

Inhalt

VORWORT VON ALEXANDER ZORNIGER	8
LEGENDE	11
PRESSING	12
GEGENPRESSING	14
NEUER NAME, ALTE TAKTIK	16
SCHLÜSSELWÖRTER	18
USAIN BOLT	19
BODYGUARD	21
GIGOLO	23
IGLU	25
ISOLIEREN	26
SO NICHT: HARAKIRI	28
GEGENPRESSINGAUSLÖSER	29
DIE ROLLE DES TORWARTS	33
FORMEN DES GEGENPRESSINGS	34
GEGENPRESSING VORBEREITEN	35
MAGNETSPIELER	38
GROß ODER KLEIN	39
2 PLUS 1 ODER 3 PLUS 1	41
VOR DEN MANN (VORDECKEN)	42
DEEP RUNS (TIEFE LAUFWEGE)	43
ABBRUCH (2.WELLE)	45
GEGENPRESSING TRAINIEREN	47
 SPIELFORM 1: SPEZIFISCHES WARM-UP	50
SPIELFORM 2: PASSSPIEL MIT STÖRSENDER	52
SPIELFORM 3: PASSSPIEL MIT STÖRSENDER XL	54
SPIELFORM 4: DER BALL IST FREI	56
SPIELFORM 5: KURZER BALldruck	58
SPIELFORM 6: POSITIONSSPIEL 1 GEGEN 3	60

SPIELFORM 7: USAIN BOLT UND BODYGUARD (1)	62
SPIELFORM 8: USAIN BOLT UND BODYGUARD (2)	64
SPIELFORM 9: VERLAGERNDES POSITIONSSPIEL 1 GEGEN 3.....	66
SPIELFORM 10: POSITIONSSPIEL 2 GEGEN 5 (PLUS 3) MIT UMSCHALTEN	68
SPIELFORM 11: PASSSPIEL 4 GEGEN 8 MIT VIER TOREN (1).....	70
SPIELFORM 12: PASSSPIEL 4 GEGEN 8 MIT VIER TOREN (2)	72
SPIELFORM 13: 5 GEGEN 5 PLUS VIERMAL ZWEI JOKER AUF VIER TORE.....	74
SPIELFORM 14: POSITIONSSPIEL 5 GEGEN 5 PLUS 2	76
SPIELFORM 15: POSITIONSSPIEL 4 GEGEN 4 PLUS 2	78
SPIELFORM 16: POSITIONSSPIEL 4 GEGEN 4 PLUS 2 PLUS 4 PLUS 4.....	80
SPIELFORM 17: VERLAGERNDES POSITIONSSPIEL 4 GEGEN 4 PLUS 2	82
SPIELFORM 18: POSITIONSSPIEL 5 GEGEN 5 PLUS 2 AUF ZWEI SPIELFELDERN ...	84
SPIELFORM 19: ZWEIKAMPFFORM: ZWEIMAL 2 GEGEN 2.....	86
SPIELFORM 20: ZWEIKAMPF UND UMSCHALTEN.....	88
SPIELFORM 21: ANGRIFFSFORM MIT VARIABLER SPIELERANZAHL.....	90
SPIELFORM 22: UMGEDREHTE TORE.....	92
SPIELFORM 23: SPIEL MIT ABSEITSLINIE.....	94
SPIELFORM 24: 11 GEGEN 11 MIT DREI TOREN (1).....	96
SPIELFORM 25: 11 GEGEN 11 MIT DREI TOREN (2).....	98
SPIELFORM 26: SPIEL MIT DREI MANNSCHAFTEN	100
SPIELFORM 27: ECKSTOß	102
SPIELFORM 28: SPIEL NACH EINEM LANGEN BALL	104
SPIELFORM 29: HYBALLAS BALLASPIEL.....	106
 ANTIPRESSING	108
ANTIPRESSING TRAINIEREN	117
 ANTIPRESSING, SPIELFORM 30: UMFASSENDE PASSÜBUNG.....	118
ANTIPRESSING, SPIELFORM 31: SPIEL 5 GEGEN 5	
AUF VIER TORE MIT TORWART	120
 STEFAN KIEßLING ÜBER GEGENPRESSING	122
 GEGENPRESSING UND FUßBALLSPEZIFISCHE KONDITION	127

DANKSAGUNGEN	135
PETER HYBALLAS TRAINERKARRIERE.....	136
BILDNACHWEIS	138