

EINFÜHRUNG

- Das situative Umschalten auf
Defensive oder Offensive** **4**
Von DENNIS SCHUNKE

- 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