

Gemeinsam geht's besser

Wenn sich mehrere Mannschaften – ohne im Chaos zu versinken – einen Platz und einen Trainer teilen müssen

Gelegentlich treffen sich die Spieler unserer Hockeymannschaften zum gemeinsamen Mannschaftstraining. Ein gemeinsames Training mehrerer Mannschaften kann zum Beispiel sinnvoll sein, wenn die Platzkapazität nicht ausreicht, um jedem Team eine eigene Trainingseinheit zur Verfügung zu stellen.

Gemeinsames Training hat aber auch den Vorteil, dass es den Zusammenhalt innerhalb des Vereins fördert. Für den die Trainingseinheit planenden und durchführenden Trainer bedeutet dies jedoch hohe Anforderungen, denn er muss trotz verschiedener Fertigkeitsebenen und Positionen den Spielern ein gut bekömmliches Trainingsmenü servieren, welches effektiv und motivierend auf seine Spieler und Spielerinnen wirkt.

Angefangen vom Aufwärmen – ohne und mit Ball – über Technik- und Taktiktraining bis hin zur Zusammensetzung des abschließenden Trainingsspiels will – nein muss – alles bedacht und geplant sein. Und dennoch, trotz sorgfältigster Vorbereitung gelingt nicht jedes Training zur Zufriedenheit aller – Spieler und Trainer.

Im Folgenden werden die Übungs- und Spielformen einer solchen Trainingseinheit für eine Trainingsgruppe mit mindestens Oberliganiveau vorgestellt, die im Hauptteil in drei Gruppen unterteilt wird, parallel trainiert und die einzelnen Stationen durchläuft.

Wichtig zur organisatorischen Durchfüh-

rung – aber auch für eine hohe Effektivität – ist die Einteilung von „Gruppenleitern“, denen die Inhalte der Übungen und ihre Durchführungsschwerpunkte vermittelt werden, um so in der praktischen Umsetzung der Gruppe eigenständige Kontrollen und Korrekturen durchführen können.

Alle Teile der Trainingseinheit werden in zwei Varianten (A und B) aufgeführt, so dass hier eine doppelte Anzahl von Übungen gelistet ist, die je nach Bedarf verwendet oder ignoriert werden kann.



Peter Lemmen

... ist der verantwortliche Redakteur für die in der Deutschen Hockey-Zeitung erscheinende Beilage „HockeyTraining“. Er ist außerdem als sportlicher Leiter des Mannheimer HC erfolgreich.



HOCKEY Training

Theorie und Praxis des Hockeysports

Inhaltsverzeichnis

Zum besseren Nachschlagen: Welche Themen wann in HockeyTraining abgehandelt wurden, zeigt Ihnen ein Blick in das Inhaltsverzeichnis ab Seite 7.



IMPRESSUM

Verlagsanschrift:

Sportverlag, Böblinger Str. 68/1, 71065 Sindelfingen,
Postfach 260, 71044 Sindelfingen,
☎ (070 31) 862-800
Fax (070 31) 862-801

Redaktion (verantwortlich i.S.d.P.):

Peter Lemmen, Auf der Brück 1, 54608 Oberlascheid,
☎ (065 55) 931 041
Fax (065 55) 931 042
E-Mail: mediaServ@t-online.de

Layout, Grafik und Illustrationen:

Herbert Bohlscheid (HeBoSOFT) für mediaServ
Kuhweg 20, 50735 Köln
☎ (0221) 7601392
E-Mail: mail@hebosoft.de
http://www.hebosoft.de

Geschäftsführung Sportverlag:

Dr. Wolfgang Röhm
Verlagsleitung: Brigitte Schurr
Postfach 260, 71044 Sindelfingen

Anzeigen + Vertrieb:

Dietmar Froberg-Suberg (Leitung)
Postfach 260, 71044 Sindelfingen
☎ (070 31) 862-851
☎ (070 31) 862-801

Gültig ist zurzeit die Anzeigenpreisliste vom 1.1.2008

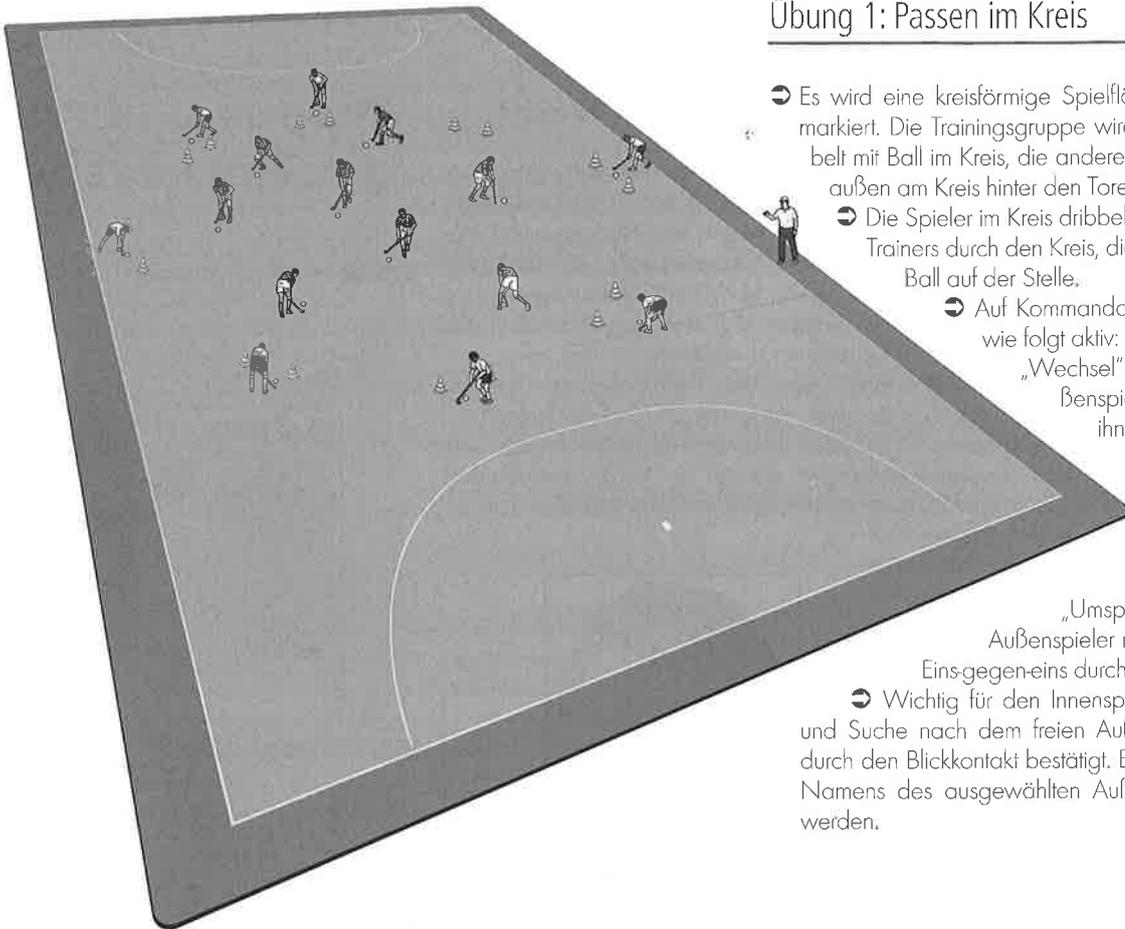
Wir bitten um Verständnis, dass für unverlangt eingesandte Manuskripte oder Fotos, die willkommen sind, keine Gewähr übernommen wird.

Gemeinsames Training mehrerer Teams ohne Chaos: Trainer Robert Willig hat seine Spieler und Spielerinnen unter Kontrolle. (Foto: Herbert Bohlscheid)

Ausgabe 3/2008

Teil 1: Aufwärmen mit Ball – ohne Torschuss

Übung 1: Passen im Kreis

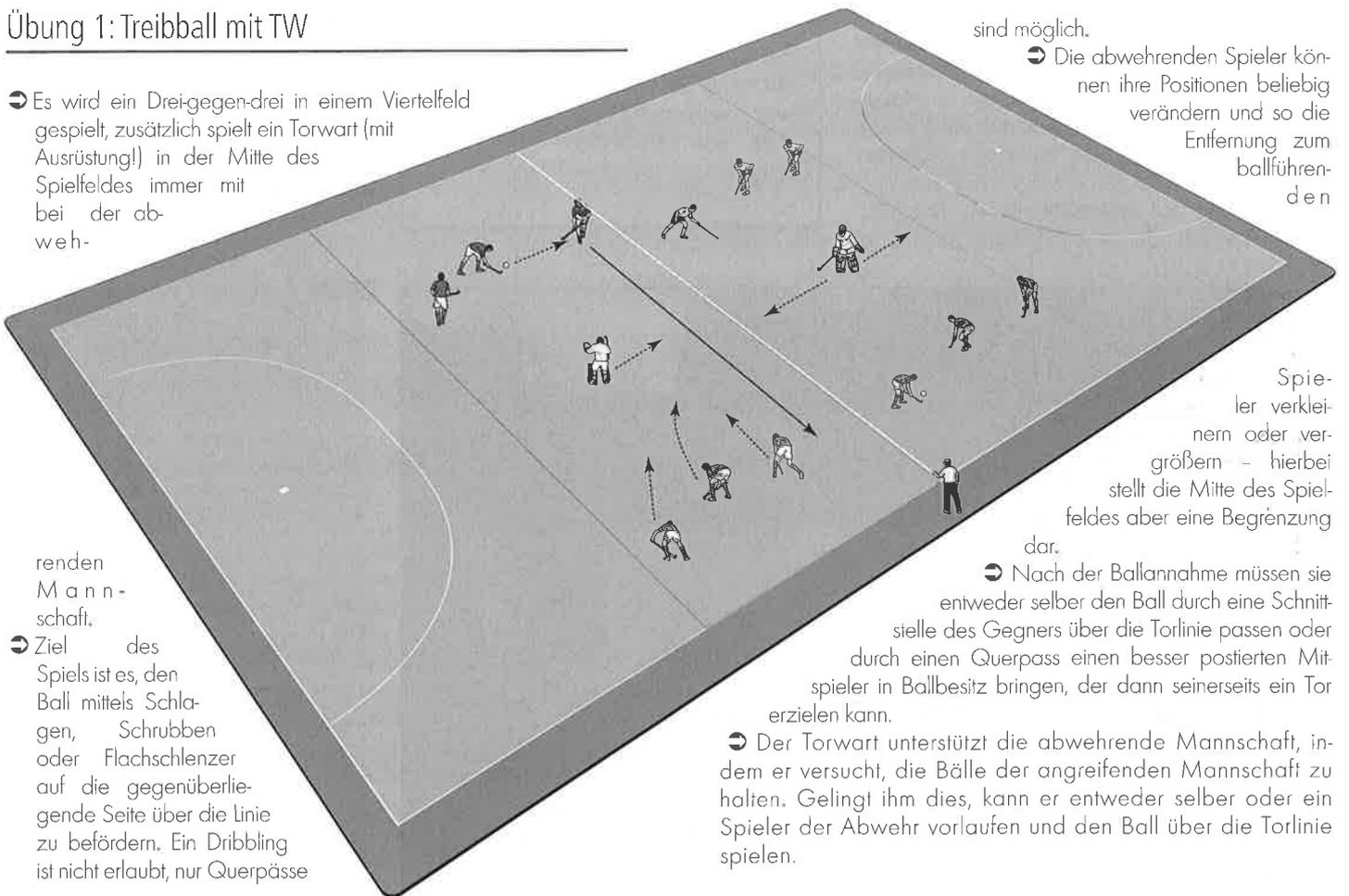


- ➔ Es wird eine kreisförmige Spielfläche durch mehrere Hütchentore markiert. Die Trainingsgruppe wird geteilt, ein Teil der Spieler dribbelt mit Ball im Kreis, die anderen Spieler stehen ebenfalls mit Ball außen am Kreis hinter den Toren.
- ➔ Die Spieler im Kreis dribbeln mit Aufgaben nach Ansage des Trainers durch den Kreis, die Außenspieler jonglieren mit dem Ball auf der Stelle.
- ➔ Auf Kommando des Trainers werden die Spieler wie folgt aktiv:
 - „Wechsel“: Nach Blickkontakt mit einem Außenspieler wechseln die Innenspieler mit ihnen die Positionen.
 - „Passen“: Nach Blickkontakt des Innenspielers mit einem Außenspieler passen diese ihre Bälle und wechseln die Positionen.
 - „Umspielen“: Nach Blickkontakt Pass zum Außenspieler mit Rückpass und anschließendem Eins-gegen-eins durch das Hütchentor.
- ➔ Wichtig für den Innenspieler ist die schnelle Orientierung und Suche nach dem freien Außenspieler, der seine Bereitschaft durch den Blickkontakt bestätigt. Es kann auch durch das Rufen des Namens des ausgewählten Außenspielers die Aktion eingeleitet werden.

A

Übung 1: Treibball mit TW

- ➔ Es wird ein Drei-gegen-drei in einem Viertelfeld gespielt, zusätzlich spielt ein Torwart (mit Ausrüstung!) in der Mitte des Spielfeldes immer mit bei der abweh-



renden
Mann-
schaft.

- ➔ Ziel des Spiels ist es, den Ball mittels Schlagen, Schrubben oder Flachslenzer auf die gegenüberliegende Seite über die Linie zu befördern. Ein Dribbling ist nicht erlaubt, nur Querpässe

- sind möglich.
- ➔ Die abwehrenden Spieler können ihre Positionen beliebig verändern und so die Entfernung zum ballführenden

Spieler verkleinern oder vergrößern – hierbei stellt die Mitte des Spielfeldes aber eine Begrenzung dar.

- ➔ Nach der Ballannahme müssen sie entweder selber den Ball durch eine Schnittstelle des Gegners über die Torlinie passen oder durch einen Querpass einen besser postierten Mitspieler in Ballbesitz bringen, der dann seinerseits ein Tor erzielen kann.
- ➔ Der Torwart unterstützt die abwehrende Mannschaft, indem er versucht, die Bälle der angreifenden Mannschaft zu halten. Gelingt ihm dies, kann er entweder selber oder ein Spieler der Abwehr vorlaufen und den Ball über die Torlinie spielen.

Übung 1: Passen im Vierer-Aufbau

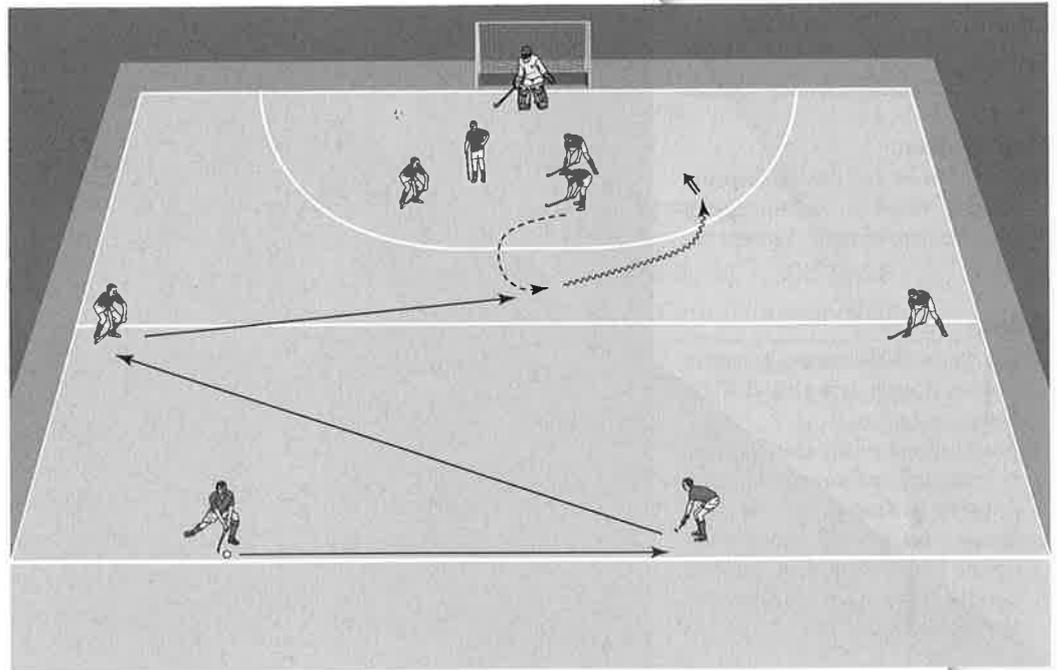
Organisation:

- ➔ Zwei Zuspieler mit Bällen auf den Halbspuren an der Mittellinie auf den Innenverteidigerpositionen, zwei Spieler auf den Außenverteidigerpositionen links und rechts an der Seitenauslinie, mehrere Spieler am Kreisrand, Torwart im Tor.

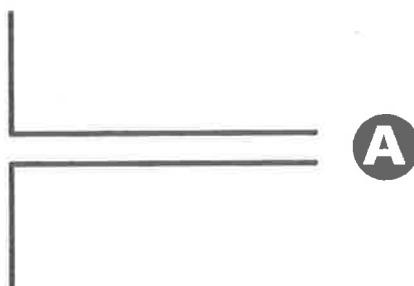
Ablauf:

- ➔ Die Innenverteidiger passen sich den Ball zu, dieser wird dann auf den seitenentfernten Außenverteidiger gespielt, der wiederum den Ball weiter auf den entgegenlaufenden und dann nach außen abdrehenden Angreifer spielt. Dieser kommt nach der Ballmitnahme und anschließendem Dribbling zum Torschuss.

Bemerkungen:



- ➔ Wichtig ist neben dem schnellen und genauen Anschlagen der Innenverteidiger dass Timing im Anlaufen der Stürmer zur Ballannahme - hilfreich ist hierbei der Blickkontakt zwischen Stürmer und Passgeber.



Übung 2: Schneiden der Ballspur

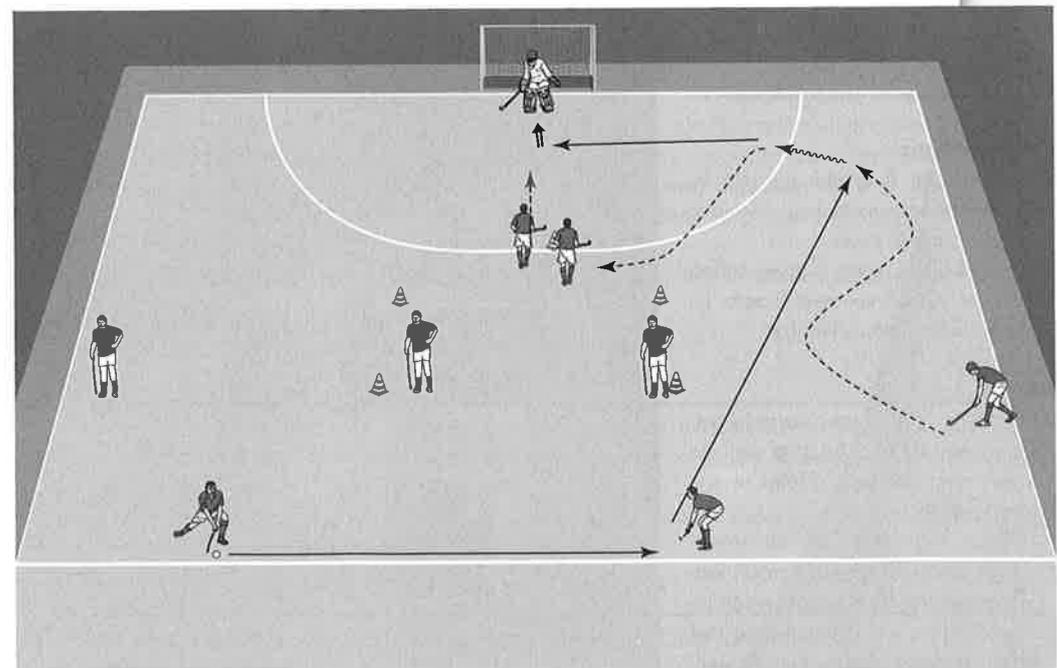
Organisation:

- ➔ Aufstellung der Innenverteidiger wie in der Übung zuvor, die Ballspur wird als Gasse durch Hütchen markiert. Links und rechts der Gasse stellen sich weitere Spieler auf, Torwart im Tor.

Ablauf:

- ➔ Die Innenverteidiger spielen einen Querpass als Seitenwechsel, die Gassenspieler laufen in die Ballbahn und schneiden diese von innen nach außen bzw. umgekehrt. Nach der Ballan- und -mitnahme erfolgt ein Dribbling mit abschließendem Pass an den im Schusskreis anlaufenden Stürmer, der diese Passfolge mit einem Torschuss beendet.

Bemerkungen:



- ➔ Auch hier ist der Blickkontakt zwischen ballabgebendem und annehmendem Spieler wichtig, um nicht zum Zeitpunkt der Richtungswechsels den Pass zu spielen.

Teil 2: Aufwärmen mit Ball - und Torschuss

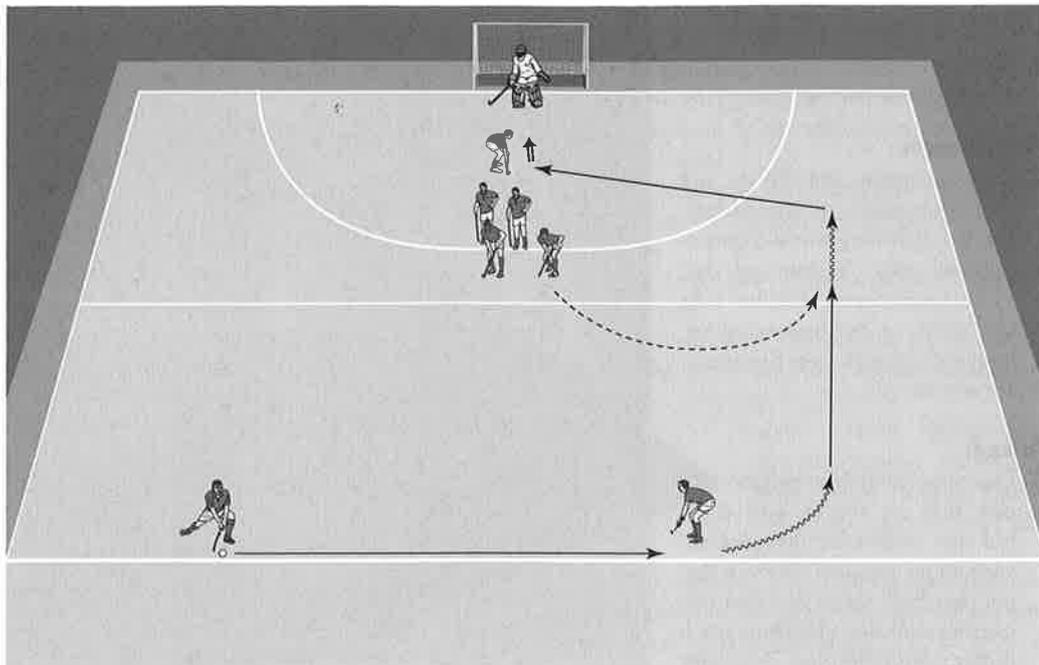
Übung 1: Schneiden nach Außen

Organisation:

- Zwei Spieler auf den Halbspuren an der Mittellinie, weitere Spieler am Schusskreisrand, Torwart im Tor.

Ablauf:

- Die an der Mittellinie positionierten Spieler passen sich den Ball als Seitenwechsel zu. Anschließend erfolgt der Steilpass auf den nach außen schneidenden Angreifer im Kreis. Dieser passt den Ball nach der Mitnahme in den Kreis zum abschließenden Torschuss durch einen weiteren Stürmer.



Bemerkung:

- Es kann ein Verteidiger eingesetzt werden, der den ballführenden Angreifer unter Druck setzt. Die Übung kann auf beiden Seiten rechts und links durchgeführt werden.



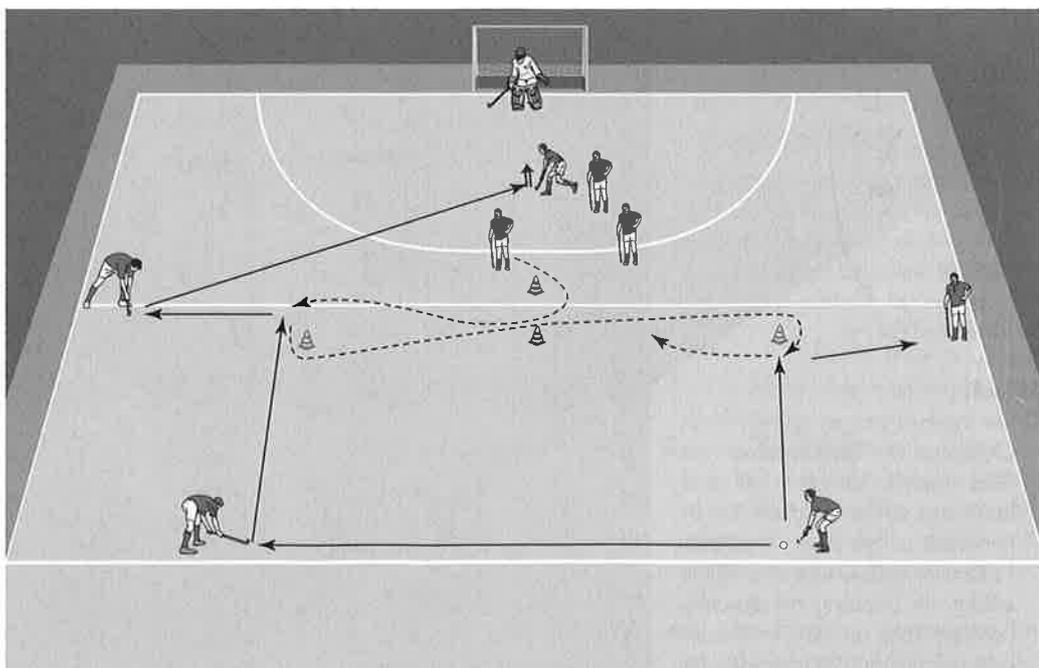
Übung 2: Anspiel steil zum Auflegen nach Außen

Organisation:

- Position der Anspieler auf den Innenverteidigerpositionen wie in den Übungen zuvor. Zwei Spieler innen - zwei außen an der Viertellinie, zwei Spieler im Schusskreis, Torwart im Tor.

Ablauf:

- Passen der Innenverteidiger zum Auftakt und Anspiel steil an den anlaufenden Spieler in seine Vorhand. Dieser legt den Ball mit einem oder zwei Kontakten nach außen auf und läuft weiter nach innen hinten, um dann erneut auf der anderen Seite einen Steilpass nach außen aufzulegen. Die aufgelegten Bälle werden angenommen und nach einem Dribbling in den Schusskreis zum abschließenden Torschuss gepasst.



Bemerkungen:

- Schwerpunkt ist das zeitgerechte Anlaufen der Spieler zur Ballannahme und das Wechseln der Spuren an der Viertellinie.

Teil 3: Hauptteil

Die Trainingsgruppe wird in drei Kleingruppen unterteilt, diese trainieren parallel an drei Stationen pro Serie mit jeweils einem Torhüter. Nach Einweisung in Inhalt und Intension der jeweiligen Übung starten die Gruppen nach zentralem Kommando des Trainers.

Serie 1: Torschuss

Übung 1: Torschuss nach Grundliniendribbling

Ein Zuspieler auf der Höhe des Kreisrandes, ein Spieler an der Grundlinie, einer im Schusskreis, Torwart im Tor.
Der Ball wird steil Richtung

Übung 3

Grundlinie gepasst. Nach der Ballannahme und Dribbling über querliegende Stangen erfolgt ein Pass steil zurück auf den Kreisspieler, der möglichst schnell mit Rückhand oder Vorhand zum Torschuss kommt. Anschließend wechseln die Spieler dem Ball hinterher auf die nächste

Position.
Der Schwerpunkt der Übung liegt in der Ballabgabe steil nach hinten (90°).

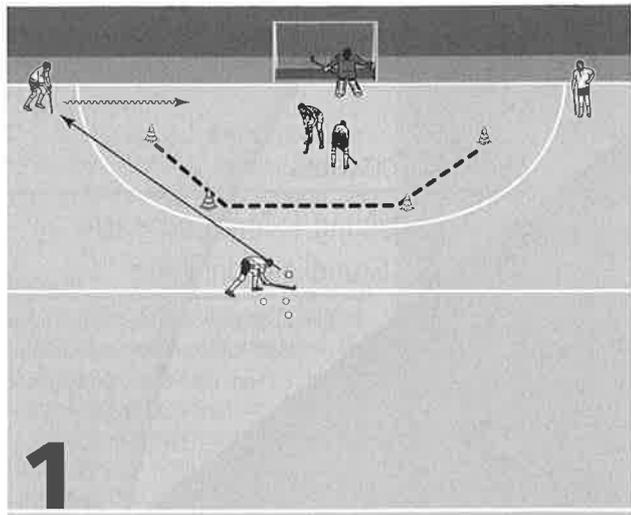
Übung 2: Torschuss nach Flanke

Spieler am Kreisrand mit Ball, ein Verteidiger im Schusskreis, ein Zuspieler rechts vom Kreis.
Nach dem Pass aus der Mitte nach außen läuft der Passgeber aus dem Rücken des Verteidigers zur Ballannahme bzw. zum Torschuss - der Verteidiger ist hierbei halbaktiv.
Schwerpunkt der Übung ist das Timing des Angreifers vom „Verstecken“ hinter dem Verteidiger bis zum Torabschluss.

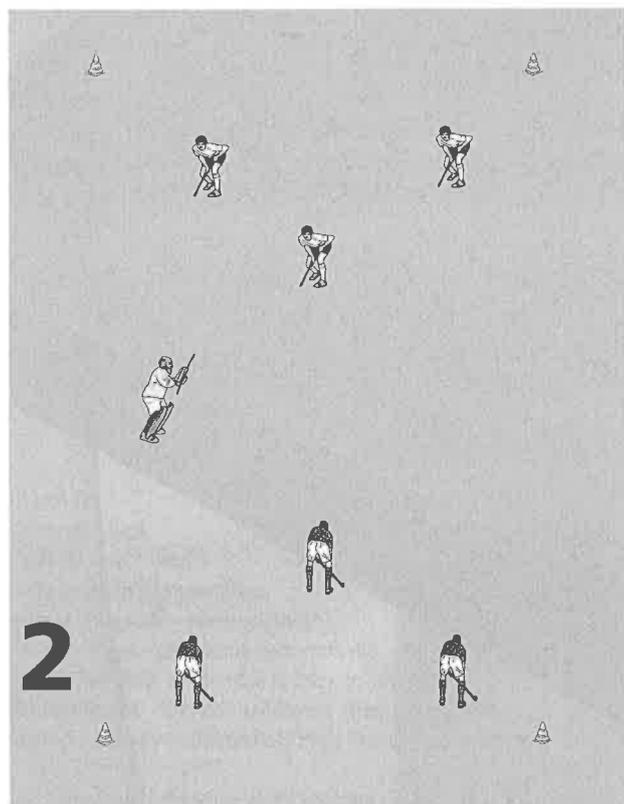
Übung 3: Torschuss und Zwei-gegen-eins

Zwei Spieler links am Kreisrand, zwei weitere (ein Angreifer, ein Verteidiger) rechts am Kreis, Torwart im Tor.
Nach kurzem Pass erfolgt der Torschuss aus spitzem Winkel auf das Tor durch den Angreifer, der anschließend zur anderen Kreisseite sprintet und dort ein vollaktives Zwei-gegen-eins auf das Tor spielt. Hierbei muss insbesondere der Verteidiger maximalen Druck auf beide Angreifer ausüben und bis zum abschließenden Torschuss aktiv bleiben.
Schwerpunkt der Übung ist das schnelle Umschalten zwischen den beiden Übungsteilen.

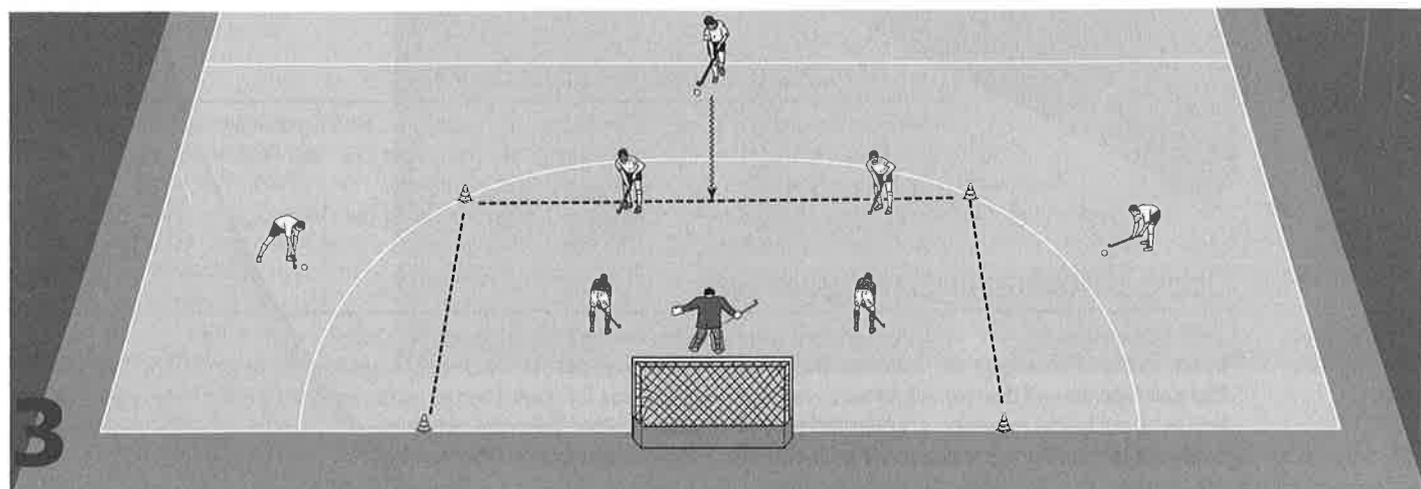
Serie 1: Spielformen mit Torschuss



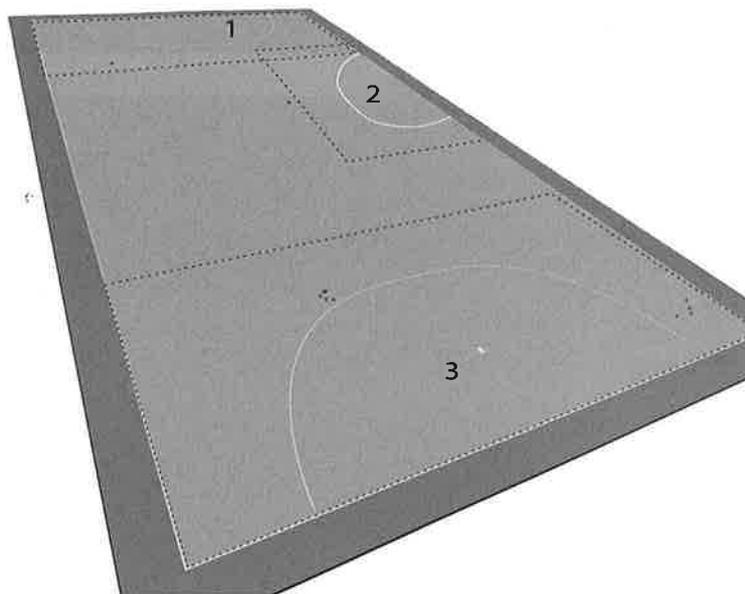
1



2



3



Übung 1: Torschuss nach Grundliniendribbling

- ➔ Ein Angreifer und ein Verteidiger im Schusskreis in einem markierten Spielfeld, links und rechts vom Kreis weitere Spieler, ein Zuspieler vor dem Schusskreis, Torwart im Tor.
- ➔ Der Zuspieler passt den Ball nach links oder rechts an einen Angreifer, der nach der Ballannahme ein „Zwei-gegen-eins-plus-Torwart“ im Schusskreis spielt. Hierbei versucht er, entweder sich selbst in eine gute Schussposition zu bringen oder den sich freilaufenden zweiten Stürmer anzuspielen.

Übung 2: „Drei-drei-plus-Torwart“

- ➔ Abgegrenztes Spielfeld zwischen Viertel- und Mittellinie, zwei Teams mit jeweils drei Spielern, ein Torwart ohne Handschuhe und Helm.
- ➔ Es wird ein „Drei-gegen-drei“ auf große Tore gespielt, der Torwart agiert hier immer bei der abwehrenden Mannschaft, so dass die angreifende Mannschaft immer in Unterzahl spielt. Als weitere Regel kann eingeführt werden, dass alle Ballführungs- und -abgabeaktionen nach vorn in der „1.Etage“, alle nach hinten flach gespielt werden müssen.

Übung 3: „Drei-gegen-zwei-plus-Torwart“

- ➔ Abgegrenztes Spielfeld im Schusskreis, zwei Teams mit zwei Spielern und ein Torwart im Spielfeld, je ein Angreifer außen an den Spielfeldseiten.
- ➔ Auftakt der Spielform ist das Eindringen eines Außenspieler mit Ball in den Schusskreis - das Kommando hierzu gibt der Torwart. Es entwickelt sich somit ein „Drei-gegen-zwei“ - hierbei sollten die Innenspieler schnell durch Erlaufen der Quer- und Steilpositionen dem ballführenden Spieler zwei Anspielmöglichkeiten bieten.

	Verschiedene Themen	Autor	Ausgabe
F	Begriffe und Prinzipien eines Spielsystems im Feldhockey	Torsten Althoff	9 2007
	Den Stress besser wegstecken	Lothar Linz	8 2007
	Von Anfang an: Beginn einer Trainingseinheit	Michael Willemsen	2 2002
F	Club der Besten - Inhalte des Zentrallehrgangs 2007 Teil 1	Andreas Höppner/Torsten Althoff	4 2007
F	Club der Besten - Inhalte des Zentrallehrgangs 2007 Teil 2	Andreas Höppner/Torsten Althoff	5 2007
	Spielintelligenz für Durchblicker - Grundlagentraining Teil 1	Bernhard Peters/Karsten Kamber	3 2006
	Spielintelligenz für Durchblicker - Grundlagentraining Teil 2	Bernhard Peters/Karsten Kamber	6 2006
	Spielintelligenz für Durchblicker - Grundlagentraining Teil 3	Bernhard Peters/Karsten Kamber	7 2006
F	Müssen D-Mädchen wie Erwachsene ackern - ein neues Weikampfsystem	Uli Forstner	4 2006
	Probieren geht über studieren - Kindgerechte Trainingsformen Teil 1	Bernhard Peters/Karsten Kamber	1 2006
	Probieren geht über studieren - Kindgerechte Trainingsformen Teil 2	Bernhard Peters/Karsten Kamber	2 2006
	Spielfähigkeit - Peripheres Sehen	Torsten Althoff	4 2000
F	Es muss nicht immer Kaviar sein - alternative Spielgeräte Teil 1	Heino Knuf	6 2005
F	Es muss nicht immer Kaviar sein - alternative Spielgeräte Teil 2	Heino Knuf	7 2005
	Mit Spielen formen	Bernhard Peters/Karsten Kamber	3 2004
	Spielend gewinnen Teil 1	Bernhard Peters/Karsten Kamber	4 2004
	Spielend gewinnen Teil 2	Bernhard Peters/Karsten Kamber	5 2004
	Die Spielsituation nutzen Teil 1	Bernhard Peters/Karsten Kamber	6 2004
	Die Spielsituation nutzen Teil 2	Bernhard Peters/Karsten Kamber	7 2004
	Einer ist besser als keiner - Trainingseinheiten mit einem Torwart	Peter Lemmen	1 2004
	Wann und wie sage ich wem was - Anleitung zur Teambesprechung	Heino Knuf	9 2003
	Schaun mer mal - Grundsätze zur Videobesprechung	Torsten Althoff	8 2003
F	Hockey - ein Kinderspiel	Birgitta Franken	5 2003
F	Kopieren erwünscht - Trainingsschwerpunkte der Herren-Nationalmannschaft	Bernhard Peters	5 2002
F	Besser geht's immer - Torschuss-Training	Michael Behrmann	2 2002
	Vom Wesentlichen zur Variation - Grundlagentraining	Bernhard Peters/Karsten Kamber	6 2002
F	Alle Jahre wieder - neue Ideen zum Stützpunkttraining	Peter Lemmen/Heino Knuf	4 2002
F	Gut begonnen ist halb gewonnen - Warm up vor dem Feldspiel	Michael Willemsen	7 2002
H	Gut begonnen ist halb gewonnen - Warm up vor dem Hallenspiel	Michael Behrmann	9 2002
	Coaching - Beitrag vom Trainersymposium 2001	Markus Weise	9 2001
	Techniktraining		
F	Tore machen - Übungen zum Torschuss Teil 1	Michael Behrmann	6 2006
F	Tore machen - Übungen zum Torschuss Teil 2	Michael Behrmann	7 2006
F	Tore machen - Übungen zum Torschuss Teil 3	Michael Behrmann	8 2006
H	Höher - schneller - weiter Schlenzen im Hallenhockey	Torsten Althoff	1 2005
F	Der Technik auf den Grund gehen - Grundlagentraining Teil 1	Michael Behrmann	3 2005
F	Der Technik auf den Grund gehen - Grundlagentraining Teil 2	Michael Behrmann	6 2005
H	Mit Schwung in die Hallensaison - Techniken schnell stabilisieren	Andreas Höppner	2 2004
F	Einfache Techniken einfach trainieren Teil 1	Bernhard Peters/Karsten Kamber	2 2004
F	Einfache Techniken einfach trainieren Teil 2	Bernhard Peters/Karsten Kamber	3 2004
F	Den Gegner laufen lassen - der Paki-Zieher	Peters/Kamber	3 2006
H	Hallen Warm-up Teil 1	Heino Knuf	7 2003
H	Hallen Warm-up Teil 2	Andreas Höppner	7 2003
F	Dank richtigem Schliff Hockey mit Pliff	Peter Lemmen	5 2003
F	Sauber schrubben - eine Ballabgabetechnik	Torsten Althoff	8 2005
F	Kleine Rückhand - große Möglichkeiten	Andreas Höppner	2 2003
F	Mit Sicherheit am Besten - Techniken der individuellen Ballsicherung	Heino Knuf	2 2003
H	Je schneller, desto besser - Erhöhung der Passschnelligkeit	Peter Lemmen	1 2003
F	Training nicht von der Stange - Einsatzmöglichkeiten von Stangen	Kai Drechsling/Philipp Zimmermann	6 2002
	Heute schon an morgen denken - die Torschussarten Stechen, Blocken, Schlenzen	Peter Lemmen	1 2002
	Eine ruhige Kugel schieben - Schlenzen richtig lernen	Torsten Althoff	8 2002
H	Schneller vorwärts mit der Rückhand	Heino Knuf	8 2001
H	Zocken leicht gemacht	Markus Weise	8 2001
H	Umspielen - Bewegungsbeschreibungen	Heino Knuf	1 2001
F	Torschuss-Training	Markus Weise	3 2000
H	Schieben in der Halle - Nachwuchstraining	Markus Weise	8 2000
F	Neue Schlagtechnik	Michael Behrmann	5 2000
F	Individuelle Abwehr	Heino Knuf	5 2000
F	Neue Schlagtechnik	Wolfgang Hillmann	7 2000
H	Schlenzen - Prinzipien	Michael Behrmann	10 2000

Taktiktraining		
F	Das Spiel formen - Spielformen Teil 1	Diverse 5 2007
F	Das Spiel formen - Spielformen Teil 2	Diverse 6 2007
	Übung macht den Meister - Spielformen	Peter Lemmen 7 2005
	Spielen von Anfang an - Spielformen	Peter Lemmen 2 2005
H	Von der Mittelspur zu Autobahn - kindgerechtes Taktiktraining	Torsten Althoff 9 2005
H	Aller Anfang ist nicht schwer	Andreas Höppner Aug-04
F	Clever verteidigen - situationsgerechtes Abwehrverhalten	Heino Knuf 3 2007
F	Clever verteidigen - situationsgerechtes Abwehrverhalten	Heino Knuf 4 2007
F	Catenaciol - Deutsche Raumdeckung mit italienischen Wurzeln	Torsten Althoff 2 2007
H	Den 5er Würfel knacken - Tipps zum Spielaufbau gegen einen Würfel	Andreas Höppner 8 2006
H	Die Treibjagd - Prinzipien und Varianten für Pressing	Markus Weise 9 2006
H	Orientierungsfähigkeit - Übungsformen	Peter Lemmen 1 2000
H	Zwei-gegen-eins	Uli Forstner 2 2000
F	Spiel ohne Abseits	Michael Willemsen 4 2000
H	Freistoß	Michael Willemsen 10 2000
H	Spielformen	Peter Lemmen 2 2001
F	Einzelkämpfer - Eins-gegen-eins	Markus Weise 5 2005
F	Das Duell 1:1	Markus Weise 7 2004
H	Rechts vor links - Hallentaktik	Heino Knuf 9 2004
F	Abwehr ist der beste Angriff Teil 1	Uli Forstner 8 2003
F	Abwehr ist der beste Angriff Teil 2	Uli Forstner 9 2003
F	Auf geht 's - Das Aufbauspiel in der Vierer-Formation	Michael Behrmann 4 2003
F	Bange machen gilt nicht - Herausspielen aus Pressing	Markus Weise 2 2003
F	Viele Köpfe gehen schwer unter einen Hut	Heino Knuf 2 2002
	Voll fähig - Entwicklung der Spielfähigkeit	Uli Forstner 1 2002
H	Dahin, wo 's weh tut: kreatives Umspielen	Torsten Althoff 8 2001
H	Mittendurch und drumherum - Spielen gegen eine Raumdeckung	Heino Knuf 9 2001
F	Aller guten Dinge sind drei - das Zwei-gegen-eins	Uli Forstner 5 2001
H	Konterhockey - Prinzipien	Torsten Althoff 9 2000
H	Zwei-gegen-eins	Uli Forstner 9 2000
Athletiktraining		
	Dehnübungen	Christian Bassemir 8 2007
	Schnell siegen - Schnelligkeitstraining Teil 1	Bernhard Peters/Karsten Kamber 3 2003
	Schnell siegen - Schnelligkeitstraining Teil 2	Bernhard Peters/Karsten Kamber 4 2003
	Zeit des Schaffens - Vorbereitung der Athletik auf die Hallensaison	Sigi Biermann 7 2002
	Schnelligkeitstraining - Grundsätze und Vorschläge	Heino Knuf 1 2001
	Hockeybiathlon	Benno Eicker 9 2000
Positionstraining / Torwarttraining		
	Torwart und Technik Folge 1	Eike Voss 2 2004
	Torwart und Technik Folge 2	Eike Voss 3 2004
	Torwart und Technik Folge 3	Eike Voss 4 2004
	Torwart und Technik Folge 4	Eike Voss 5 2004
	Torhüter sind anders	Eike Voss 7 2007
	Da kommt was auf Dich zu - Torwarttraining	Eike Voss 9 2006
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Stationstraining	6 2002
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Allgemeines	Wolfgang Kluth 1 2000
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Schläger, Handschuh und Körperabwehr	Wolfgang Kluth 5 2000
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Allgemeines	Wolfgang Kluth 2 2002
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Kicken	Wolfgang Kluth 2 2000
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Unterzahlabwehr	Wolfgang Kluth 1 2001
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Grundtechniken	Wolfgang Kluth 3 2000
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Abwehr von Einzelangriffen	Wolfgang Kluth 10 2000
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Stellungsspiel Teil 1	Wolfgang Kluth 6 2000
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Stellungsspiel Teil 2	Wolfgang Kluth 7 2000
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Koordination/Reaktion	Wolfgang Kluth 5 2001
	Torwart Spezielles Training für Spezialisten - Tiefe Bretter	Wolfgang Kluth 9 2001
F	Besser positioniert - Positionsspezifisches Training	Michael Willemsen 5 2005
	Eine geht noch - Stürmertraining im Stationsbetrieb	Peter Lemmen 5 2002