

# **EINFÜHRUNG**

## **Das situative Umschalten auf Defensive oder Offensive**

Von DENNIS SCHUNKE

**4**

## **Unsere Autoren**

**8**

## **VON ANGRIFF AUF ABWEHR**

### **Ballverlust - und dann?**

**10**

Von RALF PETER

### **Nicht abschalten, sondern umschalten!**

**24**

Von MARC KUHLMANN

## **VON ABWEHR AUF ANGRIFF**

### **Ballgewinn - und dann?**

**32**

Von ERNST THALER, MARTIN HÄGELE und LOTHAR MATTNER

### **Umschalten funktioniert auch in der Kreisliga!**

**44**

Von KEVIN BUSSE

### **Ob Abwehr- oder Gegenpressing: Umschalten gehört immer dazu!**

**52**

Von SASCHA EICKEL und BENJAMIN DUDA

## **IN WECHSELNDEN SPIELSITUATIONEN**

### **Die Basis des Umkehrspiels**

**58**

Von DOMENICO TEDESCO

### **Umschalten mit den Neutralen!**

**66**

Von PETER HYBALLA

### **Nie abschalten, immer hellwach sein!**

**72**

Von NORBERT VIETH