spielübersicht profitiert und wie viel leichter ihm das Spiel so fällt, wird der Blick über die Schulter bald zur Gewohnheit werden.

Der Zeitzünder-Pass

Der Zeitzünder-Pass ist ein Zuspiel, das sich kein Mitspieler wünscht, weil er damit am Ende eines Spielzugs steht, der nur eine 40:60-Erfolgschance hat, und geradezu eine Briefbombe vor die Füße gelegt bekommt.

Ein derartiger Pass ergibt sich üblicherweise, wenn der Spieler am Ball besonders viel Zeit und Raum hat. Er sieht einen Mitspieler, Option A, und überlegt sich, ob er ihm den Ball zuspielen soll. Option A befindet sich 20 Meter vom nächsten Gegner entfernt, wenn dieser Pass schnell gespielt wird, ist also alles bestens, weil Option A genug Zeit am Ball und die Chance haben wird, etwas Produktives daraus zu machen. Aber das wäre natürlich viel zu einfach.

Option A ist zwar eine sehr naheliegende Wahl, aber durch die ihm selbst (und nach seiner Einschätzung auch dem Mitspieler) vermeintlich überreichlich zur Verfügung stehende Zeit gerät der ballführende Spieler ins Schwanken und beschließt, die anderen Optionen zu prüfen. Er spielt Option B durch, entscheidet sich aber dagegen. Dann erwägt er Option C und erkennt, dass auch die nicht in Frage kommt. Nachdem die Optionen B und C verworfen wurden und unser Zuspieler jetzt selbst unter Druck gerät, entscheidet er sich schließlich doch für den Pass zu Option A. Das Problem ist, dass der Gegner in den wenigen Sekunden, die der Spieler am Ball brauchte, um seine Optionen einzuschätzen und den Ball zu spielen, seinen Abstand auf Option A von 20 Metern auf fünf Meter verringert hat und in vollem Tempo auf den Spieler zurauscht. Wenn der Ball schließlich bei Option A ankommt, wird der sich jetzt einem energischen Tackling ausgesetzt sehen. Option A fliegt in die Luft – daher die Bezeichnung Zeitzünder-Pass.

Hätte der ballführende Spieler die vernünftige Entscheidung getroffen, den Ball sofort zum freistehenden Mitspieler zu passen,

hätte seine Mannschaft nach wie vor den Ball, und der Mitspieler würde jetzt nicht am Boden liegen und Grashalme ausspucken. Stattdessen hat das gemächliche Zuspiel des Ballschleppers dem Gegner ermöglicht, den Raum eng zu machen, und den angespielten Mitspieler in eine heikle Situation gebracht. Trainer sagen bei dieser Gelegenheit immer: »Spiel den einfachen Ball.«

Eine durchschnittliche Spielerin der Division I, der höchsten College-Liga, durchläuft das 110 Meter lange Feld in seiner ganzen Länge in 16 Sekunden. In einer vereinfachten Rechnung können wir davon ausgehen, dass sie eine Platzhälfte in acht und eine halbe Platzhälfte in vier Sekunden schafft. Was ich sagen will: Ein Gegenspieler braucht keineswegs lange, wenn es gilt, zehn bis 20 Meter rasch zurückzulegen, also bring den Ball schnell zum Mitspieler, wenn er freistehrt. Gib den Ball ab, wenn er ihn fordert! Du erweist deinem Team keinen guten Dienst, wenn du den Ball noch zwei weitere Sekunden lang hältst. Wenn ich so etwas sehe, möchte ich den ballführenden Spieler sofort fragen, welchen Gefallen er der Mannschaft zu tun glaubt. Worin besteht der mögliche Nutzen für uns, wenn wir weitere zwei Sekunden auf dein Abspiel warten? Wenn du ihm den Ball ohnehin zuspielst, warum tust du das dann nicht schnell, solange er noch so günstig steht, dass er etwas damit anfangen kann? Warum wartest du so lange, bis dein Mitspieler nach dem Anspiel umgesenst wird?

Ich habe Situationen gesehen, bei denen der ballführende Spieler im oben skizzierten Szenario, von einem Gegenspieler bedrängt, 15 dieser 20 Meter Abstand zudribbelt, bis er schließlich einen Fünf-meterpass spielt. Jetzt gerät der Spieler, der den Ball erhält, sofort unter den Druck des Gegenspielers, der zuvor den ersten ballführenden Spieler verfolgt hat. Der sagt mit seinem Fünf-meterpass eigentlich nur: »Ich möchte nicht, dass dieser Spieler mich abgrätscht, also gebe ich dir den Ball, damit er das mit dir macht.«

Clevere Spieler lassen den Ball das tun, was für die Mannschaft am besten ist. Ihr eigener Beitrag ist ihnen nicht so wichtig, dass sie den Ball unbedingt eine oder zwei Sekunden länger halten müssen.

Ihnen ist klar, dass ihre Pässe die Mitspieler in die bestmögliche Ausgangsposition für erfolgreiche Aktionen bringen sollten. Und meistens bedeutet das: Schnell und einfach spielen und den Mitspieler keinen Zeitzünder-Pass zumuten.

Hinweis für Trainer: Dies ist ein Kampf, der niemals aufhört. Wie bereits im 1. Kapitel erörtert, liegt die Ursache oft darin, dass die Spieler mit jedem ihrer Ballkontakte das Spiel unbedingt prägen wollen, und das kann zu langsamem Entscheidungen führen. Und langsame Entscheidungen führen zu einem langsamem Spiel. Ich versuche den Spielern beizubringen, dass sie nicht mit jeder Ballberührung das Spiel für uns gewinnen müssen. Es liegt ein eigener Wert darin, dass man den Ball hat, ihn schnell in den eigenen Reihen weiterleitet und den Gegner hinterherlaufen lässt. Ihre Spieler müssen begreifen, dass es manchmal vollkommen ausreichend ist, wenn die Mannschaft im Ballbesitz bleibt.

12. KAPITEL

Initiative zeigen

Kluge Angreifer sind in Jugendmannschaften sehr leicht auszumachen, weil sie auffallen wie der sprichwörtliche bunte Hund.

Möchtest du den grundlegenden Unterschied zwischen einem klugen Angreifer und allen anderen Angreifern erfahren? Ein Durchschnittsangreifer, der vor dem Ball unterwegs ist, bewegt sich ziellos auf dem Feld, bis er sieht, wohin der Ball gespielt wird, reagiert dann und versucht, ihn zu erlaufen. Der Durchschnittsangreifer reagiert auf Impulse von außen.

Der clevere Angreifer zeigt Initiative und läuft an den Ort, an dem er den Ball haben will. Sei es, dass er ihn an den Fuß gespielt

haben will oder in den freien Raum hinter der Abwehr, auf den Flügel hinaus oder durch die Mitte. Wohin er den Ball auch haben will, er teilt es dem Spieler am Ball durch seinen Laufweg mit.

Deine Mitspieler mögen wunderbare, talentierte Jungs sein, aber sie sind keine Hellseher. Sie können deine Gedanken nicht lesen. Wenn dein Laufweg ihnen nicht anzeigt, wohin sie den Ball spielen sollen, werden sie es nie erfahren. Du musst beim Laufen Initiative zeigen. Deine Sprints aus eigener Initiative lassen die Mitspieler wissen, wohin sie den Ball spielen sollen. Du musst sie so gestalten, dass der Ball zu dir finden kann – nicht umgekehrt.

Kluge Angreifer zeigen Initiative und lassen ihre Mitspieler wissen, wohin und wann sie den Ball haben wollen.

Hinweis für Trainer: Manche Spieler haben ein angeborenes Ge-spür für das Spiel und scheinen einfach zu wissen, wohin sie laufen müssen. Aber für den großen Rest gilt das nicht. Deshalb reagieren die meisten Angreifer nur, anstatt initiativ zu werden. Wenn ein Spieler nicht von sich aus aktiv wird, liegt das wahrscheinlich daran, dass er gar nicht weiß, wohin er laufen könnte, und deshalb entschlusslos ist. Schlagen Sie eine schrittweise Lösung des Problems vor. Der erste Schritt besteht darin, den Spieler dazu zu bringen, irgendwohin zu rennen, auch wenn er vielleicht nicht auf die bestmöglichen Lösungen kommt. Ist das Laufen aus eigener Initiative erst einmal zur Gewohnheit geworden, wird er nach und nach auf geeignete Lösungen kommen. Videoaufzeichnungen sind ein brauchbares Mittel, um positive und negative Beispiele für dieses Verhalten vorzuführen. Im 16. Kapitel finden Sie eine meiner Lieblingsübungen, das Endzonen-Spiel. Es ist ein sehr effektives Spiel, mit dem sich kluge, proaktive Laufarbeit vor dem Ball einüben lässt.

Das nicht zu gewinnende Laufduell

Du bist ein Angreifer. Der zentrale Mittelfeldspieler deiner Mannschaft treibt den Ball mit einem Dribbling nach vorn. Die Abwehrreihe zieht sich zurück, und während sich all dies in hohem Tempo abspielt, musst du entscheiden, wohin du den Ball haben willst, und diese Information an den Spieler am Ball übermitteln.

Der für dich zuständige Verteidiger hat einen Abstand von etwa sechs Metern auf dich und lässt sich in Richtung des eigenen Tores zurückfallen.

Ahnst du, warum ich dieses Kapitel schreibe?

Weil du zu oft verlangst, dass dir der Ball im Rücken des Verteidigers zugespielt wird.

Okay, du magst schnell sein, aber machen wir uns nichts vor – du hast keinen Raketenantrieb. Und sosehr du dir wünschen magst, hinter die Abwehrreihe zu kommen und allein und mit dem Ball am Fuß auf den Torwart zuzulaufen: Der Vorsprung dieses Verteidigers ist einfach zu groß. Du kannst dieses Laufduell nicht gewinnen!

Weil du ein cleverer Spieler bist, gehst du jetzt zu Plan B über. Du trittst auf die Bremse, ziehst dich vielleicht zwei Schritte zurück und forderst ein Zuspiel an deinen Fuß, so dass du auch eine reelle Chance hast, den Ball anzunehmen. Ist das nicht sinnvoller?

Es hat keinen Zweck, sich in Wettkämpfe zu stürzen, die man unmöglich gewinnen kann. Schätze die Situation ein und zeige anschließend ein bisschen gesunden Menschenverstand. Es ist fantastisch, wenn du in den Rücken der Abwehr gelangen kannst, und du solltest deine Chance auch suchen! Aber der Wunsch allein reicht nicht aus. Wenn es nicht angesagt ist, lässt du es bleiben. Scheu dich nicht, deinen ursprünglichen Plan zu ändern und der Situation anzupassen.

Es gibt zwei Überlegungen, die du bei deiner Entscheidung berücksichtigen solltest, und zwar sowohl, wenn du der Spieler bist, der den Ball in den Rücken der Abwehr gespielt haben will, als

auch, wenn du der Spieler bist, der den Pass geben soll. Der erste Punkt ist die Sprintfähigkeit des Spielers, der den Ball fordert. Ist dieser Spieler nur ein durchschnittlicher Sprinter, ist er vielleicht nicht der beste Kandidat für ein Laufduell. Zweitens muss der Raum berücksichtigt werden, der sich hinter der gegnerischen Abwehrreihe bietet. Selbst wenn der Angreifer den Wettkampf gegen den Verteidiger gewinnt, ist da immer noch der Torwart, der sich von der Linie lösen und das Feld von seiner Seite her verkürzen wird. Bevor du einen Angriff mit einem Steilpass einleitest, solltest du dich also vergewissern, ob hinter der Abwehrreihe noch genug Platz ist, um deiner Mannschaft eine realistische Chance auf einen gefährlichen Spielzug zu bieten. Das gilt ganz besonders, wenn der anstehende Pass durch die Spielfeldmitte gespielt werden muss, wo am ehesten mit einem Eingreifen des Torwarts zu rechnen ist.

Hinweis für Trainer: Auch wenn es der Stürmer war, der das nicht zu gewinnende Laufduell eingeleitet hat: Der Mittelfeldspieler, der den Ball spielt, trägt die gleiche Verantwortung für die Kopfschmerzen, die Ihnen diese Aktion bereitet. Er muss die Aussichtslosigkeit der Situation erkennen und eine andere Option finden. Videoaufzeichnungen sind ein außerordentlich wirksames Mittel für die Analyse solcher Szenen.

14. KAPITEL

Zwei Läufe

Manchmal möchtest du den Ball in den freien Raum hinter der Abwehr haben. Manchmal möchtest du ihn an den Fuß gespielt bekommen. Mal an den linken, mal an den rechten. Ganz gleich, wo hin du den Ball haben willst: Es ist von entscheidender Bedeutung,

dass der Mitspieler, der gerade am Ball ist, weiß, wohin sein Zuspiel erfolgen soll.

Für unsere Mannschaft in Georgia war das zu Beginn der Saison 2010 ein wichtiger Punkt, den es zu vermitteln galt. Die Angreiferrinnen signalisierten nur vage, wohin sie den Ball haben wollten, deshalb wurden die Pässe, die aus dem Mittelfeld kamen, oft abgefangen oder mit heftigen Tacklings beantwortet. Unsere Angreiferrinnen mussten lernen, sich von der Abwehrreihe zurückfallen zu lassen, wenn sie den Ball an den Fuß haben wollten, oder energisch anzutreten, wenn sie im freien Raum hinter der Abwehr angespielt werden wollten.

Einer der besten fußballerischen Ratschläge, den ich je erhielt, lautete so: *Zwei Läufe. Den einen für den Verteidiger, den anderen für mich selbst.* Und das bedeutet: Sobald du dich entschieden hast, wohin du den Ball haben willst, machst du zunächst zwei oder drei Schritte in die entgegengesetzte Richtung. Du willst den Ball an den Fuß? Zuerst ein kleiner Antritt. Du willst ihn in den Rücken der Abwehr? Komm dem Ball entgegen, und sprinte erst dann in die Gegenrichtung. Diese paar Köder-Schritte verschaffen dir den Raum, den du brauchst.

Lässt dein Verteidiger dir viel Spielraum, denk nicht darüber nach, wie du ihn überlaufen kannst. Heb dir die Gelegenheit, ihn zu überlisten, für einen späteren Zeitpunkt auf. Mach ein paar schnelle Schritte auf ihn zu, um ihn ins Laufen zu bringen, und wenn er sich zurückzieht, stoppst du schnell ab, läufst zurück, dem Ball entgegen, und forderst ihn an deinen Fuß. Wenn du das oft genug machst, wirst du nicht mehr so viel Spielraum bekommen. Sobald der Verteidiger zu weit aufrückt, forderst du den langen Ball in seinen Rücken.

Wenn du dich entschieden hast, wohin du den Ball haben willst, teile es dem Mitspieler am Ball eindeutig mit. Rufe: »Zu mir!« Zeige auf den Fuß, an den du den Ball haben willst. Zeige auf den freien Raum hinter der Abwehr, in den du den Ball gespielt haben willst. Vermeide alles Rätselhafte, lass den Zuspieler so einfach und deutlich wie möglich wissen, wohin er den Ball passen soll.

Hinweis für Trainer: Meiner Einschätzung nach ist der Köderlauf das Schwierigste, was man einem Fußballspieler beibringen kann. Manche Spieler verstehen einfach nicht, welchen Nutzen ein zusätzlicher Lauf bringen kann, andere haben keine Vorstellung vom erforderlichen Timing oder sind schlicht zu faul für eine solche Aktion. Wenn Sie auch nur die Hälfte Ihrer Spieler dazu bringen, ihre Aktionen unter Wettkampfbedingungen gewohnheitsmäßig mit Köderläufen einzuleiten, dürfen Sie sich selbst auf die Schulter klopfen.

15. KAPITEL

Braucht mich der Mitspieler?

Ein großer Teil deiner Laufarbeit vor dem Ball muss sich an dem Druck orientieren, der auf den ballführenden Spieler ausgeübt wird. Wie wir bereits im 3. Kapitel (»Der unmögliche Pass«) gelernt haben, spielt es keine Rolle, mit wie viel Spielraum nach allen Seiten du freistehst, wenn du für den Spieler am Ball nicht anspielbar bist.

Wenn Euer Mittelfeldspieler den Ball angenommen und sich in Richtung der Abwehr gedreht hat, musst du die Situation sehr schnell einschätzen. Die Frage, die du dir stellen musst – wobei du nicht vergessen darfst, dass sich die Situation innerhalb von zwei oder drei Sekunden grundlegend ändern kann und wird –, ist sehr einfach: *Braucht mich der Mitspieler?*

Die Antwort hängt von der Intensität des Drucks ab, den der Spieler am Ball erfährt. Wird der Passgeber nicht bedrängt, bietet sich ihm die Chance, den Kopf hochzunehmen, eine ruhige Körperlaltung einzunehmen und einen längeren Ball zu spielen. Steht er aber unter Druck, ist die Wahrscheinlichkeit viel höher, dass er keine Gelegenheit bekommt, aus einer solchen Position das Spiel zu überblicken, und deshalb einen kürzeren Pass spielen muss.

Wenn der Spieler am Ball nicht unmittelbar angegriffen wird und die Verteidigung dir nicht allzu viel Spielraum lässt, solltest du mit dem ersten Blick prüfen, ob du eine Chance hast, den Ball im Rücken der Verteidigung anzunehmen. Wird der ballführende Spieler im nächsten Augenblick bedrängt, musst du vielleicht ein paar Schritte zurückgehen und den Pass an den Fuß einfordern.

Beim Football gibt es den sogenannten »scrambling« Quarterback, der versucht, einem Angriff des Gegners zu entgehen und/oder durch einen eigenen Lauf mit dem Ball Raumgewinn zu erzielen. Ein Quarterback, der den Ball über größere Entfernungen zu den eigenen Leuten bringen soll, muss einen guten Stand haben und im Gleichgewicht sein. Wird ein Quarterback aus dem sicheren, durch die eigenen Mitspieler vor Attacken des Gegners geschützten Bereich, dem »pocket«, vertrieben, hat er keine Gelegenheit, einen sicheren Stand einzunehmen, also müssen die Receiver ihre Laufwege ändern und zum Ball zurückkommen. Dasselbe gilt beim Fußball. Braucht der Spieler am Ball deine Hilfe, dann geh zu ihm zurück und erleichtere ihm die Situation.

Hinweis für Trainer: Wenn Ihre Angreifer dieses Prinzip verstehen und bei Spielen auch umsetzen können, wird Ihre Mannschaft nach und nach viel mehr Tore schießen. Auch bei diesem Thema ist die Analyse von Videoaufzeichnungen äußerst nützlich.

16. KAPITEL

Die Schnittstellen

Verteidiger lieben Angreifer, die auf geraden Laufwegen das Spielfeld hinauf- und hinunterrennen, als wären sie auf Bahngleisen unterwegs. Was solche Stürmer tun werden, ist vorhersehbar. Sie stel-

len die Abwehrspieler nicht vor schwierige Entscheidungen und erleichtern ihnen ihre Aufgabe ganz erheblich. Aber Angreifer, die beweglich sind, miteinander die Position tauschen und die Abwehrzone in alle möglichen Richtungen durchqueren, verlangen den Abwehrspielern vielfältige Entscheidungen ab. Mehr noch: Sie zwingen die Abwehrspieler dazu, miteinander zu kommunizieren. Und je häufiger die Verteidiger zu Entscheidungen und zur Kommunikation untereinander gezwungen werden, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit von Pannen im Abwehrverhalten.

Der gefährlichste Pass im Fußball ist der Ball, der ein Verteidigerpaar auseinanderreißt und oft als Schnittstellen-Ball bezeichnet wird. Kluge Verteidiger wollen diesen Pass auf jeden Fall verhindern. Aber das bedeutet nicht, dass er niemals zustande kommt. Und wenn der richtige Zeitpunkt gekommen ist, solltest du die Gelegenheit nutzen!

Clevere Spieler erkennen, wenn sie eine Verteidigung auf dem falschen Fuß erwischt haben und sich eine Lücke auftut, in die man den Pass spielen kann, der eine Verteidigung auseinanderreißt. Und wenn dieser Augenblick gekommen ist, manövriren sie mit einem schnellen, diagonalen Antritt die Verteidigung aus. Das Ziel, das sich damit verbindet, ist, dass der Angreifer durch eine Lücke schlüpft, der Ball durch eine andere, und beide im Rücken der Abwehr zusammenfinden.

Dieser Pass ist einer der schwierigsten Pässe, die es im Fußball gibt. Dem Passgeber verlangt er neben der Verständigung mit dem Mitspieler Timing und eine präzise technische Ausführung ab. Der Abnehmer des Passes muss seinen Antritt zeitlich so abstimmen, dass er sich zum Zeitpunkt der Ballabgabe noch nicht im Abseits befindet, aber bereits im Sprinttempo unterwegs ist, wenn er die Abwehrreihe erreicht. Wenn alles zusammenpasst, stehen die Chancen für eine hochkarätige Torchance sehr gut.

In unserem Universitätsteam haben wir ein Handbuch für die Abwehrspielerinnen. Der Pass in die Schnittstelle ist so gefährlich, dass sich auf der ersten Seite unseres Buches dieses Gebot findet:

Wir lassen uns nicht auseinanderreißen. Niemals. So sehr fürchten wir die Gefahr, die von einem Schnittstellen-Ball ausgeht. Es ist der Pass, den wir nicht zulassen.

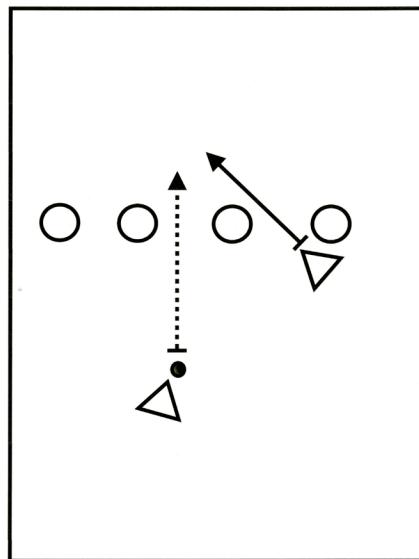


Abb. 16.1: Der Schnittstellen-Ball. Der ballführende Spieler spielt einen Pass, der die beiden Innenverteidiger auseinanderreißt. Der Angreifer vor dem Ball tritt durch eine zweite Lücke hindurch an und nimmt den Ball im Rücken der Viererkette an. Dieser Pass führt sehr oft zu hervorragenden Torchancen, aber der Passgeber muss unbedingt dafür sorgen, dass der Pass hinter die Abwehrreihe gelangt.

Hinweis für Trainer: Eine der häufigsten Fehlerquellen bei diesem Zuspiel ist, dass der Passgeber versucht, den Ball durch die Schnittstelle zu spielen, durch die auch der Angreifer seinen Weg sucht. Meistens ist diese Lücke zu eng, um beides zuzulassen. Deshalb sollten die Spieler sich als Grundregel einprägen: Der Ball wandert durch eine Schnittstelle, der Angreifer durch eine andere. Der Passgeber muss den Ball in den Lauf-Zielbereich des Angreifers spielen,

nicht dorthin, wo der gerade ist. Meine Lieblings-Vielseitigkeitsübung für den Schnittstellen-Ball ist das Endzonen-Spiel (siehe Abb. 16.2).

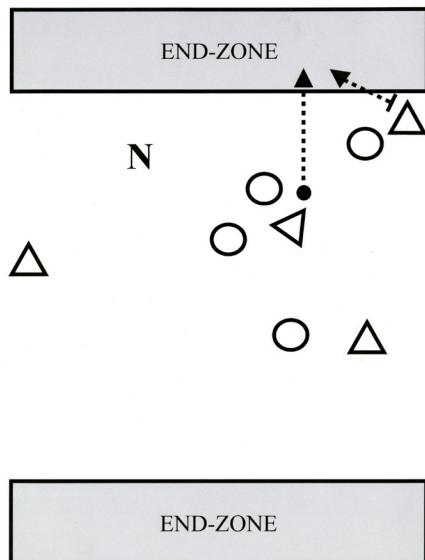


Abb. 16.2: Das Endzonen-Spiel: Vier gegen Vier plus eine neutrale Anspielstation (N). Das Spielfeld misst 30 mal 40 Meter, mit einer acht Meter langen Endzone an beiden Stirnseiten. Für jeden in der Endzone angenommenen Pass gibt es einen Punkt, wenn der Ball die Endzone vor dem aufnehmenden Spieler erreicht. Kein Spieler darf die Endzone betreten, bevor der Ball dort angekommen ist. Verteidiger dürfen einem Ball in die eigene Endzone nachjagen, um einen Punkterfolg der Angreifer zu verhindern. Die Abseitsregel ist aufgehoben. Spielfeldgröße und Spielerzahl können variiert werden.

Der Ball in den Rücken der Abwehr

Für einen Ball in den Rücken der gegnerischen Abwehr gibt es zwei Anlässe: Wenn man eine gefährliche Torchance herausspielen will – und wenn man keine andere Wahl hat. In beiden Fällen scheitern viele Vorhaben dieser Art aus einem einfachen Grund: Der Ball gelangt gar nicht erst in den Rücken der Verteidigung.

Die Abwehrreihe gleicht einem Lattenzaun mit Lücken. Soll ein Ball diesen Zaun überwinden, muss er entweder den Weg durch eine der Lücken finden oder darüber hinwegfliegen.

Ist das Spielziel ein gefährlicher Angriffszug durch einen Pass in den Rücken der Abwehr, wird der Passgeber sich um größte Präzision bemühen. Er wird versuchen, den Ball perfekt in den Laufweg des Mitspielers zu passen. Ein Verteidiger, der in den Weg des Balles hineinrutscht, wird einen Fuß dazwischenbringen, und der Angriff ist vereitelt. Ich habe das schon tausendmal gesehen. Ja, manchmal muss man perfekt sein, aber oft genug ist das gar nicht nötig.

Wenn ein Ball in den Rücken der Abwehr ansteht, ist das eine große Chance, und du kannst es dir nicht leisten, sie zu verspielen. Du musst dir einen gewissen Spielraum für Fehler und Ungenauigkeiten lassen, und du musst den Ball unbedingt an den Verteidigern vorbeibringen. Ein kluger Spieler begreift, dass ein Ball, der gar nicht erst in den Rücken der Abwehr gelangt, das Schlimmste ist, was in Situationen dieser Art passieren kann. Denn in diesem Fall steht man mit leeren Händen da.

Hat sich dein Mitspieler unmittelbar vor der Abwehr in Position gebracht, ist die oberste Priorität, ihm eine Chance zu verschaffen. Dafür musst du nicht David Beckham sein. Du musst nur deinen Mitspieler in ein Rennen schicken, das er gewinnen kann, und einen Ball spielen, den er mit Blick zum Tor annehmen kann. Dein Pass muss gar nicht so gut ausfallen, wie er eigentlich könnte, es muss auch kein Pass sein, über den Lyriker später Sonette schreiben, und

kann dennoch gut genug sein, um zu einem Torerfolg zu führen. Und wenn dein Mitspieler trifft, kannst du das Video allemal bei YouTube hochladen.

Nehmen wir einmal an, du entscheidest dich dafür, einen Ball in den Rücken der Abwehr zu spielen, aber ohne die Absicht, damit einen brillanten Angriff einzuleiten. Du tust es, weil du unter einem gewissen Druck stehst, keine andere gute Anspielmöglichkeit hast und den Druck einfach verringern willst. Das ist ein vollkommen ausreichender Anlass für einen Ball in den freien Raum – unter einer Bedingung: Der Ball segelt tatsächlich bis hinter die Abwehrreihe.

Auch das war ein Problem, das wir in der Saison 2010 in Georgia hatten: Zu viele Spielerinnen versuchten zu genau zu sein, sie wollten Befreiungsschläge in punktgenaue Pässe ummünzen, und anstatt die Verteidigerinnen zu zwingen, kehrtzumachen und dem Ball mit dem Gesicht zum eigenen Tor nachzulaufen, wurden unsere Befreiungsschläge zu einfachen Kopfbällen für die gegnerische Abwehrreihe. Der Grund dafür? Wir traten den Ball einfach nicht weit genug.

Der angenehmste Teil der Verteidigerrolle ist, dass man während 90 Prozent der Spielzeit den Ball mit Blick zum gegnerischen Tor bekommt. Aber Verteidiger hassen es, wenn sie einem Ball in Richtung des eigenen Tores nachjagen müssen und ihnen dabei ein energetischer Angreifer auf den Fersen ist. Das macht die besten unter ihnen nervös.

Wenn du dich entscheidest, den Ball in den Rücken der Abwehrreihe zu spielen, dann sorge auch dafür, dass er dort hingelangt. Hau ordentlich drauf! Schlag den Ball so weit, dass er über die Abwehrreihe hinwegfliegt, denn das bringt sie, selbst wenn dieser Ball nicht perfekt gespielt ist, in eine ungemütliche Lage und zwingt sie, ein Problem zu lösen. Du musst die Verteidiger vor Probleme stellen, die sie lösen müssen. Und wenn deine Mannschaft die Probleme des Gegners für Balleroberungen nutzen kann, werdet ihr eine Menge hervorragender Torchancen herausspielen.

Befreiungsschläge sind wie Birdie-Putts beim Golf, wenn die zu kurz ausfallen, ist das ausgesprochen schmerzlich. Wenn du schon