

# SAISON 2019/2020

DO YOUR JOB

TEAM-BOOK FÜR DIE MANNSCHAFT

Das Wichtigste ist die Geduld. Wir suchen nicht den schnellen Erfolg, sondern planen langfristig.  
Sascha Falk Heinzmann

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

---

## Änderungsübersicht

Zum Zeitpunkt der Drucklegung waren alle Informationen und Abbildungen auf dem neuesten Stand. Änderungen sind vorbehalten. Für die Unterlagen behalte ich mir alle Rechte vor.

Bitte beachte, dass verteilte Kopien nicht mehr meinem Änderungsdienst unterliegen können.

Datum	Ausgabe	Änderungen	Unterschrift
06/2019	1	Grundversion	Sascha Falk Heinzmann

## Schutzvermerk

Dieses Dokument und sein Inhalt sind Eigentum von Sascha Falk Heinzmann

Weitergabe sowie Vervielfältigung dieses Dokuments, Verwertung und Mitteilung seines Inhalts sind verboten, soweit nicht ausdrücklich gestattet. Zuwiderhandlungen verpflichten zum Schadensersatz.

Ersteller: Sascha Falk Heinzmann

Sascha Falk Heinzmann

Bäckerstrasse 2d

14513 Teltow

## **Inhaltsverzeichnis**

<b>1</b>	<b>Einleitung .....</b>	<b>11</b>
<b>2</b>	<b>Taktische Grundausrichtung der Mannschaft .....</b>	<b>12</b>
2.1	Taktische Zeichen und Schlüsselworte .....	12
2.2	Taktische Zeichen.....	12
2.3	Schlüsselwörter .....	13
<b>3</b>	<b>Defensive die Grundlage zum Erfolg.....</b>	<b>15</b>
3.1	Das Fundament der Defensive .....	15
3.1.1	Das Wichtigste in der Defensive .....	16
3.1.2	Die Philosophie der Defensive .....	16
3.1.3	Defensive ist harte Arbeit.....	17
3.1.4	Ziele der Defensive sind es.....	18
3.1.5	Diese Ziele erreichen wir durch.....	18
3.1.6	Ballorientierung.....	18
3.1.7	Druck auf den Ball an der Bande .....	18
3.1.8	Der Ballführende schaut aus dem Feld .....	18
3.1.9	Der Ballführende schaut ins Feld .....	19
3.2	Übersicht der Defensive.....	20
3.3	Die Defensive der Berlin Rockets .....	21
3.3.1	Druck auf der Ballseite.....	21
3.3.2	Verhalten bei Seitenwechsel hinter dem eigenen Tor .....	23
3.3.3	Wenn der Ball hinter dem eigenen Tor ist .....	25
3.3.4	Verhalten bei Rückpass auf der Ballseite.....	26
3.3.5	Verhalten bei Seitenwechsel hinter dem eigenen Tor .....	27
3.3.6	Doppeln .....	28
3.4	Wechselforechecking.....	29
3.4.1	Ziel des Wechselforecheckings.....	29
3.4.2	Aufgaben beim Wechselforechecking .....	29
3.4.3	Grundaufstellung beim Wechselforechecking .....	30
3.4.4	Arbeit der Stürmer (S) beim Wechselforechecking.....	31
3.4.5	Arbeit der Stürmer (S) beim Wechselforechecking mit Querpass.....	32
3.4.6	Arbeit der Stürmer (S) beim Wechselforechecking mit Laufspiel.....	33
3.4.7	Aufgabe des Centers (C) beim Wechselforechecking .....	33
3.4.8	Arbeit des Centers (C) beim Wechselforechecking .....	34
3.4.9	Aufgabe der Verteidiger (V) beim Wechselforechecking .....	34
3.4.10	Arbeit der Verteidiger (V) beim Wechselforechecking .....	35

---

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

## DO YOUR JOB

---

3.4.11	Arbeit der Verteidiger (V) beim Wechselforechecking und Pass an der Bande ..	36
3.5	Forechecking mit Steuerung .....	37
3.5.1	Grundaufstellung beim Forechecking mit Steuerung.....	37
3.5.2	Verhalten bei Laufspiel von der Steuerseite weg .....	38
3.5.3	Verhalten bei Laufspiel von offenen Steuerseite weg.....	39
3.5.4	Verhalten bei Pointauslösung des Gegners .....	40
3.5.5	Auslösung des Gegners auf unsere starke Seite .....	41
3.5.6	Auslösung des Gegners auf unsere offene Seite Variante A/B .....	42
3.5.7	Auslösung des Gegners auf unsere offene Seite Variante C .....	43
3.6	Forechecking „Mann“ .....	44
3.6.1	Ziele des Forecheckings „Mann“ .....	44
3.6.2	Grundsätzliche Aufgaben im Forechecking „Mann“.....	44
3.6.3	Grundsätzliche Aufgaben der Stürmer (S) im Forechecking „Mann“ .....	44
3.6.4	Grundsätzliche Aufgaben der Center (C) und Verteidiger (V) im Forechecking „Mann“ .....	44
3.6.5	Grundaufstellung im mannorientiertem Forechecking .....	44
3.6.6	Der Gegner steht breit .....	45
3.6.7	Der Gegner macht eine Laufspielauslösung .....	46
3.6.8	Der Gegner läuft viel ohne Ball .....	47
3.6.9	Der Gegner spielt mit Point.....	48
3.6.10	Freischlag in der gegnerischen Zone.....	49
3.6.11	Ball wird hinter dem Tor gehalten .....	50
3.7	Forechecking „Press“ .....	51
3.7.1	Ziele des Forecheckings „Press“ .....	51
3.7.2	Anwendung des Forecheckings „Press“ .....	51
3.7.3	Ausführung des Forecheckings „Press“ .....	51
3.7.4	Ball ist hinter dem gegnerischen Tor.....	52
3.7.5	Ball ist in der gegnerischen Ecke .....	53
3.8	Backchecking .....	54
3.8.1	Grundsätze des Backchecking .....	54
3.8.2	Das Prinzip des 3. Mannes .....	55
3.8.2.1	Ziel des dritten Mannes .....	55
3.8.2.2	Handlungen bei offensiven Ballverlust Variante A.....	55
3.8.2.3	Handlungen bei offensiven Ballverlust Variante B.....	56
3.8.2.4	Handlungen bei offensiven Ballverlust Variante C .....	57
3.8.3	Unser Forechecking wird hoch überspielt .....	58
3.8.4	Unser Forechecking wird mit Doppelpass überspielt.....	59
<b>4</b>	<b>Offensive der Weg zum Erfolg .....</b>	<b>60</b>

---

**Team-Book der Berlin Rockets**  
Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

---

4.1	Das solide Offensivhaus basiert auf.....	60
4.2	Die wichtigsten Ziele in der Offensive .....	61
4.3	Grundsätzliches Verhalten in der Offensive .....	61
4.3.1	Grundsätzlich Entscheidung über das Offensivspiel .....	61
4.3.2	Wichtige Offensivpositionen.....	62
4.3.3	Die Basis für offensives Ballmonopol ist .....	63
4.3.4	Grundsätzliches Verhalten.....	63
4.3.5	Der erste Pass ist der Wichtigste und der Sicherste .....	63
4.3.6	Der zweite Pass leitet unser Offensivspiel ein.....	65
4.3.7	Wir entscheiden schnell und der Spielsituation entsprechend.....	65
4.4	Die Auslösung .....	66
4.4.1	Die Schritte der Auslösung .....	66
4.4.2	Arten der Auslösungen .....	67
4.4.3	Kontroll-Auslösungen.....	67
4.4.4	Kontroll-Auslösungen gegen folgende Systeme werden nach Gegner eingeübt.....	68
4.4.5	Auslösungsvarianten gegen Pressing .....	68
4.4.6	Passwege .....	69
4.4.7	Verhalten hinter dem Tor .....	70
4.4.8	Transition-Auslösung .....	70
4.4.9	Ballgewinn in eigener Verteidigungszone.....	71
4.5	Das Spiel in der Offensivzone.....	72
4.5.1	Festsetzen in der Offensivzone.....	72
4.5.2	Seitenwechsel und Rückpass in der Offensivzone.....	73
4.5.3	Anspielstation auf V-Positionen .....	74
4.5.4	Ball ist in den Ecken oder hinter Grundlinie unter Druck .....	75
4.6	Der Abschluss .....	76
4.6.1	Verhalten bei Torerfolg und guten Aktionen .....	76
<b>5</b>	<b>Spezial-Teams.....</b>	<b>77</b>
5.1	Spezialsituationen.....	77
5.1.1	Bully.....	77
5.1.2	Wir gewinnen das Bully.....	77
5.1.3	Wir verlieren das Bully .....	77
5.2	Fliegende Wechsel .....	78
5.2.1	Wir sind im Ballbesitz.....	78
5.2.2	Wir sind nicht im Ballbesitz .....	78
5.2.3	Nach einem Überzahlspiel .....	78
5.3	Unterzahlen ohne Ball.....	79

---

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

## DO YOUR JOB

---

5.3.1	Untersahl 4:5 .....	79
5.3.2	Folgendes ist zu beachten .....	79
5.3.3	Aufgaben .....	79
5.3.4	Powerplay mit Point /Spieler in der Mitte.....	80
5.3.5	Ball ist rechts .....	81
5.3.6	Ball ist links.....	82
5.3.7	Laufspiel von der Seite .....	83
5.3.8	Powerplay mit zwei Spielern hinten .....	84
5.3.9	Untersahl 3:5 .....	85
5.3.10	Untersahl 5:6 .....	87
5.3.11	Grundregeln beim Untersahlspiel 5:6.....	87
5.3.12	Aufstellung und vorgehen bei Untersahl 5:6 .....	87
5.4	Untersahl mit Ball .....	89
5.4.1	Grundsätzliches .....	89
5.4.2	Grundaufstellung ab Bullypunkt .....	90
5.4.3	Laufwege und Passwege.....	91
5.4.4	Verhalten bei Ballgewinn .....	92
5.5	Power-Play .....	93
5.5.1	Grundsätzliches im Übersahlspiel.....	93
5.5.2	Aufstellung und Abschlusszonen .....	94
5.5.3	Aufstellung mit Überlastung auf der rechten Seite .....	95
5.6	Powerplay ohne Ball .....	96
5.6.1	Grundsätzliches .....	96
5.6.2	Aufgaben .....	96
5.7	Standards-offensiv .....	98
5.7.1	Grundsätzliches .....	98
5.7.2	Nahe vor dem Tor.....	99
5.7.3	Slot .....	100
5.7.4	Seite .....	101
5.7.5	Ecke .....	102
5.8	Standards-defensiv .....	103
5.8.1	Mauer im Feld.....	103
5.8.2	Freistoß im Feld.....	103
5.8.3	Freistoß am Torraum .....	104
5.8.4	Ab Bullypunkt mit zwei Spielern .....	105
5.8.5	Ab Bullypunkt mit einem Spieler .....	105
<b>6</b>	<b>Vorlagen und Informationen .....</b>	<b>106</b>
6.1	Die Spieler der Berlin Rockets der aktuellen Saison .....	106

---

**Team-Book der Berlin Rockets**  
Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

---

6.2	Vorlage Spielfeld (groß) .....	107
6.3	Vorlage Spielfeld (klein) .....	108
6.4	Trainingsvorbereitung .....	109
6.5	Schuss-Statistik .....	109
6.6	Spieler Beurteilung .....	109
6.7	Plus-Minus Statistik .....	109
6.8	Notizen .....	114
<b>7</b>	<b>Mitgeltende Dokumente .....</b>	<b>115</b>

---

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1:	Defensive.....	15
Abbildung 2:	Übersicht der Defensive.....	20
Abbildung 3:	Druck auf der Ballseite.....	21
Abbildung 4:	Seitenwechsel hinter dem Tor.....	23
Abbildung 5:	Ball hinter dem eigenen Tor.....	25
Abbildung 6:	Rückpass auf der Ballseite.....	26
Abbildung 7:	Verhalten bei Pointaufstellung.....	27
Abbildung 8:	Verhalten beim Doppeln.....	28
Abbildung 9:	Grundaufstellung beim Wechselforechecking.....	30
Abbildung 10:	Grundaufstellung beim Wechselforechecking.....	31
Abbildung 11:	Wechselforechecking mit Querpass.....	32
Abbildung 12:	Wechselforechecking mit Laufspiel.....	33
Abbildung 13:	Arbeit des Centers.....	34
Abbildung 14:	Arbeit der Verteidiger.....	35
Abbildung 15:	Arbeit der Verteidiger und Pass an der Bande.....	36
Abbildung 16:	Grundaufstellung beim Forechecking mit Steuerung.....	37
Abbildung 17:	Laufspiel von der Seite weg.....	38
Abbildung 18:	Laufspiel offener Steuerseite weg.....	39
Abbildung 19:	Pointauslösung des Gegners.....	40
Abbildung 20:	Auslösung auf unsere starke Seite.....	41
Abbildung 21:	Auslösung auf offene Seite Variante A/B.....	42
Abbildung 22:	Auslösung auf offene Seite Variante C.....	43
Abbildung 23:	Der Gegner steht breit.....	45
Abbildung 24:	Laufspielauslösung des Gegners.....	46
Abbildung 25:	Der Gegner läuft viel.....	47
Abbildung 26:	Der Gegner spielt mit Point.....	48
Abbildung 27:	Freischlag ab Bullypunkt.....	49
Abbildung 28:	Ball wird hinter dem Tor gehalten.....	50
Abbildung 29:	Ball ist hinter dem gegnerischen Tor.....	52
Abbildung 30:	Ball ist in gegnerischen Ecke.....	53
Abbildung 31:	Grundsätze des Backchecking.....	54
Abbildung 32:	Variante A.....	55
Abbildung 33:	Variante B.....	56
Abbildung 34:	Variante C.....	57
Abbildung 35:	Forechecking hoch überspielt.....	58
Abbildung 36:	überspielen mit einem Doppelpass.....	59
Abbildung 38:	Entscheidung über das Offensivspiel.....	61
Abbildung 39:	Offensivpositionen.....	62
Abbildung 40:	Angriffsauslösung.....	66
Abbildung 41:	Arten der Auslösungen.....	67
Abbildung 42:	Passwege.....	69
Abbildung 43:	Passwege Verhalten hinter dem Tor.....	70
Abbildung 44:	Ballgewinn in eigener Verteidigungszone.....	71
Abbildung 45:	Festsetzen mit Ball.....	72



**Team-Book der Berlin Rockets**  
Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

---

Abbildung 46:	Seitenwechsel in der Offensivzone.....	73
Abbildung 47:	Anspielstationen auf der V Position .....	74
Abbildung 48:	Ball unter Druck .....	75
Abbildung 49:	Die Phasen des Abschlusses .....	76
Abbildung 50:	Powerplay mit Point .....	80
Abbildung 51:	Ball ist rechts.....	81
Abbildung 52:	Ball ist rechts.....	82
Abbildung 53:	Laufspiel von der Seite.....	83
Abbildung 54:	Powerplay mit zwei Spielern hinten.....	84
Abbildung 55:	Unterzahl 3:5 .....	85
Abbildung 56:	Unterzahl 3:5 .....	86
Abbildung 57:	Unterzahl 5:6 .....	87
Abbildung 58:	Unterzahl Grundaufstellung ab Bullypunkt .....	90
Abbildung 59:	Unterzahl mit Ball Lauf und Passwege .....	91
Abbildung 60:	Unterzahl mit Ball Verhalten bei Ballgewinn.....	92
Abbildung 61:	Aufstellung und Abschlusszonen .....	94
Abbildung 62:	Aufstellung mi Überlastung im Power-Play.....	95
Abbildung 63:	Standards offensiv Nahe vor dem Tor .....	99
Abbildung 64:	Standards offensiv Slot .....	100
Abbildung 65:	Standards offensiv Seite .....	101
Abbildung 66:	Standards offensiv Ecke.....	102
Abbildung 67:	Standards defensiv Freistoß im Feld .....	103
Abbildung 68:	Standards defensiv Freistoß am Torraum .....	104
Abbildung 69:	Standards defensiv Ab Bullypunkt mit zwei Spielern .....	105

---

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

---

## Tabellenverzeichnis

Tabelle 17 Taktische Zeichen .....	12
Tabelle 18 Schlüsselwörter .....	13
Tabelle 19 Spieler der Berlin Rockets.....	106

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

---

## **1 Einleitung**

Das wichtigste ist die Geduld. Wir suchen nicht den schnellen Erfolg, sondern planen langfristig.










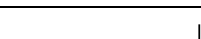

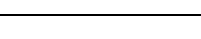
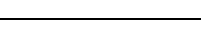
Ich erwarte von der Mannschaft dieses Team-Book zu lesen. Weiterhin kann das Team von jedem Einzelnen erwarten, mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln, die Grundlagen und Verhaltensweisen umzusetzen.

## 2 Taktische Grundausrichtung der Mannschaft

### 2.1 Taktische Zeichen und Schlüsselworte

Taktische Zeichen sind symbolhafte Darstellungen. Jede Aktion auf dem Spielfeld lässt sich mit diesen Zeichen darstellen. Eine genaue Kenntnis ist die Voraussetzung für das Verständnis und Zusammenspiel aller Spieler einer Mannschaft auf dem Spielfeld.

### 2.2 Taktische Zeichen

Taktisches Zeichen	Erklärung
	Gegnerischer Stürmer
	Gegnerischer Verteidiger
	Eigener Verteidiger
	Eigener Stürmer (Flügelspieler)
C 	Eigener Center
	Pass
	Pass auf beiden Seiten möglich
	Abschluss
	Laufweg ohne Ball
	Laufweg mit Stopp
	Laufweg mit Tempowechsel
	Laufweg mit Ball
	Lauf- oder Passweg blocken / Schuss blocken

*Tabelle 17 Taktische Zeichen*

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

## 2.3 Schlüsselwörter

Schlüsselwörter dienen dazu, um effizient und langfristig Vokabeln zu lernen. Sie helfen dem Gedächtnis Wissen von Altem mit Neuem abzugleichen und Bilder zu schaffen, die sich das Gehirn besser merken kann. Diese Methode baut auf folgendem Grundprinzip auf:

- Neue Vokabeln werden mit bereits vorhandenem Wissen verknüpft.
- Abstraktes und unbekanntes Material wird in gut vorstellbare Bilder transformiert.
- Es findet eine geistige Verarbeitung und eine bewusste Konfrontation mit dem neuen Wissen statt.

Tabelle 18 Schlüsselwörter

Wort	Beschreibung
Aufschließen	Defensive <ul style="list-style-type: none"><li>➤ In der Defensivarbeit auf den entsprechenden Gegenspieler entsprechend Position aufrücken nahe am Gegenspieler Position einnehmen.</li></ul> Offensive <ul style="list-style-type: none"><li>➤ In die Offensivposition aufrücken und Druck entwickeln.</li></ul>
Backchecking	Spielverhalten in der Defensive. <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Alle Aktionen die bei gegnerischen Ballbesitz zwischen den Forecheckingformen in Richtung unseres Tores stattfinden.</li></ul>
Block /Blocken	Einen Schuss oder ein Gegner abblocken. <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Durch den Einsatz des Körpers eine Schuss- oder eine Laufrichtung schließen.</li></ul>
Defensive	Alle Aktionen, wenn wir nicht im Ballbesitz sind.
Doppeln	Der Gegenspieler wird in unserem Defensivverhalten an der Bande durch zwei Spieler angegriffen. <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Häufig durch Verteidigung und Center.</li><li>➤ Flügel unterstützen immer beim Doppeln.</li><li>➤ Wir doppeln bis in die eigenen Ecken.</li></ul>
Forechecking	Spielverhalten in der Defensive <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Setzt ein sobald der Ball in der Offensivzone an den Gegner geht.</li></ul>
Hinten	Örtliche Beschreibung <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Anweisung für einen Rückpass.</li><li>➤ Anweisung für einen Pass in den eigenen Rücken.</li></ul>

**Team-Book der Berlin Rockets**  
Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

Hoch	Weiter vom Tor entfernt. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hohes Forechecking → Bis zum gegnerischen Slot.</li> <li>➤ Hoher Slot → Teil des Slot der am weitesten vom Tor entfernt ist.</li> </ul>
Inside	Position für verteidigende Spieler. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ist eine gedachte Linie zwischen dem Ball und dem eigenen Tor.</li> <li>➤ Sollte im Defensivverhalten immer besetzt sein.</li> </ul>
Move	Schnell ausgeführte Bewegung. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Schnelle Körpertäuschung</li> <li>➤ Schnelle Stocktäuschung</li> <li>➤ Sofortige Bewegung</li> </ul>
Offensive	Wir sind im Ballbesitz. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Umfasst alle Handlungen, wenn wir im Ballbesitz sind.</li> </ul>
Langer-/Kurzer Torpfosten	Langer Torpfosten <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Der vom Ball aus gesehene weiter entfernte Torpfosten.</li> </ul> Kurzer Torpfosten <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Der vom Ball aus gesehene nähere Torpfosten.</li> </ul>
Point	Bezeichnung für eine Spielrolle. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Point im Defensivverhalten → Letzter Mann vor dem Goalie</li> <li>➤ Point im Offensivverhalten → Letzter Mann</li> <li>➤ Point in den Spezial-Teams → Spielmacher</li> </ul>
Slot	Bereich in der Mitte des Spielfeldes vom Tor bis zur Mittellinie. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hoher Slot → Bereich ab Mitte der Verteidigungszone bis zur Mittellinie.</li> <li>➤ Tiefer Slot → Bereich nahe vor dem Tor (Torraum) bis zur Mitte der Verteidigungszone.</li> </ul>
Spezial-Teams	Alle Über- und Unterzahlformationen
Standard	Freischlagvarianten
Tief	Nahe beim Tor <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Tiefes Forechecking → Aufstellung in der eigenen Defensivzone</li> <li>➤ Tief vor dem Tor → Nahe vor dem Tor</li> <li>➤ Zu tief stehen → Zu nahe vor dem eigenen Tor</li> </ul>

### 3 Defensive die Grundlage zum Erfolg

Damit wir ein gutes, solides und vor allem erfolgreiches Offensivhaus aufbauen können, benötigen wir ein festes und gleichzeitig stabiles defensives Fundament.

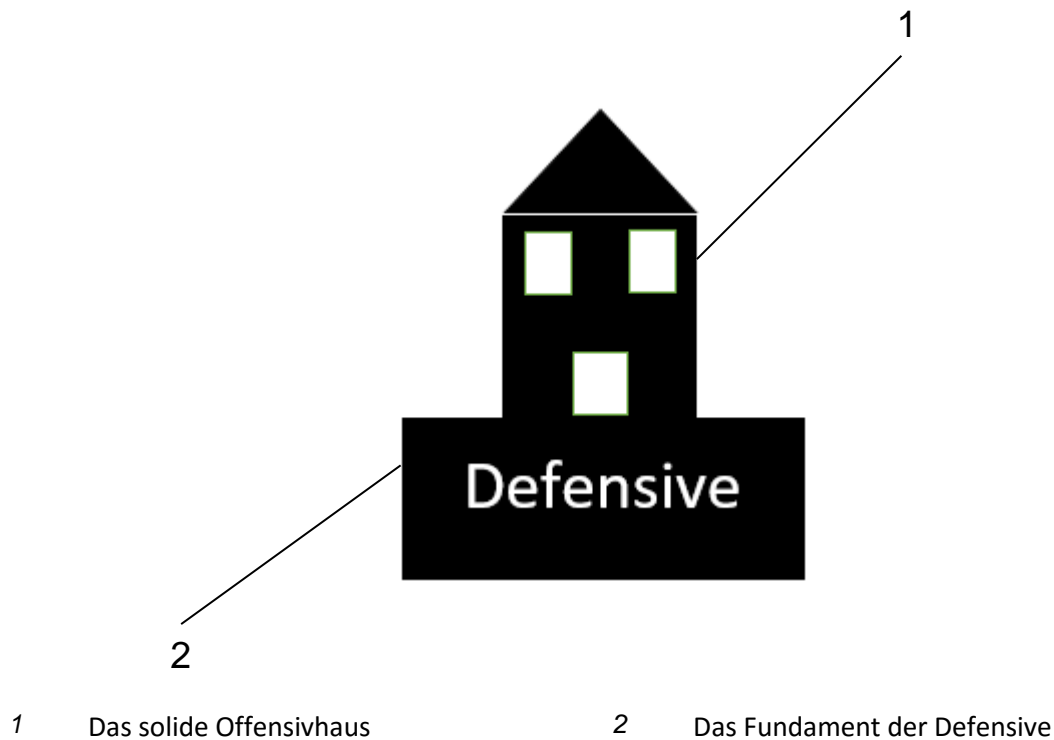


Abbildung 1: Defensive

#### 3.1 Das Fundament der Defensive

- Disziplin
- Vertrauen
- Konzentration
- Aufgabenkenntnis

### **3.1.1 Das Wichtigste in der Defensive**

- Tore verhindern
- Flügel dirigieren
- Ball unter Druck setzen
- Fehler beim Gegner erzwingen
- Ball gewinnen
- Aufbau kontrollieren

### **3.1.2 Die Philosophie der Defensive**

- Wir bestimmen das Spiel
- Wir kontrollieren das Spiel und den Gegner
- Wir spielen schnell und zielstrebig
- Wir spielen aggressiv und mit Power
- Wir arbeiten in der Offensive immer hart ohne Ball. Wir sind dadurch immer anspielbar.
- Wir spielen nach einem Ballverlust sofort mit Druck auf eine Balleroberung
- Wir sind jederzeit gut in der Defensive und Offensive organisiert
- Wir beziehen unsere Sicherheit und Stärke aus einer optimalen Defensive
- Wir machen weniger Eigenfehler
- Wir zwingen den Gegner Fehler zu machen
- Wir kommunizieren auf dem Spielfeld



### 3.1.3 Defensive ist harte Arbeit

In unserer Verteidigung suchen wir jeden Zweikampf. Jeden Zweikampf führen wir mit aller Konsequenz bis zum Ballgewinn. Erst wenn wir den Ball unter Kontrolle haben ist der Zweikampf vorbei.

- Verteidigung ist harte Arbeit und nichts für Schwächlinge!
- In der Verteidigung tragen alle die gleiche Verantwortung!
- Perfekte Zusammenarbeit ist entscheidend, deshalb muss die Kommunikation in jedem Moment sehr gut sein!
- Geduldiges Zermürben des Gegners bringt den Erfolg.
- Wir setzen unseren Körper in jedem Zweikampf ein!
- Es soll wehtun gegen uns zu spielen, bleiben aber immer fair!
- In der Verteidigung helfen alle Spieler mit!
- Es gibt keinen Spieler, der nichts mit der Verteidigung zu tun hat!
- Wir verteidigen immer gemeinsam!



Jedem gegnerischen Abschluss auf unser Tor ist ein Fehler in der Organisation vorausgegangen.

Sollte es trotzdem dazu kommen helfen alle mit, weitere Schüsse zu verhindern.

- Jeder weiß wo die Gegenspieler stehen die schießen können.
- Wir laufen immer zuerst in den Schussweg.
- Wir gehen tief in den Block, bevor wir Druck auf den Ball machen.



Ein geblockter Schuss verwundet uns vielleicht, aber ein nicht geblockter Schuss kann uns killen!



Ein geblockter Schuss ist genau so wertvoll wie ein geschossenes Tor!



Das Blocken von gegnerischen Schüssen ist eines unserer höchsten Ziele!

### **3.1.4 Ziele der Defensive sind es**

- Ballgewinn an der Bande durch Doppeln.
- Im Slot kompakt stehen.
- Gegenspieler werden sehr eng gedeckt.
- Gegenspieler zu Fehlern zu zwingen

### **3.1.5 Diese Ziele erreichen wir durch**

- Ballgewinn an der Bande mittels Doppeln.
- Wir schließen den Ball an der Bande ein und erobern ihn mittel Überzahl.
- Wir stehen immer im Schussweg unseres Gegenspielers.
- Super Blockarbeit.
- Wir lassen kein Laufspiel mit Ball im Slot zu.

### **3.1.6 Ballorientierung**

Jeder Spieler weiß in jeder Situation, wo sich der Ball gerade befindet. Wir wissen auch wo die Gegenspieler sich befinden. Es gibt nichts Schlimmeres, als Gegner die aus dem „Nichts“ auftauchen.

- Wir wissen immer wo der Ball ist.
- Wir wissen immer wo der Gegner ist.
- Wir stehen immer so zum Spiel, dass wir immer den Ball und den Gegner beobachten können.

### **3.1.7 Druck auf den Ball an der Bande**

Ist der Ball an der Bande oder Ecke, versuchen wir viel Druck auf den Ball zu machen.

- Wir setzen den Gegner unter Druck.
- Wir doppeln - jeder kennt genau seine Aufgabe.
- Wir haben immer auch die anderen Gegenspieler und die Spielsituation im Blick.

### **3.1.8 Der Ballführende schaut aus dem Feld**

- Bei einem schnellen Spieler halte ich etwas Abstand, bleibe aber Inside und warte bis ich Unterstützung durch die Flügel bekomme.
  - Ich warte auf seiner Vorhandseite und erhöhe den Druck nur langsam.
  - Mache ich vollen Druck, darf der Ballführende den Ort mit Ball nicht mehr verlassen.
  - Ich provoziere clever einen Freischlag für uns.
-

**3.1.9 Der Ballführende schaut ins Feld**

- Ich achte darauf, dass der Ballführende keinen Pass an mir vorbei spielen kann.
- Ich gehe in eine tiefe Körperposition.
- Ich erhöhe den Druck nur langsam und versuche den Ballführenden zuerst mit dem Stock zu einer Aktion zu zwingen.
- Ich warte bis ich Unterstützung von meinen Flügeln bekommen.

### 3.2 Übersicht der Defensive

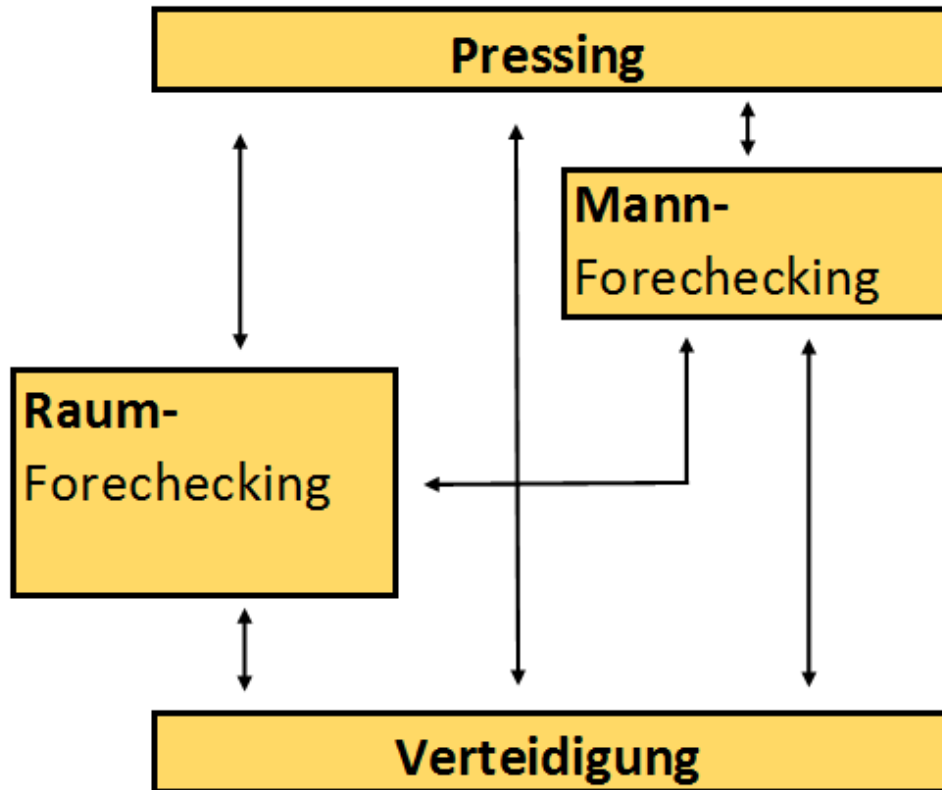
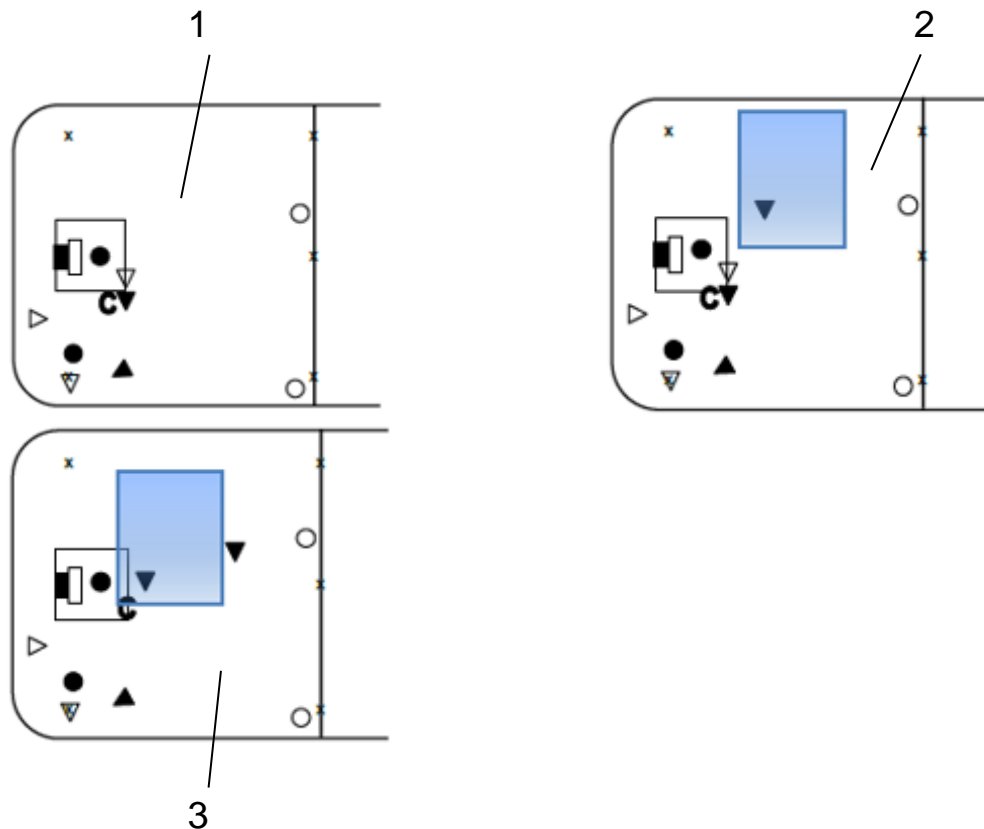


Abbildung 2: Übersicht der Defensive

### 3.3 Die Defensive der Berlin Rockets

#### 3.3.1 Druck auf der Ballseite



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- c ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

- 1 Verteidiger der Ballseite
- 2 Gegenseite verhält sich in dieser Situation Variante A
- 3 Gegenseite verhält sich in dieser Situation Variante B

Abbildung 3: Druck auf der Ballseite

#### 1. Verteidiger der Ballseite

- Verteidiger der Ballseite geht nach außen und bedrängt den Gegenspieler so, dass dieser unter Druck steht, aber nicht schnell verschieben kann.
- Gegenspieler wird am Laufspiel gehindert.
- Gegenspieler wird gezwungen aus dem Feld zu schauen.
- Der Flügel der Ballseite hilft dem Verteidiger und doppelt.
- Flügel der Ballseite verhindert auch einen möglichen Rückpass.
- Center hält die Mitte nahe am Pfosten. Er ist zuständig für Slot. Gegenspieler werden eng gedeckt.

## Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

---

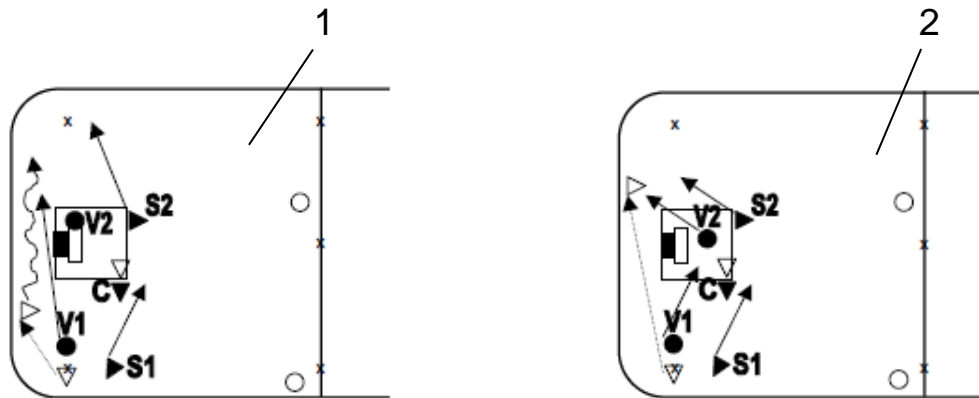
### 2. Gegenseite verhält sich in dieser Situation Variante A

- Gegenverteidiger hält den langen Pfosten und die Zone auf der Gegenseite.
- Da der Center auf der Ballseite gebunden ist kommt der Gegenflügel tief bis an den Torraum, bleibt aber in der Schusslinie seines Verteidigers.

### 3. Gegenseite verhält sich in dieser Situation Variante B

- Center ist frei und kann die Gegenseite abdecken oder spielen.
- Raum-Forechecking:  
der Ball ist auf der offenen Seite tief gespielt worden.
- Der Gegenflügel bleibt hoch und schließt bis zur Feldmitte auf.
- Wird der Ball hinter dem Tor durchgespielt kommt der Gegenflügel sofort tief. (siehe Verhalten beim Seitenwechsel hinter dem Tor durch und wenn der Ball hinter unserem Tor ist.

### 3.3.2 Verhalten bei Seitenwechsel hinter dem eigenen Tor



- |    |                               |   |            |
|----|-------------------------------|---|------------|
| ○  | Gegnerischer Verteidiger      | 1 | Variante A |
| △  | Gegnerischer Stürmer (Flügel) | 2 | Variante B |
| ▲  | Eigener Stürmer (Flügel)      |   |            |
| ◐▲ | Eigener Center                |   |            |
| ●  | Eigener Verteidiger           |   |            |

Abbildung 4: Seitenwechsel hinter dem Tor

#### 1. Variante A: Bei Laufspiel hinter dem Tor durch

- Verteidiger 1 geht mit dem Ballführenden mit und treibt ihn hinter dem Tor durch in die Gegenecke.
- Verteidiger 2 deckt den langen Pfosten ab, geht nicht hinter die Grundlinie verhindert Pass in den Torraum und geht vor das Tor.
- Center deckt den Torraum ab.
- Manövriert beim ggf. Gegenspieler der dort steht.
- Hält sich im sonst im Torraum auf.
- Raum vor dem Tor ist unbedingt zu halten.
- Flügel 1 geht sofort zur Mitte auf die Torraumecke.
- Flügel 2 doppelt mit Verteidiger an der Bande.

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

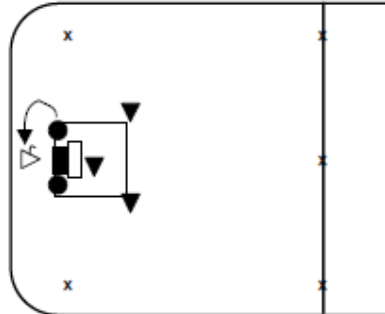
---

## 2. Variante B: Bei Pass hinter dem Tor durch

- V1 vor das Tor auf die Position von V2.
- V2 macht sofort Druck nach außen auf die neue Ballseite.
- C deckt den Torraum ab.
- Manövriert beim ggf. Gegenspieler der dort steht.
- Hält sich sonst im Torraum auf.
- Raum vor dem Tor ist unbedingt zu halten.
- S1 und S2 analog Laufspiel.
- Im Moment des Seitenwechsels des Balles stehen alle fünf Spieler nahe im und um den Torraum.



### 3.3.3 Wenn der Ball hinter dem eigenen Tor ist



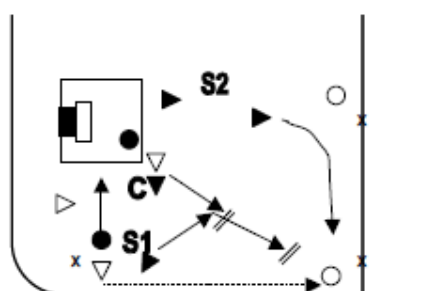
- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 5: Ball hinter dem eigenen Tor

1. Der Ballführende Gegenspieler befindet sich hinter unserem Tor.
  - Beide Verteidiger besetzen ihre Pforten.
  - Beide Verteidiger lassen keinen Pass vor das Tor zu.
  - Beide Verteidiger leisten aktive Arbeit mit dem Stock und machen den Raum hinter dem Tor damit kleiner.
2. Center deckt den Raum vor dem Tor ab.
  - Sieht dabei immer Gegenspieler und Ball.
3. Beide Stürmer kommen tief
  - Beide Stürmer bleiben auf der Schusslinie der Verteidiger.
  - Blickrichtung nach außen.

- 
4. Sind alle die Positionen eingenommen, haben die Verteidiger folgende Aufgaben:
- Verteidiger attackiert den Gegenspieler auf der Stockseite.
  - Verteidiger drängt den Gegenspieler nach außen.
  - Läuft der Gegenspieler in Richtung V2/V1 übernimmt der jeweils andere Verteidiger den Gegenspieler und drängt diesen ab.

### 3.3.4 Verhalten bei Rückpass auf der Ballseite

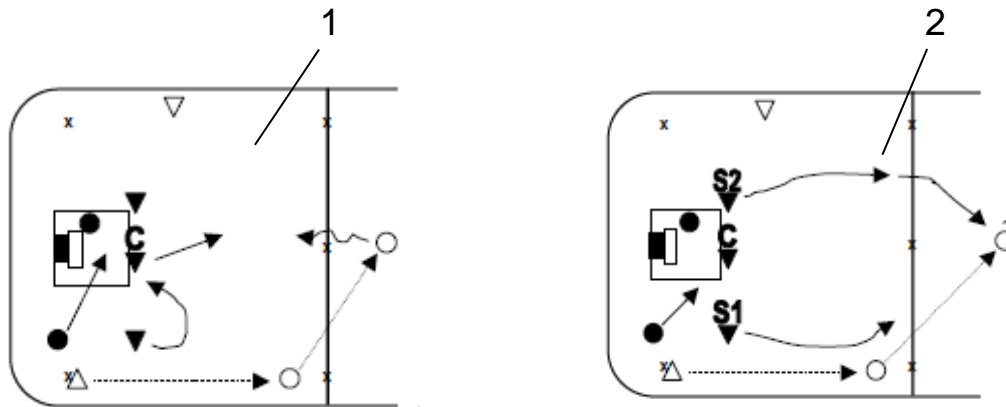


- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 6: Rückpass auf der Ballseite

1. S1 geht sofort zurück für den Schussblock bei Direktabschlüssen
  - Erst wenn der Stürmer in der Schusslinie ist, macht er Druck auf den Ball beim Gegenspieler Verteidiger.
2. Center bewegt sich sofort in die Schusslinie
  - Auf dieser Linie dann weiter vorwärts in Richtung Ball.
3. Verteidiger von der Ballseite geht sofort zur Mitte in den Torraum für den Schussblock
4. Stürmer 2 tief
  - Hilft S1 wenn der Gegenspieler ein Laufspiel mit Ball zur Mitte macht.
5. Stürmer 2 hoch
  - Druck von der Mitte auf den ballführenden Gegenspieler.
  - Doppeln mit S1

### 3.3.5 Verhalten bei Seitenwechsel hinter dem eigenen Tor



- |   |                               |   |            |
|---|-------------------------------|---|------------|
| ○ | Gegnerischer Verteidiger      | 1 | Variante A |
| △ | Gegnerischer Stürmer (Flügel) | 2 | Variante B |
| ▲ | Eigener Stürmer (Flügel)      |   |            |
| C | Eigener Center                |   |            |
| ● | Eigener Verteidiger           |   |            |

Abbildung 7: Verhalten bei Pointaufstellung

#### 1. Variante A :

Point ist bereits nahe an unserem Tor und beide S können nicht mehr in die Schusslinie.

- Center geht sofort in die Schusslinie und dem Point entgegen Blocken.
- Verteidiger + Stürmer der Ballseite gehen sofort in den Slot in Block-Position.

Daus ergibt sich ein enges 2:2:1.

#### 2. Variante B :

Point ist noch in seiner eigenen Zone und Stürmer können wieder auf ihre Positionen.

- Stürmer 1 + Stürmer 2 gehen sofort auf ihre Grundposition.
- Grundposition ist im Bereich der Mittellinie.

#### 3. Center und Verteidiger nehmen ebenfalls ihre Grundposition ein.

- Center schiebt dann auf die Seite von der der Druck aufgebaut wird.

#### 4. Der Point wird auf seiner Vorhandseite unter Druck von einem Stürmer gesetzt.

- Der gegnerische Point darf nicht mehr den Ball dahin passen, von wo der Druck durch unseren Stürmer aufgebaut wird.



## 3.4 Wechselforechecking

### 3.4.1 Ziel des Wechselforecheckings

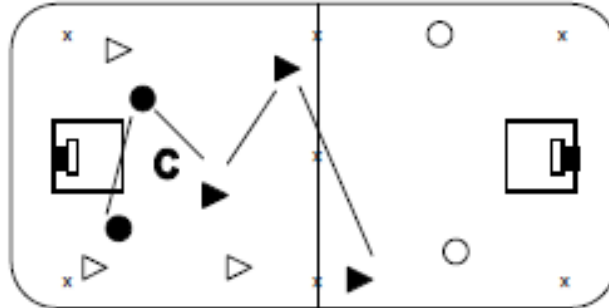
- Verkleinern der Spielfläche in unserer Defensivzone.
- Druck auf den auslösenden Gegenspieler dadurch Fehler beim Gegner provozieren.
- Kurze Wege dadurch schnell hoher Druck auf den Ball.
- Kraftersparnis durch geringe Laufwege.
- Mitte ist kompakt besetzt daher muss die Auslösung über eine Seite erfolgen.

Aus dem Wechselforechecking kann je nach Situation in eine Steuerung oder Pressing übergegangen werden.

### 3.4.2 Aufgaben beim Wechselforechecking

- Wir setzen den Gegner durch die Laufwege der Stürmer immer unter Druck.
- Jeder Stürmer ist für seine Ballseite zuständig und macht in diesem Bereich Druck auf den Ball.
- Stürmer setzen den ballführenden Gegner vor der Mittellinie unter Druck
- Der Stürmer auf der Ballseite macht Druck von der Bande her auf den Ball.
- Center und Verteidiger schließen durch Verschieben in die Mitte.
- Center und Verteidiger schließen durch ihre Aufstellung die Passwege in die gefährlichen Zonen.
- Verteidiger stellen sich eher Zentral im Slot und verschieben jeweils auf die Ballseite. So kann der jeweilige Verteidiger sofort Druck auf den Ball bei einer Auslösung machen.
- Das Doppeln erfolgt durch V und S der jeweiligen Seite.
- Center hält, wenn möglich die Mitte.
- Wir verhindern alle das Aufbauspiel oder die Auslösung des Gegners.

### 3.4.3 Grundaufstellung beim Wechselforechecking

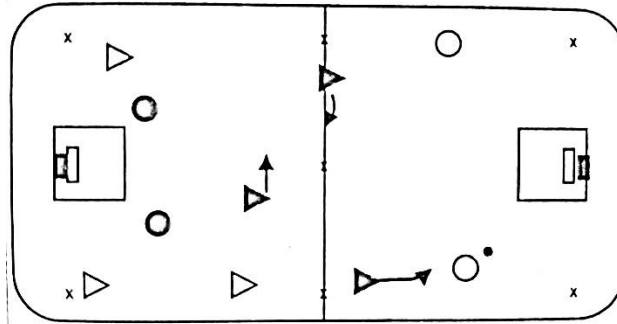


- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 9: Grundaufstellung beim Wechselforechecking

- Die Grundaufstellung ist 2:1:2.
- Ausgangspositionen für die Stürmer ist im Bereich der Mittellinie.
- Die Stürmer schließen auf der Ballseite die Bande.
- Verteidiger wählen eine zentrale Ausgangsposition am Torraum.

### 3.4.4 Arbeit der Stürmer (S) beim Wechselforechecking

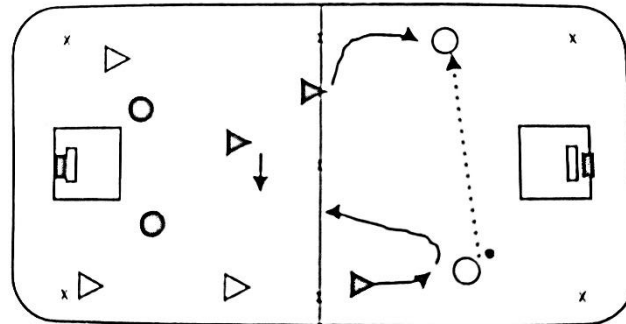


- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- c ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 10: Grundaufstellung beim Wechselforechecking

- Stürmer der Ballseite geht von der Bande her schnell und aggressiv auf den Ballführenden.
- Gegenflügel rückt etwas in die Mitte ein und hilft Diagonalpässe zu verhindern.
- Center schließt Raum für Diagonalpässe in der Mitte ab.
- Center deckt Ggf. Gegenspieler in der Mitte ab.

### 3.4.5 Arbeit der Stürmer (S) beim Wechselforechecking mit Querpass



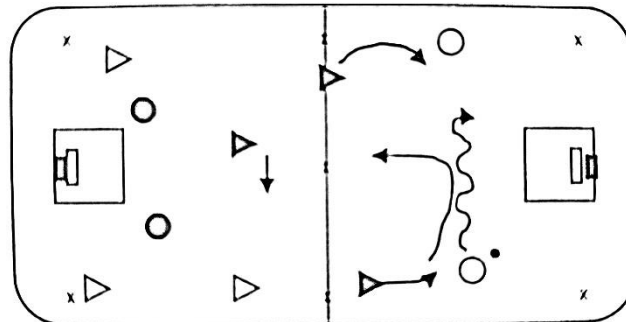
- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- ◐ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 11: Wechselforechecking mit Querpass

- Der Stürmer der Ballseite geht auf seine Grundposition und schiebt etwas gegen die Mitte.
- Gegenflügel macht sofort von der Bande her Druck auf den Ballführenden.
- Center schließt die Mitte und schiebt auf die Gegenseite des Balles.



### 3.4.6 Arbeit der Stürmer (S) beim Wechselforechecking mit Laufspiel



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 12: Wechselforechecking mit Laufspiel

- Der Stürmer der Ballseite läuft mit dem Ballführenden mit und macht Druck bis zur Mitte. Dann geht Stürmer wieder auf seine Grundposition in der Mitte zurück.
- Gegenflügel macht von der Bande her Druck auf den Ballführenden.
- Center schließt die Mitte und schiebt auf die Gegenseite des Balles.

Bei einem Laufspiel kann auch in ein Steuerforechecking übergegangen werden. Dabei macht der erste Stürmer weiter Druck. Der Gegenflügel übernimmt dann die passive Rolle.

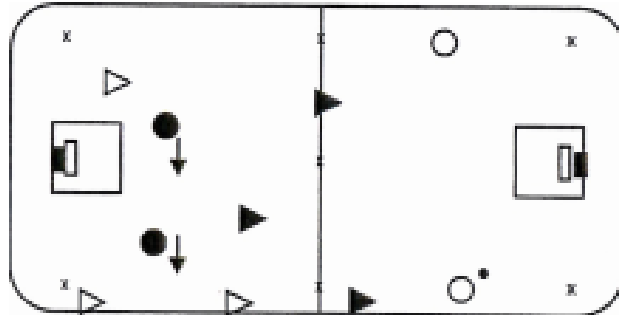
### 3.4.7 Aufgabe des Centers (C) beim Wechselforechecking

- Kontrolle des eigenen Raumes.
- Verhindern von Diagonalpässen.
- Verhindern von Pässen durch die Mitte vor unser Tor.
- Laufspiele durch die Mitte.



---

### 3.4.10 Arbeit der Verteidiger (V) beim Wechselforechecking



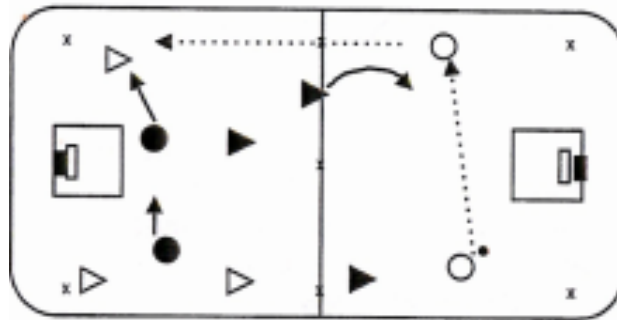
- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 14: Arbeit der Verteidiger

- Die Verteidiger starten in einer neutralen eher mittigen Position.
- Wenn möglich wird auf die Ballseite bereits verschoben.
- So lange der Ball nicht in unserer Defensivzone ist, stehen die beiden Verteidiger nicht zu weit auseinander.

---

### 3.4.11 Arbeit der Verteidiger (V) beim Wechselforechecking und Pass an der Bande



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- ◻▲ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 15: Arbeit der Verteidiger und Pass an der Bande

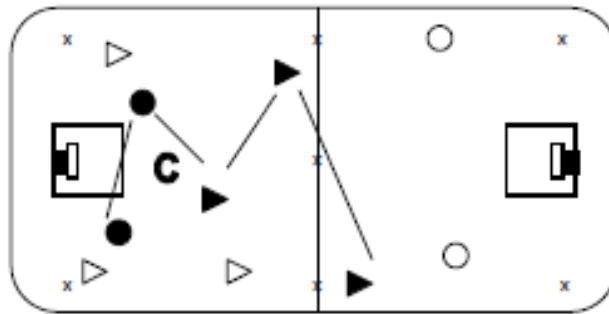
Verteidiger auf der Passseite geht sofort nach außen und macht Druck auf den Ball.

- Stürmer muss zum Doppeln kommen.

Verteidiger der Gegenseite rückt sofort in die Mitte und besetzt den Torraum.

### 3.5 Forechecking mit Steuerung

#### 3.5.1 Grundaufstellung beim Forechecking mit Steuerung



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 16: Grundaufstellung beim Forechecking mit Steuerung

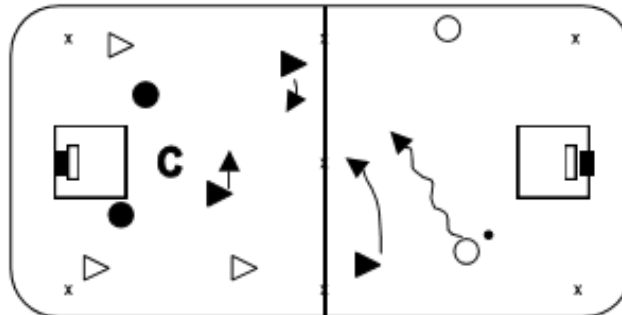
Ball soll auf unserer linken Seite gespielt werden. (das ist meist ist die Standardaufstellung)

- Ausgangsposition für die Stürmer
- Im Bereich der Mittellinie
- Den Pass der Bande entlang verhindern (gilt hauptsächlich für den Steuerstürmer)
- Passiver Stürmer läuft etwas mehr zur Mitte und lässt dafür die Bande und schließt dafür eher die Mitte.

Center und Verteidiger

- Center schließt die Passwege durch die Mitte und in der Diagonale.
- Verteidiger stehen ebenfalls versetzt aber umgekehrt zu den Stürmer und decken ungefähr  $\frac{1}{2}$ -Spielfeldes ab.
- Verteidiger schließen auf der Ballseite zur Bande auf.

### 3.5.2 Verhalten bei Laufspiel von der Steuerseite weg



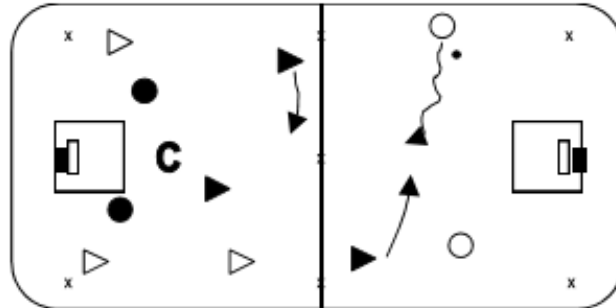
- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- Ⓢ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 17: Laufspiel von der Seite weg

- Der Steuerstürmer geht aggressiv mit dem Ballführenden mit und verhindert den Pass auf die Ausgangsseite.
- Passiver Stürmer rückt etwas zur Mitte und schließt damit die Diagonale.
- Center rückt etwas zur Mitte und schließt damit den Pass durch die Mitte.

Der Ballführende Gegner soll bis zur anderen Bande getrieben und dann dort gestoppt werden. Wenn genügend tief hilft der passive Stürmer mit um zu doppel.

### 3.5.3 Verhalten bei Laufspiel von offener Steuerseite weg

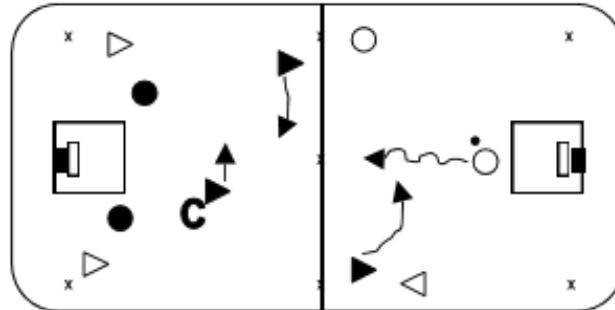


- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 18: Laufspiel offener Steuerseite weg

- Passiver Stürmer geht zur Mitte mit (Stick nach innen) und verhindert den Pass durch die Mitte.
- Steuerstürmer von der Gegenseite macht Druck zur Mitte so, dass kein Pass auf seine Seite möglich ist. Damit wird das Laufspiel gestoppt.
- Center behält den Raum auf seiner Seite aggressiv unter Kontrolle.

### 3.5.4 Verhalten bei Pointauslösung des Gegners



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- C ▲ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 19: Pointauslösung des Gegners

Keine Laufarbeit von uns so lange die Gegenspieler im Dreieck aufgestellt sind.

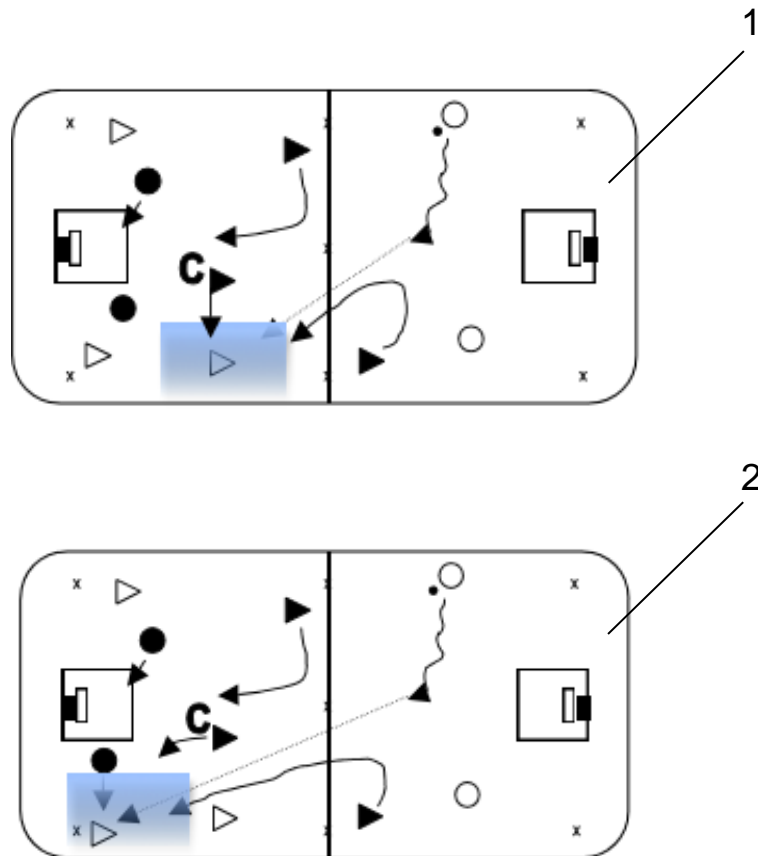
Läuft einer der Gegner mit dem Ball zur Mitte, verhalten wir uns wie siehe 7.5.2 oder 7.5.3

Macht der Pointspieler des Gegners mit dem Ball ein Laufspiel vorwärts, macht unser Steuerstürmer Druck von der Seite und steuert den Gegenspieler in Richtung Bande.

- Der passive Stürmer rückt dann zur Mitte, um den Raum zu schließen.
- Center rückt zur Mitte, sofern es nötig ist.



### 3.5.5 Auslösung des Gegners auf unsere starke Seite



- |     |                               |   |            |
|-----|-------------------------------|---|------------|
| ○   | Gegnerischer Verteidiger      | 1 | Variante A |
| △   | Gegnerischer Stürmer (Flügel) | 2 | Variante B |
| ▲   | Eigener Stürmer (Flügel)      |   |            |
| C ▲ | Eigener Center                |   |            |
| ●   | Eigener Verteidiger           |   |            |

Abbildung 20: Auslösung auf unsere starke Seite

Variante A:

Auslösung in die Mittelzone

- Center macht Druck auf Ball von Inside.
- Steuerstürmer kommt zum doppel.
- Passiver Stürmer besetzt den hohen Slot.

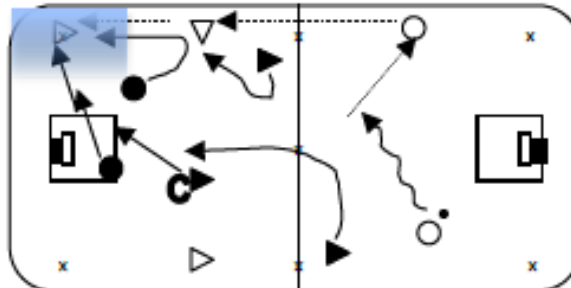


Verteidiger der Ballseite darf nicht helfen! Er muss den Bereich vor dem Tor decken, da sonst große Lücken in der Defensive entstehen

- Verteidiger der Gegenseite rückt nach innen in den Torraum und deckt den langen Pfosten ab.



### 3.5.7 Auslösung des Gegners auf unsere offene Seite Variante C



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 22: Auslösung auf offene Seite Variante C

Variante C:

(Mit Überlastung und tiefer Spieler erhält den Ball)

- Verteidiger macht sofort Druck auf den Ball von Inside.
- Wird der Ball Richtung Ecke gespielt, macht der V sofort weiter Druck auf den Ball.
- Passiver Stürmer macht kein Doppeln, sondern verhindert den Rückpass.
- Ballführender Gegenspieler in der Ecke schaut aus dem Feld
- Verteidiger macht Druck in der Ecke.

Ballführender Gegenspieler in der Ecke schaut in das Feld.

- Verteidiger bleibt im Torraum und macht keinen Druck.
- Center und Steuerstürmer decken die Gegenseite ab.

### **3.6 Forechecking „Mann“**

#### **3.6.1 Ziele des Forecheckings „Mann“**

- Keine Auslösung ohne Druck von uns auf den Ball.
- Auslösung mit Fehlern durch den Gegner (sehr wahrscheinlicher Ballgewinn für uns).
- Überhastete und unkontrollierte Auslösung des Gegners (Ballgewinn für uns).
- Auslösungen müssen an der Bande gespielt werden, dort ist gute Kontrolle möglich.
- Ballgewinn wenn möglich schon direkt beim ballführenden Gegenspieler.
- Oder nach dem ersten Pass an der Bande und geschicktes und schnelles doppeln.

#### **3.6.2 Grundsätzliche Aufgaben im Forechecking „Mann“**

- Wir spielen ein offensiv und am Gegenspieler ausgerichtetes Forechecking und versuchen den Gegner schon möglichst früh mit hohem Druck in Bedrängnis zu bringen.
- Die Stürmer machen möglichst schnell und viel Druck auf den Ball und provozieren so Fehler.
- In unserer Defensivzone (Verteidiger + Center) spielen wir mannorientiert.

#### **3.6.3 Grundsätzliche Aufgaben der Stürmer (S) im Forechecking „Mann“**

- Den Pass durch die Mitte verhindern.
- Den Gegner zur Bande hin steuern.
- Nie überlaufen lassen und trotzdem eng am Mann stehen.
- Gegner soll eine mögliche Auslösung nur mit hohem Risiko spielen können.

#### **3.6.4 Grundsätzliche Aufgaben der Center (C) und Verteidiger (V) im Forechecking „Mann“**

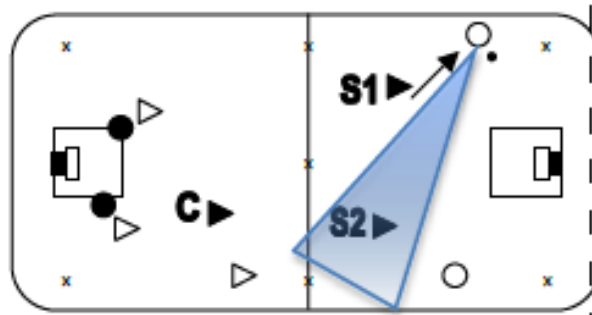
- Stehen immer nahe in ihrem Gegenspieler.
- Laufen die Gegenspieler viel, werden sie wenn möglich übergeben. Es muss aber trotzdem immer ein eigener Spieler in der Nähe jedes Gegenspielers sein.

#### **3.6.5 Grundaufstellung im mannorientiertem Forechecking**

Grundaufstellung 2:1:2

---

### 3.6.6 Der Gegner steht breit



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 23: Der Gegner steht breit

- Stürmer stehen so breit wie gegnerisch Verteidiger aber in einer Inside-Position.
- Center schließt auf den nächsten Gegenspieler auf.
- Verteidiger stehen bei ihren Gegenspielern. (Inside oder vor den Gegenspielern)
- Stürmer 1 macht Druck von der Mitte auf den Ball.

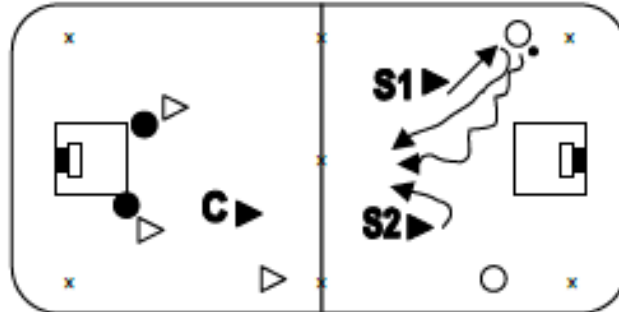
Wichtig ist dafür:

- Niemals überlaufen lassen.
- Der Ball soll immer hinter die Grundlinie und immer unter Druck bleiben.

Stürmer 2 bleibt im Aktionsradius des gegnerischen Verteidigers schiebt aber zur Mitte und deckt so eine Passzone ab.

Läuft der gegnerische Verteidiger tief ist sofort mitzugehen. Wird dieser Gegenspieler angepielt macht Stürmer 2 Druck. (Verhalten wie Stürmer 1)

### 3.6.7 Der Gegner macht eine Laufspielauslösung



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

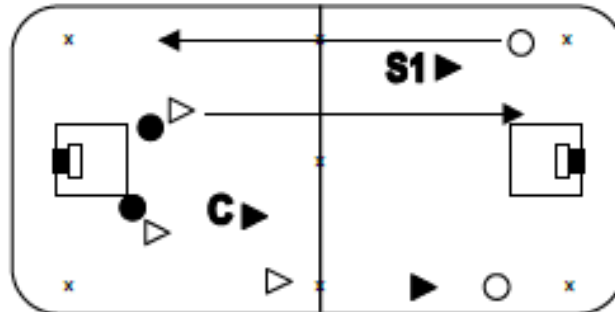
Abbildung 24: Laufspielauslösung des Gegners

- Stürmer 1 ist Inside zum Backchecking (siehe auch Verhalten im Backchecking)

Stürmer 2 unterstützt Stürmer 1:

- Gleichzeitig behält Stürmer 2 seinen Verteidiger im Auge damit ihm dieser nicht in unsere Defensive läuft.
- Sonst sofort dem gegnerischen Verteidiger folgen.

### 3.6.8 Der Gegner läuft viel ohne Ball



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 25: Der Gegner läuft viel

Der Gegner wechselt in seiner Auslösung viel die Position der Stürmer und Verteidiger

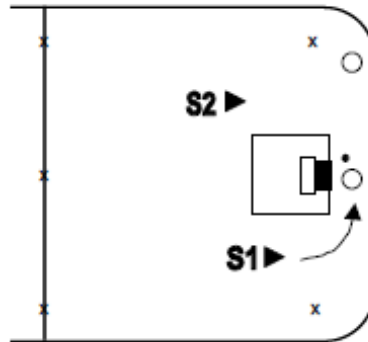
- Es wird mitgelaufen.
- Wenn möglich wird im Bereich der Mittellinie übergeben. Verteidiger übernimmt Verteidiger und Stürmer1 übernimmt Stürmer des Gegners.
- Das gilt auch für den Center und die Stürmer.
- Die Reihenfolge unserer Defensive sollte immer Verteidiger-Center-Stürmer sein.
- Weiteres Verhalten wie unter Punkt 7.6.7 beschrieben.







### 3.6.11 Ball wird hinter dem Tor gehalten



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 28: Ball wird hinter dem Tor gehalten

Wir wollen den Gegner mit Ball schnellstmöglich unter Druck setzen. Der Gegner steht mit 2 Spielern hinter der Grundlinie, dann treiben wir den Ballführenden hinter dem Tor hervor.

- Stürmer 1 presst so auf den Ballführenden, dass dieser in die Richtung von Stürmer 2 läuft.
- Der ballführende Gegner darf nicht in die Richtung aus welcher wir Druck machen.
- Stürmer 2 steht so im Raum das er den Ballführenden im Backchecking übernehmen kann, wenn dieser den direkten Weg vorwärts sucht.
- Stürmer 1 ist neu für den vormaligen Gegenspieler von Stürmer 2 zuständig und hilft aktiv im Backchecking mit.
- Center und Verteidiger behalten ihre Aufgabe bei.

### **3.7 Forechecking „Press“**

#### **3.7.1 Ziele des Forecheckings „Press“**

- Hoher Druck auf den Ball tief in der gegnerischen Defensivzone.
- Schnelle Balleroberung.
- Spieleröffnung des Gegners mit möglichst wenig Kontrolle mit hohem Risiko.

#### **3.7.2 Anwendung des Forecheckings „Press“**

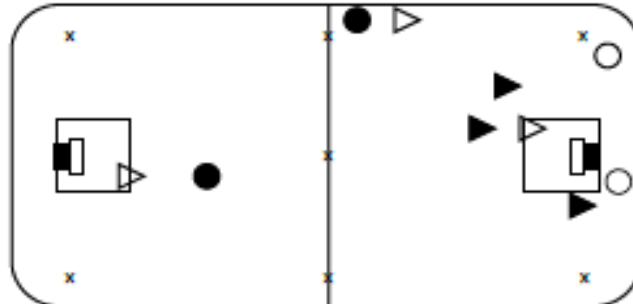
- Das Pressing ist kein Dauerwerkzeug im Forechecking. Wir pressen je nach Spielsituation oder auf Ansage durch den Trainer.
- Aus dem Forechecking „Mann“ heraus, wenn der Gegner entsprechend aufgestellt ist.
- Nach einem Ballverlust in der Offensivzone.
- Einem Rückstand, bei dem wir eine schnelle Balleroberung benötigen.

#### **3.7.3 Ausführung des Forecheckings „Press“**

- Den direkten Druck auf den Ball machen wir, wenn möglich mit 2 Spielern.
- Wir pressen immer von der Mitte her nach außen.
- Der ballführende Gegenspieler soll möglichst wenig Platz haben.
- Der Druck muss dahin, wo die Unterstützung für das Pressing vorhanden ist.
- Auf der Seite, wo wir das Pressing spielen, muss an der Bande so weit wie möglich aufgeschlossen werden.
- Der Ball darf nicht mehr zurück von wo der Druck aufgebaut wurde.
- Der Ball darf keine einfache freie Anspielstation haben.
- Die drei freien Spieler müssen aufschließen.

Kann trotz Pressing keine Auslösung kreiert werden, gehen alle Spieler konsequent in das Backchecking über.

### 3.7.4 Ball ist hinter dem gegnerischen Tor



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◡ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 29: Ball ist hinter dem gegnerischen Tor

- Stürmer rechts macht schnell Druck auf den Ball und presst diesen nach links.
- Stürmer links hilft sofort und versucht gleichzeitig den Pass nach links zu verhindern.
- Center schließt in der Mitte auf.
- Verteidiger links schließt an der Bande nach so weit wie möglich auf.
- Verteidiger rechts hinten geht in die Mitte oder ist am Gegenspieler.



## 3.8 Backchecking

### 3.8.1 Grundsätze des Backchecking



Abbildung 31: Grundsätze des Backchecking

1. Ball steuern
  - Der Ball muss immer zur Bande gesteuert werden
2. Ball bremsen
  - Der Ball muss vor der Eroberung unbedingt gebremst werden
3. Ball erobern
  - Nur der gesteuerte und gebremste Ball lässt sich sicher erobern



Nie im vollem Tempo den Ball erobern.



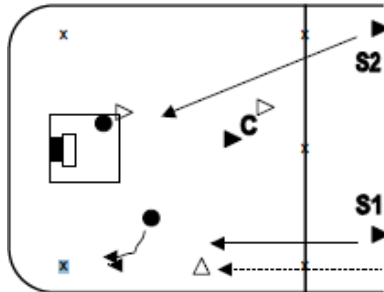
Nie mit einem Stockschlag im Backcheck arbeiten.







### 3.8.2.4 Handlungen bei offensiven Ballverlust Variante C



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

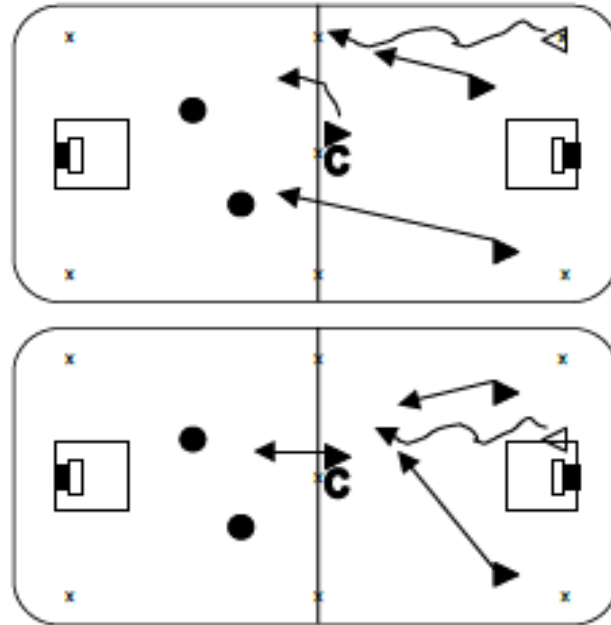
Abbildung 34: Variante C

Variante C:

Gegenspieler unserer Verteidiger wird angespielt

- Verteidiger geht nach außen und drängt den Gegenspieler zur Bande, bremst ihn und bleibt Inside.
- Stürmer 1 kommt der Bande nach zurück und unterstützt sofort den V.
- Es wird grundsätzlich bei dieser Aktion die Mitte durch den Körper geschlossen. Damit weisen wir dem Gegner nur den Weg an der Bande zu. Dort können wir den Gegenspieler bedrängen und stark Druck auf den Ball machen. (doppeln und Passweg schließen)
- Stürmer 2 kommt sofort diagonal zurück und übernimmt den Raum am hinteren Torraum. Verteidiger 2 hält Mitte und bleibt im Torraum.
- Center und Verteidiger bleiben mannorientiert und nehmen die Anspielstation.
- Center orientiert sich zum hohen Slot hin.
- Übergang zur Raumdeckung

### 3.8.3 Unser Forechecking wird hoch überspielt



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 35: Forechecking hoch überspielt

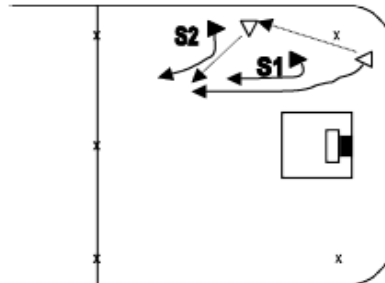
Gegenspieler versuchen unser Forechecking mittels Laufspiel zu überspielen.

Sofort die drei Schritte des Backcheckings anwenden (siehe 7.8.1).

- Sofortiger Übergang zur Raumdeckung.
- Angriff bremsen.
- Wenn der nächste Stürmer nahe genug ist, versucht er sofort den Angriff zu bremsen.
- Verteidiger und Center verschieben sich im Raum tiefer. Verteidiger sofort gestaffelt zurück.
- Mitte schließen und kein Quer- oder Diagonalspiel zulassen.

---

### 3.8.4 Unser Forechecking wird mit Doppelpass überspielt



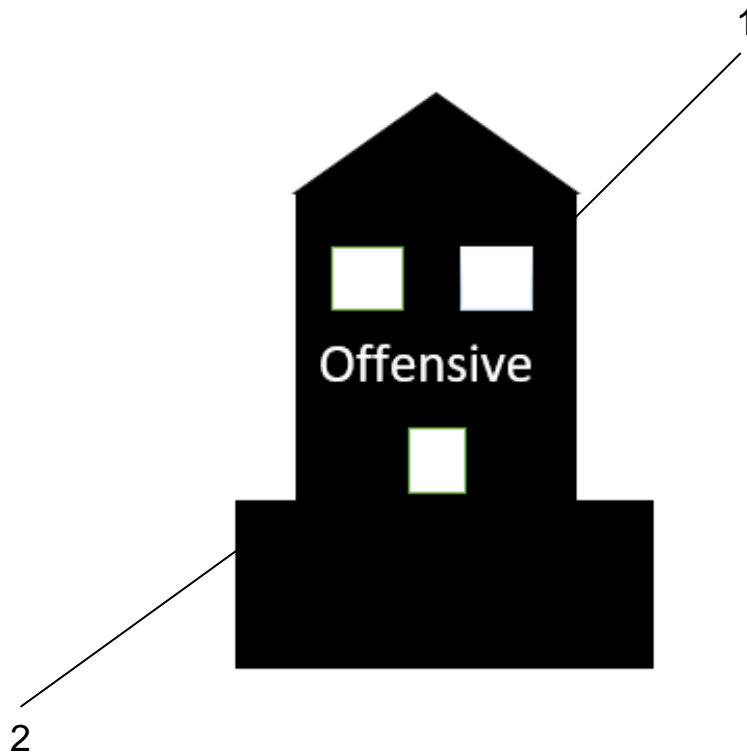
- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 36: überspielen mit einem Doppelpass

- Stürmer1 dreht sich nach Ballabgabe sofort mit dem Passgeber mit und läuft sofort zurück. Nie mit dem Ball mitdrehen (im gezeichneten Fall nach außen).
- Unser Spieler beim Passempfänger (Stürmer 2) versucht Pass zur Mitte zu unterbinden.
- Gelingt dies nicht, läuft er sofort durch die Mitte zurück.
- Übergang zur Raumdeckung

## **4 Offensive der Weg zum Erfolg**

Unser Offensivspiel ist erfolgreich, wenn alle offensiv agierenden Spieler vom Torerfolg, überzeugt sind.



- 1 Das solide Offensivhaus
  - 2 Das Fundament der Defensive
- Abbildung 37: Offensive

### **4.1 Das solide Offensivhaus basiert auf**

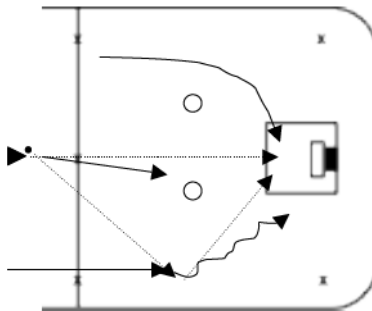
- Sicherem Auslösungen
- Schnelles und Intelligentes Spiel
- Hohem Tempo

## 4.2 Die wichtigsten Ziele in der Offensive

- Spielkontrolle
- Raumgewinn
- Zeitgewinn
- Druck beim Gegner erzeugen
- Unsere Defensive entlasten
- Abschlusspositionen und Abschlüsse suchen
- Torerfolg

## 4.3 Grundsätzliches Verhalten in der Offensive

### 4.3.1 Grundsätzliche Entscheidungen des Offensivspiels



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 38: Entscheidung über das Offensivspiel

### ⚠️ WARNUNG!



Ballverlust durch Überspielen des Centers und der Stürmer

Befinden sich Center und Stürmer während oder Auslösung auf gleicher Höhe

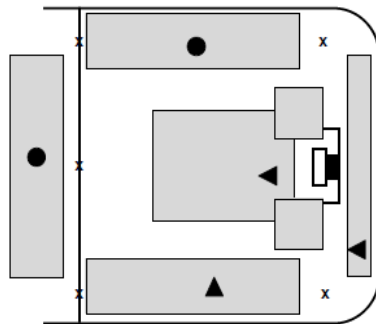
Nur Auslösen oder Aufbauen, wenn sich Center und Stürmer nicht auf gleicher Höhe befinden.



An der Mittellinie erfolgt eine Entscheidung, ob in die Tiefe oder die Breite gespielt wird.

- Gegnerische Verteidiger stehen breit dann sofort Tiefe durch die Mitte suchen.
- Gegnerische Verteidiger stehen gestaffelt dann Breite suchen.

#### 4.3.2 Wichtige Offensivpositionen



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- ◐▲ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 39: Offensivpositionen



Die abschlussgefährlichen Positionen müssen immer besetzt sein:

- Slot und Torraum
- Langer und kurzer Pfosten

##### 1. Halbpositionen besetzen

- Beide Spielseiten sollen besetzt sein.
- Dazu müssen sich Verteidiger ins Offensivspiel einschalten und eine Seite besetzen.

##### 2. Pointspieler

- Wir spielen (wenn möglich) hinten nur noch mit einem Verteidiger auf der Point-Position.

##### 3. Option für die Ballsicherung ist der Bereich hinter der Grundlinie

- Von dort kann ebenfalls das Spiel organisiert werden.
- Möglichst nur 1 Spieler tief haben.
- Hinter der Grundlinie dürfen sich nur kurz 2 Spieler gleichzeitig aufhalten.

- Alle anderen sollten sich vor der Grundlinie in Abschlusspositionen anbieten.

### 4.3.3 Die Basis für offensives Ballmonopol ist

- Ballsicherheit
- Geduld
- Spielgeschwindigkeit (wissen wer, was, wann, wo, macht)
- Unterstützung (für die Mitspieler und den Ball)

### 4.3.4 Grundsätzliches Verhalten

- Wir wollen uns mit dem Ball sicher festsetzen.
- Die wichtigsten Offensivpositionen sind immer besetzt.
- Je mehr Druck auf dem Ball besteht, umso grösser muss unser Spiel den Raum suchen.
- Wir arbeiten mit möglichst vielen Seitenwechseln.
- Der Ball soll immer auf die freie Seite gespielt werden.
- Es sind immer viele Spieler in Abschlussposition gefährlich.
- Der Raum vor dem Tor und/oder am langen Pfosten ist immer besetzt.
- Wir sind nicht zu weit vom Tor entfernt aber auch nicht zu nahe
- Wir suchen immer den Rücken der Verteidiger.
- Alle Spieler stehen Immer offen zum Spiel.
- Kein zu stures Positionsspiel (Positionen immer wieder wechseln / Rotation).

### 4.3.5 Der erste Pass ist der Wichtigste und der Sicherste

#### **WARNUNG!**



Gegentore durch Fehlpass

Mehr als 90% aller Fehlpässe entstehen aus statischen Auslösungen.

Keine Auslösungen spielen, wenn Du nicht mit dem Ball an der Schaufel in Bewegung bist.

---

- Trotz der nötigen Effizienz muss das Risiko so gering wie nur möglich gehalten werden.
  - Keine 1:1-Situationen als Auslösung.
-

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

## DO YOUR JOB

---

- Der Pass ist ein schnellerer Mitspieler, der mehr Raum schafft und zudem sicherer ist.
- Der Passempfänger muss wissen, dass er einen Pass bekommt.
- Hoffnungspässe werden keine gespielt.
- Nach der Passabgabe immer für einen Rückpass bereit sein.
- Sofort auf eine neue Position laufen. (passen und laufen)
- Mit dem Ball nicht nach hinten laufen, sondern immer zurückpassen.
- Keine Auslösungen dorthin spielen, wo wir bereits in Unterzahl oder unter Druck sind.
- Wir suchen mit der Auslösung die Überzahl in der Offensive.
- Unter Druck keine überhasteten Auslösungen spielen.
- Zeit und Geduld bringen neue Möglichkeiten und die Unterstützung der Mitspieler.
- Bei Pressing des Gegners ist bei einem Ballverlust in unserer Defensive jeder verantwortlich!
- Bis eine Auslösung gespielt ist, müssen alle am Erfolg der Auslösung arbeiten.
- Keiner darf sich abwenden und den Ballführenden nicht mehr unterstützen.
- Biete Dich immer an, bis die Auslösung gespielt ist und zeige, dass du bereit bist.
- Wer bei einer Auslösung den Ball verlangt, ist auch für ihn verantwortlich.
- Bei fliegendem Wechsel den Ball immer auf die Gegenseite der Spielerbank spielen.
- Wenn möglich auf der Gegenseite bereits Druck nach vorn machen.



Löse nicht aus, wenn:

- ein Wechsel angekündigt ist. (außer wir können es offensiv ausnutzen)
- ein fliegender Wechsel stattfindet. (außer wir können es offensiv ausnutzen)
- du bereits müde bist.
- die Einsatzzeit bereits sehr lange ist.
- wenn wir durch den Gegner unter hohem Druck gestanden haben.
- wenn wir das Tempo nicht beschleunigen wollen.



Lösen auf niemanden aus, der:

- bereits stark unter Druck steht. (nicht in den Druck spielen)
  - sich bereits abgewendet hat.
  - keinen Sichtkontakt mit dir hat.
  - wechseln möchte.
-



#### **4.3.6 Der zweite Pass leitet unser Offensivspiel ein**

- Die Spielfortsetzung muss nach dem ersten Pass gewährleistet sein.
- Der angespielte Spieler hat bereits die nötige Unterstützung für eine einfache Spielfortsetzung.
- Jeder Spieler ist verantwortlich für eine schnelle und einfache Spielfortsetzung.
- Wir müssen sofort eine hohe Spielgeschwindigkeit erreichen.
- Wenn möglich wird das Spiel nicht in der offensiven Ecke fortgesetzt.

#### **4.3.7 Wir entscheiden schnell und der Spielsituation entsprechend**

- Grundsätzlich suchen wir nach einem erfolgreichen Ballgewinn in der Verteidigungszone sofort eine offensive Aktion. ➡ Nach einem Ballgewinn immer offensiv denken.

Kann die Auslösung nicht fortgesetzt werden, wird abgebrochen und neu gestartet.

- Zurückspielen
- Laufspiel abbrechen

Ist eine Transition<sup>1</sup>-Auslösung nicht möglich, suchen wir die optimale Aktion um eine Kontroll-Auslösung zu spielen.

---

<sup>1</sup> Eine Ablaufsteuerung oder auch Schrittkette ist eine Steuerung, die schrittweise abläuft. Dieser Ablauf erfolgt zwangsläufig, wobei das Weiterschalten von Schritt A zu Schritt B durch Weiterschaltbedingungen (Transitionen) erfolgt, z. B. ein Zylinder fährt aus, transportiert ein Werkstück, dieses wird dann gespannt.

---

## 4.4 Die Auslösung



Abbildung 40: Angriffsauslösung

Wir schaffen uns mit einer Auslösung einen Raum- und Zeitgewinn.

### 4.4.1 Die Schritte der Auslösung

#### 1. Schritt

##### Sicherer Auslösung

- Sicherheit und Weitsicht als erstes Gebot
- Richtige Auslösung zum richtigen Zeitpunkt
- So viel Risiko wie nötig
- Immer Geduld haben bis zur optimalen Aktion

#### 2. Schritt

##### Spielfortsetzung

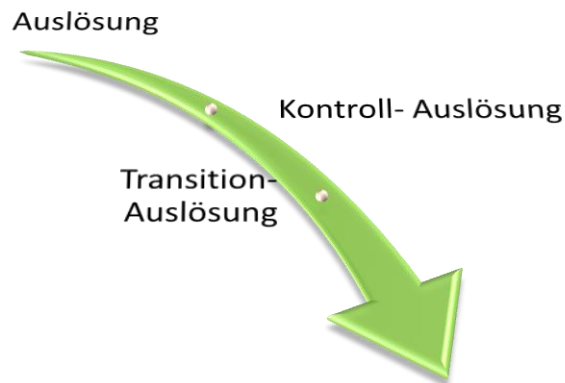
- Kontrolle und Geduld als erstes Gebot
- Aufschließen aller Spieler und Offensivpositionen einnehmen
- Unterstützung für den Ball durch alle Spieler
- Game-SPEED mit und ohne Ball maximal

#### 3. Schritt

##### Abschluss suchen

- Konsequenz als erstes Gebot
  - Abschlusspositionen und Abschluss suchen
-

#### **4.4.2 Arten der Auslösungen**



*Abbildung 41: Arten der Auslösungen*

Wir unterteilen unsere Auslösungen in zwei Varianten:

1. Kontroll-Auslösung
2. Transition-Auslösung

#### **4.4.3 Kontroll-Auslösungen**

Grundsätze der Kontroll-Auslösung

- Wichtig ist, dass wir gegen jede Forechecking-Form des Gegners passende Strategien haben.
- Wir kontrollieren sicher die Angriffszone, um zu einem Abschluss zu kommen.
- Wir kennen die Stärken und Schwächen jeder Forechecking-Form und können unsere Kontroll-Auslösung entsprechend anpassen.
- Eine Kontroll-Auslösung darf nie in einer Hektik gespielt werden.
- Alles läuft ruhig, überlegt und kontrolliert ab.
- Wir beginnen mit unseren Auslöse-Aktionen erst, wenn alle Mitspieler dafür bereit sind.
- Wir machen keine Offensivaktionen, die uns in Bedrängnis bringen.

#### **4.4.4 Kontroll-Auslösungen gegen folgende Systeme werden nach Gegner eingeübt.**

- 2:1:2 klassisch
- 2:1:2 mit Steuerung links oder rechts / hoch oder tief
- 2:2:1
- 1:2:2
- Pressing

#### **4.4.5 Auslösungsvarianten gegen Pressing**

Grundlagen für eine Auslösung gegen ein Pressing sind Mut und Sicherheit

Wir stehen immer offen zum Spielfeld.

Wir spielen den Ball einfach und schnell aus dem Bereich, wo schnell Druck auf ihn aufgebaut werden kann

- Seitenwechsel sofort hinter dem Tor durch
- Der Bande entlang nach vorn

Wir schaffen uns Raum und sind durch gezielte Laufarbeit immer anspielbar.

Wir suchen das Passspiel in den Raum.

- Unsere Mitspieler sind verantwortlich, dass sie in diesen Raum laufen und den Ball übernehmen.

Wir haben immer eine Anspielstation in der Tiefe.

- Ein Spieler läuft darum immer sofort tief und bietet sich im Raum an.

Wir benutzen die Bande als Anspielstation. (Pass der Bande nach)

Wir sichern den Bereich vor dem Tor ab.

- Mindestens ein Spieler ist immer vor dem Tor präsent anspielbar.

## 4.4.6 Passwege

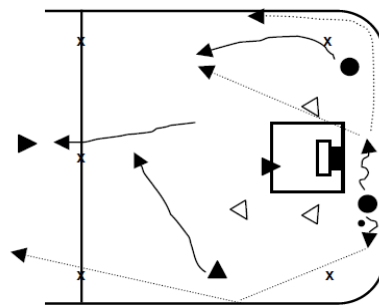
### Grundaufstellung



Nur der Spieler vor dem Tor bleibt in seinem Raum.

Die anderen Spieler laufen in den Raum und schaffen so Platz für den Ballführenden.

Spieler die sich an der Bande anbieten, müssen bei einem Laufspiel des Ballführenden auf ihrer Seite, diese Seite sofort freimachen und in den Raum laufen.



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- Eigener Center
- Eigener Verteidiger

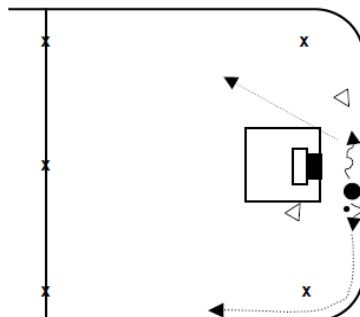
Abbildung 42: Passwege

### Nahe am Tor vorbei

#### Der Bande entlang

- Wir nutzen die Möglichkeit eines Passes an der Bande entlang in die Kurve umso in die Offensive zu gelangen.
- Hoch-Weit: Einen weiten Pass bis in die gegnerische Defensivzone spielen.

#### 4.4.7 Verhalten hinter dem Tor



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- C▲ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 43: Passwege Verhalten hinter dem Tor

#### Verhalten hinter dem Tor

Wird die Bande geschlossen:

- Pass zwischen Gegenspieler und Tor durch.
- Laufspiel zwischen Gegenspieler und Tor durch.

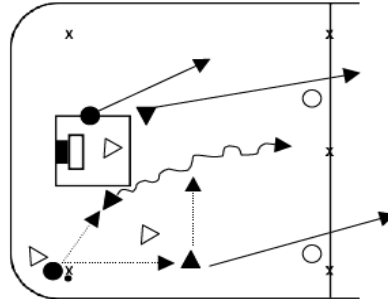
Wird der Weg ins Spielfeld geschlossen:

- Pass der Bande nach. (in die Kurve)
- Wenn möglich nicht Richtung Ecke laufen.

#### 4.4.8 Transition-Auslösung

- Bietet sich nach einem Ballgewinn die Chance für eine Transition-Auslösung, wird diese genutzt.
  - Stehen wir stark in der Verteidigungsarbeit stark unter Druck, muss beim Ballgewinn die Möglichkeit für eine Transition-Auslösung immer gegeben sein.
  - Mut und Sicherheit sind wichtige Grundlagen für eine gute Transition-Auslösung.
  - Schnelligkeit und Präzision sind wichtige Grundlagen.
  - Wir nutzen die Tiefe und die Breite des Spielfeldes.
  - Wir arbeiten mit Zug zum Tor und gleichzeitig mit Gegenbewegungen.
  - Der vom Ball am weitest entfernte Offensivspieler läuft sofort in die Tiefe.
  - Der 1. oder 2. Pass wird in die Mitte gespielt.
-

#### 4.4.9 Ballgewinn in eigener Verteidigungszone



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 44: Ballgewinn in eigener Verteidigungszone

- Pass direkt in die Mitte oder an der Bande entlang und dann in die Mitte.
- Offensivspieler auf der Ballgegenseite läuft sofort tief in Richtung gegnerisches Tor.
- Gegenseite des Ballgewinns läuft sofort tief in Richtung gegnerisches Tor.
- Verteidiger der Ballgegenseite kann ebenfalls unterstützend mit in die Offensive laufen.



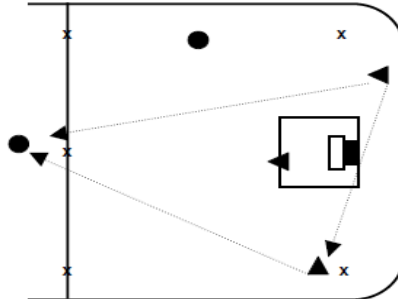
Ist eine Vorwärtsbewegung oder Vorwärtspass nicht möglich:

- sofort wieder tief.
- hinter das Tor spielen und Ball sichern.





## 4.5.2 Seitenwechsel und Rückpass in der Offensivzone



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 46: Seitenwechsel in der Offensivzone



nach maximal 3 Aktionen auf einer Seite oder hinter der Grundlinie muss ein Seitenwechsel oder ein Rückpass erfolgen.

Seitenwechsel suchen über

- Außenspieler und/oder Point.
- Hinter dem Tor durch.
- Von Halbposition zu Halbposition quer.

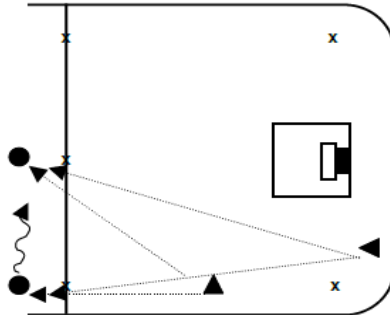
Rückpass

- Von Halbposition

Von hinter der Grundlinie

- Hohes Risiko da der Ball in die Auslöserichtung des Gegners gespielt wird.
- Sehr effektiv wenn der Gegner wenig Druck auf den Ball macht.

### 4.5.3 Anspielstation auf V-Positionen



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- ◐ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 47: Anspielstationen auf der V Position



Wenn möglich spielen wir mit einem Spieler in den Verteidiger-Positionen.  
(Pointposition)

Ball in der Ecke oder auf der Halbposition

- Wir bieten uns an der Bande an.

Wenn der Rückpass offen ist dann:

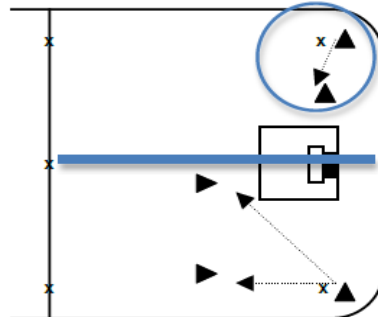
- Direktabschluss
- Sofortiges Laufspiel gegen die Mitte.



Wir bieten uns auf der Point-Position an, wenn der Rückpass nicht der Bande nach möglich ist.

---

#### 4.5.4 Ball ist in den Ecken oder hinter Grundlinie unter Druck



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 48: Ball unter Druck

Steht der Ballführende mit dem Rücken zum Spielfeld

- Durch zielgerichtetes rufen wird angegeben wohin der Ball gespielt werden kann.
- Sofort eine einfache und nahe Anspielposition geben.

Steht der Ballführende offen zum Spielfeld

- Sofort eine einfache Anspielposition geben.
- In Abschlusspositionen anspielbar sein.

## **4.6 Der Abschluss**



*Abbildung 49: Die Phasen des Abschlusses*

Wir erarbeiten uns Chancen geduldig

- Denn wir kennen die Schwachstellen unserer Gegner

Wir erkennen unsere Chancen

- Denn wir zermürben unseren Gegner und zwingen ihn unser Spiel zu spielen.

Wir verwerten die Chancen

- Da wir aggressiv aber nicht Foul spielen. Wir nutzen auch Nachschussmöglichkeiten und besetzen die Pfosten am gegnerischen Tor.

### **4.6.1 Verhalten bei Torerfolg und guten Aktionen**

Wir feiern jeden Torerfolg und jede gute Aktion. Wir motivieren damit das Team und uns.

## 5 Spezial-Teams

### Offensive

Mit den Spezial-Teams kann sehr oft eine gute Abschlussmöglichkeit kreiert werden. Diese gilt es dann mit einfachen Mitteln in Torerfolge zu verwandeln.



Floorball spielt man einfach.

### Defensive

Mit einer guten disziplinierten Spielweise und Taktik kann fast jede Torchance in den Spezial-Teams verhindert werden. Daraus können wir dann für uns, situationsabhängig, Chancen herausspielen.

## 5.1 Spezialsituationen

### 5.1.1 Bully

Am Anstoß-Bully beachten wir die folgenden Regeln

- Die beiden Spieler links und rechts vom Bullypunkt auf der Mittellinie gehen sofort vorwärts in die Offensivzone.
- Die beiden Spieler in unserer Defensivzone stehen nach hinten versetzt zueinander. Ein Spieler steht näher zum Ball auf der Seite auf der der Ball gespielt wird.

### 5.1.2 Wir gewinnen das Bully

Der Ball kommt in unsere Defensivzone

- Der Ball wird zum näher am Tor positionierten Mitspieler gespielt.
- Dieser orientiert sich vorwärts und passt oder läuft mit dem Ball in die Offensivzone.
- Da zwei unserer Spieler nach dem Bully sofort in die Offensivzone gelaufen sind, sollten dort entsprechende Anspielstationen vorhanden sein.
- Wir suchen sofort eine Offensivaktion und lassen uns vom Gegner nicht unter Druck setzen.

### 5.1.3 Wir verlieren das Bully

Der Ball geht in die Offensivzone

Die beiden Spieler die nach einem Bully in die Offensivzone einlaufen, machen sofort hohen Druck auf den Ball und sorgen für Chaos beim Gegner.

Alle anderen Spieler sind sofort mannorientiert und decken so alle Anspielstationen für den Gegner ab.

Besteht die Möglichkeit, Unsicherheiten beim Gegner nutzen zu können, gehen wir sofort in ein Pressing über.

## **5.2 Fliegende Wechsel**

Wenn wir die Reihe „fliegend“ in einem laufenden Einsatz wechseln, gibt es folgende Regeln zu beachten.

### **5.2.1 Wir sind im Ballbesitz**

Der Ball wird auf die der Spielerbank gegenüberliegende Seite gespielt und dort gehalten.

Kann auf dieser Seite bereits wieder Druck für den Gegner aufgebaut werden, wird diese Möglichkeit auch genutzt.

Die Spieler der Reihe auf dem Spielfeld wechseln einzeln aus.

Die Spieler der folgenden Reihe gehen jeweils für den Spieler oder Spielposition auf das Feld auf der sie selbst spielen. Jeder kennt seinen Wechsepartner.

Die ersten Spieler, die gerade eingewechselt wurden, unterstützen den Ballführenden damit dieser Anspielstationen hat.

### **5.2.2 Wir sind nicht im Ballbesitz**

Die Spieler der Reihe auf dem Spielfeld wechseln einzeln aus.

Die Stürmer und Verteidiger wechseln jeweils so ein, dass immer zuerst der Spieler auf das Feld geht der die Position von unserer Bank am weitesten entfernt einnimmt. Dies gilt auch wenn er für kurze Zeit eine für ihn falsche Position übernehmen muss.

### **5.2.3 Nach einem Überzahlspiel**

Die Spieler werden in folgender Reihenfolge eingewechselt:

- Verteidiger der weiter von der Bank entfernten Seite.
- Verteidiger auf der Bankseite.
- Center
- Stürmer der weiter von der Bank entfernten Seite.
- Stürmer auf der Bankseite.



Vor dem Wechsel wird auf der Bank in dieser Reihenfolge abgezählt, so dass jeder weiß, wann er auf das Feld muss.

## 5.3 Unterzahlen ohne Ball

### 5.3.1 Unterzahl 4:5

Wir spielen mit einem Mann weniger. Der Gegner hat deshalb eine sehr hohe Chance, ein Tor zu erzielen. Unsere Hauptaufgaben im Box Play sind:

- Kein Tor erhalten.
- Ball möglichst lange in den eigenen Reihen halten.
- Den Ball möglichst weit weg vom eigenen Tor.



Wenn diese Aufgaben erfüllt sind, können wir versuchen, selbst ein Tor zu erzielen.

### 5.3.2 Folgendes ist zu beachten

Das Box Play wird auf das Power Play des jeweiligen Gegners abgestimmt.

Spieler hinter der Grundlinie sind am wenigsten gefährlich und werden "nur" gedeckt, wenn sie über die Grundlinie kommen.

Wir machen keinen Druck hinter der Grundlinie.

Jeder Spieler erhält feste Aufgaben die zu 100% umgesetzt werden müssen.

Je besser sich jeder Spieler an seine Aufgabe hält (Pflichtbewusstsein), umso höher ist die Chance, kein Gegentor zu erhalten.

Wir nehmen eine möglichst tiefe Körperposition ein.

Wir machen viel Wischarbeit mit dem Stock um dem Gegner das Passspiel zu erschweren. (Straßenwischer)

### 5.3.3 Aufgaben

Jeder Spieler befindet sich immer auf einer Schusslinie eines Gegenspielers.

Passt der Gegner viel außen, immer den eigenen Stock nach außen (zur Bande) halten. Eventuell Handwechsel machen.

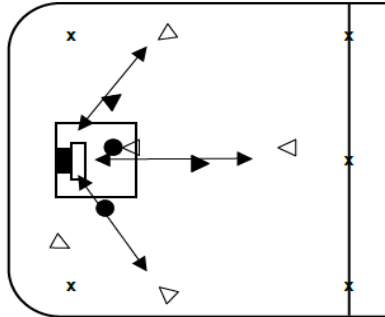
Wir bewegen uns immer vorwärts und rückwärts auf der Schusslinie.

Nicht nach außen ziehen lassen, wenn damit im Rücken Spielraum frei gegeben wird.

Wird der Ball zurück in die gegnerische Hälfte gespielt oder ist dort nicht unter Kontrolle:

- Unser Top geht sofort aggressiv auf den Ball und versucht durch intensive, hartnäckige Laufarbeit den Gegner nicht ruhig aufbauen zu lassen.
- Die restlichen drei Spieler ziehen sich zurück auf ihre Positionen

### 5.3.4 Powerplay mit Point /Spieler in der Mitte



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

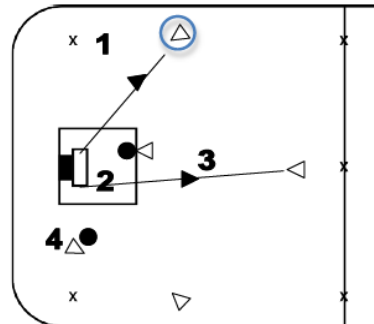
Abbildung 50: Powerplay mit Point

Die Grundaufstellung ist

- Verteidiger links (VL) deckt die Mitte und die dort platzierten Gegenspieler.
- Verteidiger rechts (VR) deckt den Schützen links und den langen Pfosten, wenn der Ball rechts ist.
- Rechter Stürmer (RS) spielt gegen den Pointspieler und verhindert den Pass von einer Seite auf die andere.. (Flügel-Flügel)
- Linker Stürmer (LS) deckt den Schützen rechts und den langen Pfosten, wenn der Ball links ist.



### 5.3.5 Ball ist rechts



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

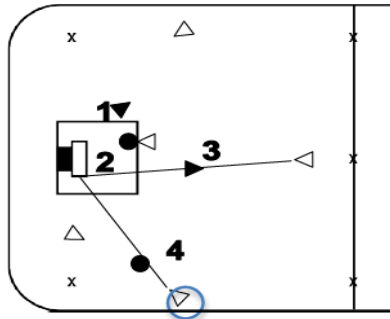
Abbildung 51: Ball ist rechts

Die Aufgabe ist:

- 1 macht Druck auf den Ballführenden, bleibt aber auf der Schusslinie.
- Schuss muss geblockt werden.
- 2 deckt den Spieler in der Mitte.
- 3 verhindert den Querpass Flügel-Flügel bleibt aber in der Schusslinie des Point.
- 4 deckt den langen Pfosten ab.

---

### 5.3.6 Ball ist links



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 52: Ball ist rechts

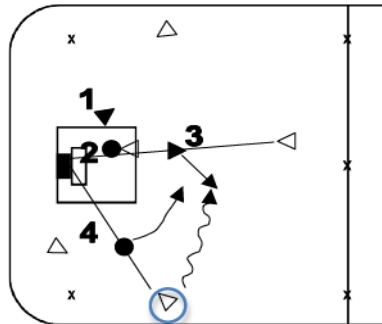
Die Aufgabe ist:

- 2+3 analog zum Verhalten rechts
- 4 verhindert durch den Stock nach außen einen einfachen Pass auf den tiefstehenden Angreifer
- 1 deckt den langen Pfosten ab

Wird der Ball trotzdem tief gepasst:

- 4 macht keinen Druck auf den Tiefstehenden, sondern bewegt sich auf der Schusslinie Richtung kurzer Pfosten. Er bleibt unbedingt in der Schusslinie des Hochstehenden.

### 5.3.7 Laufspiel von der Seite



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 53: Laufspiel von der Seite

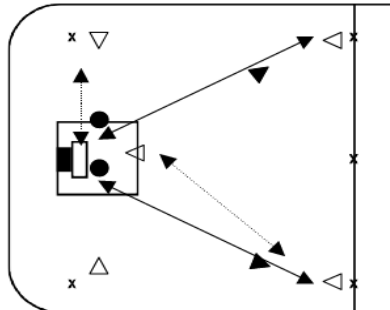
Die Aufgabe ist:

- 4 verschiebt sich auf der Schusslinie zur Mitte / Tiefe Körperposition und Stock immer noch nach außen
- 3 läuft dem Ballführenden entgegen. Dabei versucht er den Querpass und einen einfachen Pass auf den Point zu verhindern



Ein Laufspiel muss spätestens in der Spielfeldhälfte gestoppt sein.

### 5.3.8 Powerplay mit zwei Spielern hinten



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 54: Powerplay mit zwei Spielern hinten

Wir spielen mit einem Trichter, der zum eigenen Tor hin verengt und zum Ball hin offen ist.

- RS<sup>2</sup> und LS<sup>3</sup> sind für die beiden Spieler hinten und für Diagonalpässe zuständig.
- Ist der Ball tief auf einer Seite, helfen sie in der Mitte aus.
- RV<sup>4</sup> und LV<sup>5</sup> sind für die Spieler tief und den Spieler in der Mitte zuständig.
- Ist der Ball auf einer Seite, machen die beiden Spieler dieser Seite.

Beispiel: LV und LS machen Druck auf den Ball und die Spieler der Gegenseite. RV und RS decken die Mitte ab und stehen eng vor dem Tor.

<sup>2</sup> RS = rechter Stürmer

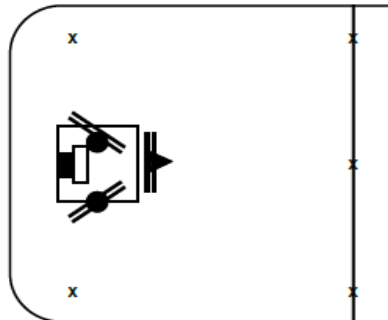
<sup>3</sup> LS = linker Stürmer

<sup>4</sup> RV = rechter Verteidiger

<sup>5</sup> LV = linker Verteidiger

---

### 5.3.9 Unterzahl 3:5



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

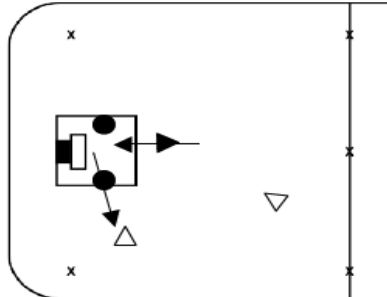
Abbildung 55: Unterzahl 3:5

Grundsätzlich spielen wir immer mit:

- 2 Verteidigern
- 1 Stürmer

Die Aufgabe ist:

- Schussblock als höchstes Ziel.
- Tiefe Körperposition.
- Kurze Vorwärts- und Rückwärtsbewegungen.
- Wenig Laufarbeit.
- Möglichst keine Passwege offen lassen.
- Nicht zu weit nach außen ziehen lassen.



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 56: Unterzahl 3:5

Vorgehen:

- Der Spieler, der dem Ball am nächsten ist, macht in der direkten Schusslinie Druck auf den Ball.
- Die beiden anderen decken möglichst viele Passwege ab.
- Gegenspieler in der Mitte werden nicht speziell gedeckt.



Einer macht etwas Druck auf den Ball, ohne seine Schusslinie zu verlassen. Die beiden anderen decken möglichst viele Passwege ab, ohne ihre eigene Schusslinie zu verlassen.

### 5.3.10 Unterzahl 5:6

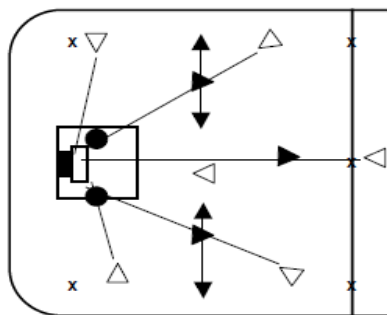
#### 5.3.11 Grundregeln beim Unterzahlspiel 5:6

- Aus einer kompakten Aufstellung hohen Druck entwickeln.
- Hoher Druck auf den Ball an der Bande.
- Hoher Druck auf den Ball in Abschlusspositionen.
- Kein Druck auf Spieler hinter der Grundlinie, die offen zum Spiel stehen.
- Die Schusslinien der Außenspieler müssen besetzt sein.

Hoher und aggressiver Druck durch unseren Topspieler (beim 2:2:1).

- Zwei Tops werden bezeichnet.

#### 5.3.12 Aufstellung und vorgehen bei Unterzahl 5:6



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- c ▲ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 57: Unterzahl 5:6

#### Aufstellung

- 2:2:1 Aufstellung
- Center oder Stürmer auf Point (vorher absprechen)
- Dahinter kompakte Box
- Mitte wird durch Spieler gedeckt, die auf der anderen Verteidigungsseite als der Ball sind.

# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

## DO YOUR JOB

---

### Vorgehen

- Auf den Ball immer Druck machen.
- Harter Druck auf die Banden.
- Ganze Defensive verschiebt sich auf die Ballseite.
- Die Gegenseite übernimmt die Mitte.
- Die dem Ball abgewandte Seite wird etwas frei gelassen.
- Ball hinter der Grundlinie.
- Verteidiger der Ballseite macht Druck auf den Ball (wenn Ballführender nicht ins Feld schaut).
- Alle anderen der Box stehen eng ums Tor.



## **5.4 Unterzahl mit Ball**

### **5.4.1 Grundsätzliches**

Ballbesitz bei eigener Unterzahl in der Offensive

- Den Abschluss bei guten Möglichkeiten unbedingt suchen.
- Langes Spiel suchen. Weite Pässe von Offensive in die Defensive und wieder zurück.
- Cleveres Freilaufen in den Raum suchen.
- Pässe in den freien Raum spielen, der dann angelaufen werden kann.
- Sich niemals an der Bande einschließen lassen.
- Ist der Ball bei unserem Torhüter, laufen sofort die beiden offensiveren Spieler in die Tiefe und werden mit einem langen Auswurf im Raum angespielt.

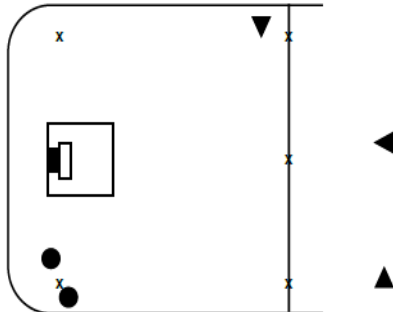


Wir erhalten kein Tor durch einen vermeidbaren Ballverlust in der Offensive.

Ballbesitz in der Defensive

- Anspielstation muss in der Tiefe vorhanden sein.
- Ball sollte schnellstmöglich in die Offensive wechseln. (kein Druck auf dem eigenen Tor)
- Wenn möglich kurz hinter das Tor und den Ball sichern ➡ langer Pass muss aber möglich sein.
- Möglichst wenige Laufspiele und wenn, dann nur in die Offensive.
- Ball immer in Bewegung halten.

### 5.4.2 Grundaufstellung ab Bullypunkt



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- C ▲ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 58: Unterzahl Grundaufstellung ab Bullypunkt

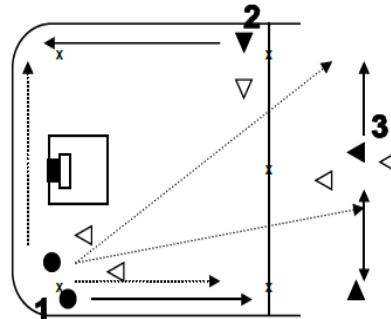
Schnellstmöglich tief in der Aufstellung.

Beide Verteidiger beim Ball (nicht nur auf Bullypunkt, sondern in der ganzen Defensive).

Ein Stürmer auf der Gegenseite des Balles auf der Höhe der Mittellinie.

Ein Stürmer tief in der Offensive des Gegners in der Mitte des Spielfeldes oder auf der Ballseite. (je nach Verhalten des Gegners)

### 5.4.3 Laufwege und Passwege



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 59: Unterzahl mit Ball Lauf und Passwege

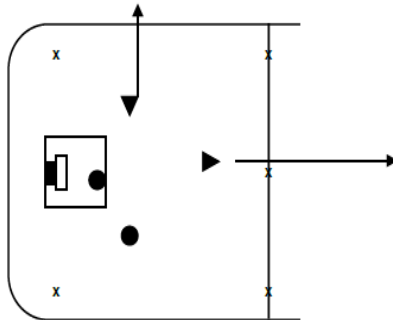
#### Laufwege

- 1 Laufrichtung Offensive (der Bande entlang)
- 2 Laufrichtung Grundlinie (entfernte Ecke)
- 3 bietet sich für einen langen Ball in der Tiefe an
- Entweder aus der Mitte nach links oder rechts, oder von der Bande zur nun durch 2 geöffneten Seite

#### Passwege

- Auf 1, der in die Offensive läuft
- Hinter dem Tor durch auf 2
- Langer Ball diagonal oder durch die Mitte auf den in der Tiefe laufenden 3

#### 5.4.4 Verhalten bei Ballgewinn



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 60: Unterzahl mit Ball Verhalten bei Ballgewinn

Bei einem Ballgewinn im Unterzahlspiel muss sofort Raum geschaffen werden:

- Unser Top läuft sofort ohne zu zögern in die Offensiv-Zone und bietet sich im Raum für einen Pass oder Torhüterausschuss an.
- Die Spieler müssen sofort so laufen, dass sie für den Ballführenden anspielbar sind.
- Immer so nahe bleiben, dass das Ballführende eine einfache Passstation hat.



In Tornähe kein Risiko eingehen, sondern sichere Aktionen suchen, die den Ball weg von unserem Tor bringen.



Wenn möglich wird ausgewechselt.

- Spieler nahe der Auswechselbank zuerst
- Es wird so gewechselt, dass der Ballführende immer eine Anspielstation hat.

## **5.5 Power-Play**

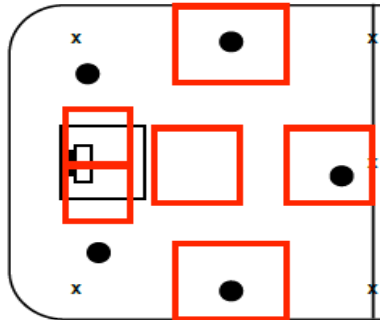
### **5.5.1 Grundsätzliches im Überzahlspiel**

- Das Ziel des Überzahlspiels ist ein Tor zu erzielen.
- Der Ball wird die ersten 10-30" sicher in den eigenen Reihen gespielt.
- Es wird getestet, wie sich die Box verhält.
- Wir arbeiten mit einzelnen Elementen, die in beliebiger Folge aneinandergereiht werden können.

Dazu werden folgende Komponenten gebraucht:

- Hohe Präzision im Passspiel
- Geduld und Überzeugung
- Alle Spieler machen Druck auf das Tor
- Alle sind schussbereit
- Körpersprache und Körperspannung zeigen unsere Entschlossenheit deutlich an

## 5.5.2 Aufstellung und Abschlusszonen



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◻ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

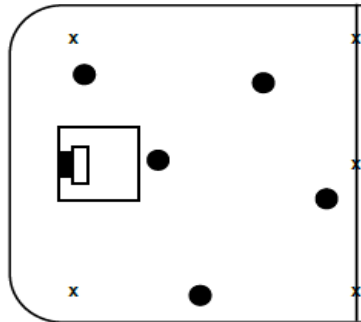
Abbildung 61: Aufstellung und Abschlusszonen

Grundaufstellung ohne Mittelspieler. Beidseitige Überlastung möglich.

- Gute Schützen auf den Halbpositionen
- Vom Pointspieler
- Im hohen Slot
- An beiden kurzen oder langen Pfosten

---

### 5.5.3 Aufstellung mit Überlastung auf der rechten Seite



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 62: Aufstellung mit Überlastung im Power-Play

- Point eher links
- Mittelspieler in der Mitte eher höher
- Rechter Aussenspieler rückt etwas nach innen
- Linker Aussenspieler rückt etwas nach unten

Bei Überlastung links spiegelverkehrte Aufstellung.

## **5.6 Powerplay ohne Ball**

### **5.6.1 Grundsätzliches**

- Wir erhalten kein Gegentor.
- Der Ball wird schnell zurückerobert.
- Wir sind aggressiv aber nicht hastig.
- Wir spielen Fair und nehmen keine Fouls.
- Wir haben eine klare Aufgabenzuteilung und spielen die Defensive konsequent und geduldig.

### **5.6.2 Aufgaben**

Ball ist in der gegnerischen Defensivzone:

Pointspieler:

- Hat keinen Gegenspieler.
- Bleibt im Raum und versucht die Pässe des Gegners in unserer Offensivzone abzufangen.
- Wird ein Gegenspieler in unserer Defensivzone angespielt, wird sofort gedoppelt.

Seitenspieler:

- Beide gehen sofort zur Manndeckung auf die beiden Spieler des Gegners die am dichtesten zu unserem Tor sind.

Mitte und Tief:

- Beide gehen sofort zur Manndeckung auf die beiden Spieler des Gegners die am dichtesten zum gegnerischen Tor sind.



## Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

### DO YOUR JOB

---

Der Gegner kann in seiner Defensivzone den Ball gegen unsere Manndeckung behaupten.

Pointspieler:

Geht zur Manndeckung

- Alle Spieler schließen vom Point her nach vorn auf, bleiben aber in der Manndeckung.

Seitenspieler:

- Beide gehen sofort zur Manndeckung auf die beiden Spieler des Gegners die am dichtesten zu unserem Tor sind.

Mitte und Tief:

- Beide doppelten auf den Ball und spielen ein aggressives Pressing.

## **5.7 Standards-offensiv**

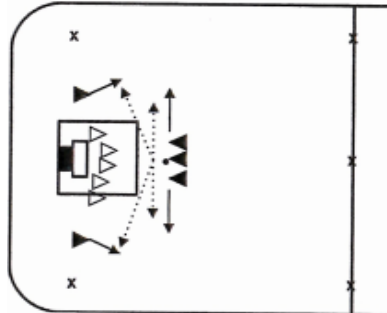
### **5.7.1 Grundsätzliches**



Wir erhalten kein Gegentor durch einen unnötigen Ballverlust in der Offensive.

- Aus einer Standardsituation für uns gibt es nie eine Tormöglichkeit für den Gegner.
- Risiko nur aus guten Positionen nehmen.
- Wir haben immer eine organisierte Absicherung hinter dem Ball.
- Wir spielen ohne Risiko, wenn wir den Ball behalten wollen.
- Eine einfache Variante für den Ballbesitz wählen.
- Wir kreieren, wenn möglich einen guten Abschluss und versuchen ein Tor zu erzielen.
- Aus guten Abschlusspositionen müssen wir jederzeit einen Abschluss auf das Tor bringen können.
- Gute Absprache und Kenntnis der Lauf- und Passwege sind für den Erfolg entscheidend.
- Jede blockeigene Variante hat einen „Plan B“.
- Wir sind unberechenbar.
- Wir nutzen das Training der Standards effektiv aus.
- Wir setzen das Training der Standards effizient in jedem Spiel um.

### 5.7.2 Nahe vor dem Tor



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 63: Standards offensiv Nahe vor dem Tor

Drei Spieler befinden sich beim Ball und zwei Spieler seitlich vom Tor

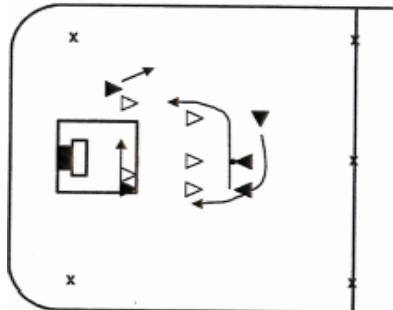
- Ball ist in der Mitte.
- Die beiden Außenspieler laufen in ihre Richtung weg.
- Die tiefstehenden Spieler seitlich weg vom Tor.

Varianten:

- Selbst schießen.
- Zwei Passmöglichkeiten pro Seite.
- Pass von außen wieder zurück in die Mitte. (nur bei passiver Mauer)

---

### 5.7.3 Slot



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- ◐ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 64: Standards offensiv Slot

#### Ein Spieler ist am Ball

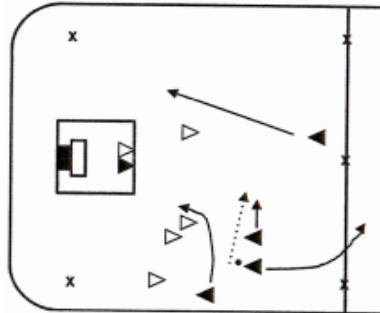
- Ein Spieler läuft im Bogen vor dem Ball durch. (Variante Ballmitnahme zum Bogenlauf)
- Ein Spieler läuft hinter dem Ball durch. (Variante Ballmitnahme zum Bogenlauf)
- Die Spieler seitlich vom Tor lösen sich nach außen.
- Der Spieler vor dem Tor bleibt als Maske und verschiebt immer so um dem Goalie die Sicht zu nehmen. (Reboundmöglichkeit nutzen)

#### Variante für den Spieler beim Ball:

- Selber schießen.
- Pass auf einen der beiden Läufer.
- Je nach Auslage kann diese Formation auch auf der anderen Seite gespielt werden.

---

### 5.7.4 Seite



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 65: Standards offensiv Seite

Drei Spieler beim Ball. Auf die Auslegerseite ist zu achten.

- Ball in der Mitte.
- Bogenlauf von der Bande her. Blocken der Mauer durch einen Spieler.
- Ein Spieler bewegt sich weg mit dem Ball.
- Spieler von der Mittellinie läuft in den seitlich hohen Slot und ist anspielbar und ggf schussbereit.

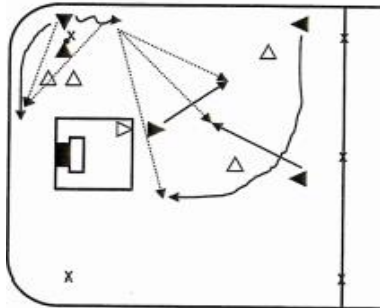
Varianten:

- Selber schießen
- Pass zur Mitte auf den einlaufenden Spieler.

Defensive:

- Der Spieler beim Ball verschiebt sich nach seinem Pass zur Absicherung sofort nach hinten.

### 5.7.5 Ecke



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ◐ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 66: Standards offensiv Ecke

#### Zwei Spieler beim Ball

- Ein Spieler tippt den Ball an und läuft hinter die Grundlinie.
- Ein Spieler nimmt den Ball an und läuft kurz an der Bande entlang.
- Spieler an der Mittellinie läuft in einem großen Bogen in Richtung langer Pfosten.
- Spieler im hohen Slot läuft zur Mittellinie.
- Spieler an der Mittellinie auf der Gegenseite läuft in den hohen Slot.

#### Varianten:

- Selbst schießen.
  - Passmöglichkeiten auf alle 4 Mitspieler.
-

---

## 5.8 Standards-defensiv

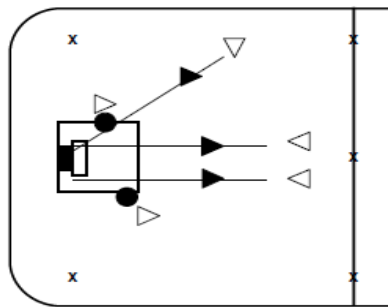
### 5.8.1 Mauer im Feld

- Es stehen immer die gleiche Anzahl Spieler in der Mauer, wie Gegenspieler beim Ball.
- Die Gegenspieler müssen genau bezeichnet werden.
- Der Direktschuss muss geblockt werden.
- Die restlichen Spieler stechen an.
- Unbedingt mit deinem Gegenspieler mitlaufen.
- Beim Stellen des Schussblocks auf die Anweisungen des Torhüters achten.



Wir spielen Mann-Mann bis zum Ende der Situation!

### 5.8.2 Freistoß im Feld



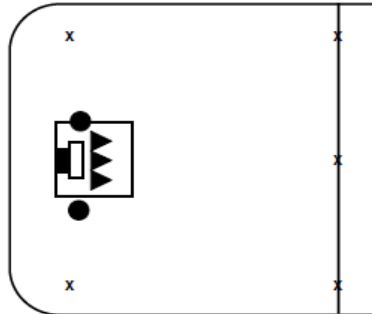
- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 67: Standards defensiv Freistoß im Feld

- Jeder deckt seinen zugeteilten Gegenspieler.
- Gleiche Anzahl Defensivspieler in der Mauer wie Offensivspieler beim Ball.
- Mit wegbewegende Spieler mitgehen.
- Spieler hinter unserer Mauer eng decken.
- Prioritäten setzen. Ungefährliche Spieler im Raum decken

---

### 5.8.3 Freistoß am Torraum



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- ◐ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

Abbildung 68: Standards defensiv Freistoß am Torraum

#### Freistoß am Torraum (3 Meter)

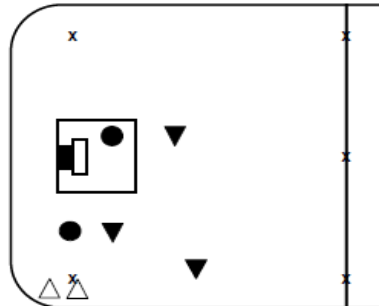
- Die Stürmer und der Center bilden die Mauer auf der Schutzraumgrenze. (Achtung Übertritt)
- Alle Spieler sehen in die gleiche Richtung.
- Der Torhüter den entsprechenden Befehl zum Auflösen der Mauer.
- Die Verteidiger stehen auf jeder Seite und stechen sofort an.
- Auf die Anweisungen des Torhüters achten. (Torwart sollte in solchen Situationen stehen)



Die Spieler in der Mauer müssen unbedingt alle in die Richtung sehen.



#### 5.8.4 Ab Bullypunkt mit zwei Spielern



- Gegnerischer Verteidiger
- △ Gegnerischer Stürmer (Flügel)
- ▲ Eigener Stürmer (Flügel)
- C▲ Eigener Center
- Eigener Verteidiger

Abbildung 69: Standards defensiv Ab Bullypunkt mit zwei Spielern

- Stehen zwei Spieler beim Ball, geht der Verteidiger der entsprechenden Seite und der Center nach außen.
- Verteidiger übernimmt Spieler die unter der Grundlinie weglaufen.
- Center Spieler die sich in Richtung Mittellinie lösen.
- Der verbleibende Spieler macht Druck auf den Ball.
- Geht ein Spieler durch die Mitte weg, geht der Center mit und der Verteidiger macht Druck auf den Ball.
- Stürmer der entsprechenden Seite steht etwas höher und verhindert den Rückpass.
- Verteidiger und Stürmer der Gegenseite decken den Raum vor dem Tor und die Gegenseite ab.

#### 5.8.5 Ab Bullypunkt mit einem Spieler

- Ab Bullypunkt mit einem Spieler
- Nur Verteidiger der entsprechenden Seite geht nach außen und deckt Pass in Torraum ab.
- Center bleibt in der Mitte, deckt einen Gegenspieler.
- Restliche Spieler (siehe Punkt 9.8.4)

**Team-Book der Berlin Rockets**  
Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

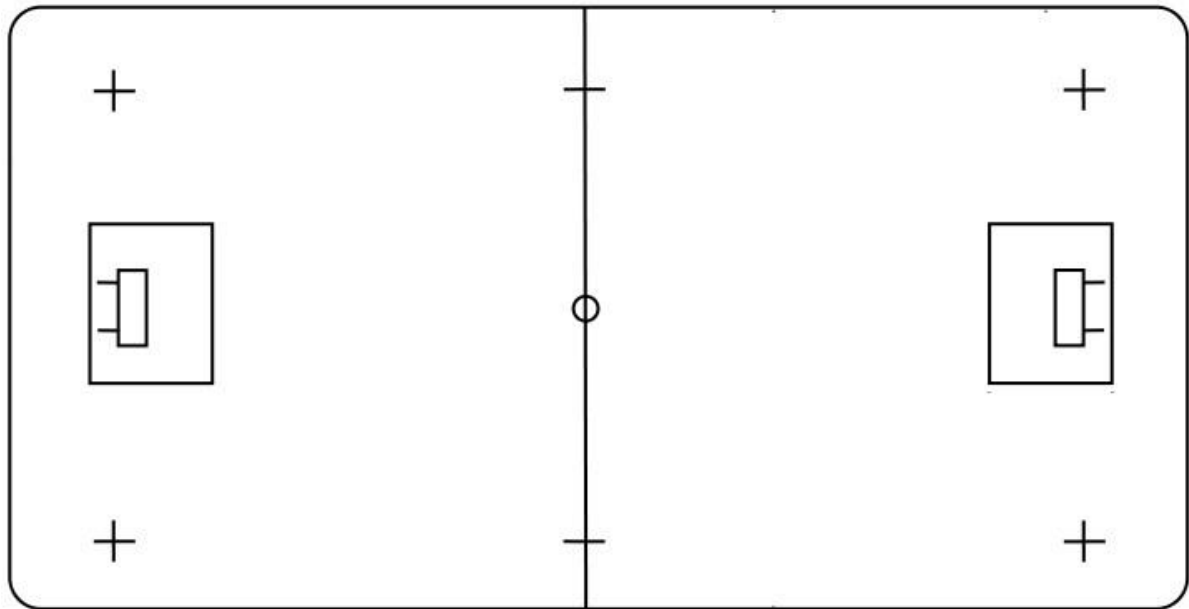
## 6 Vorlagen und Informationen

### 6.1 Die Spieler der Berlin Rockets der aktuellen Saison 2019/2020

*Tabelle 19 Spieler der Berlin Rockets*

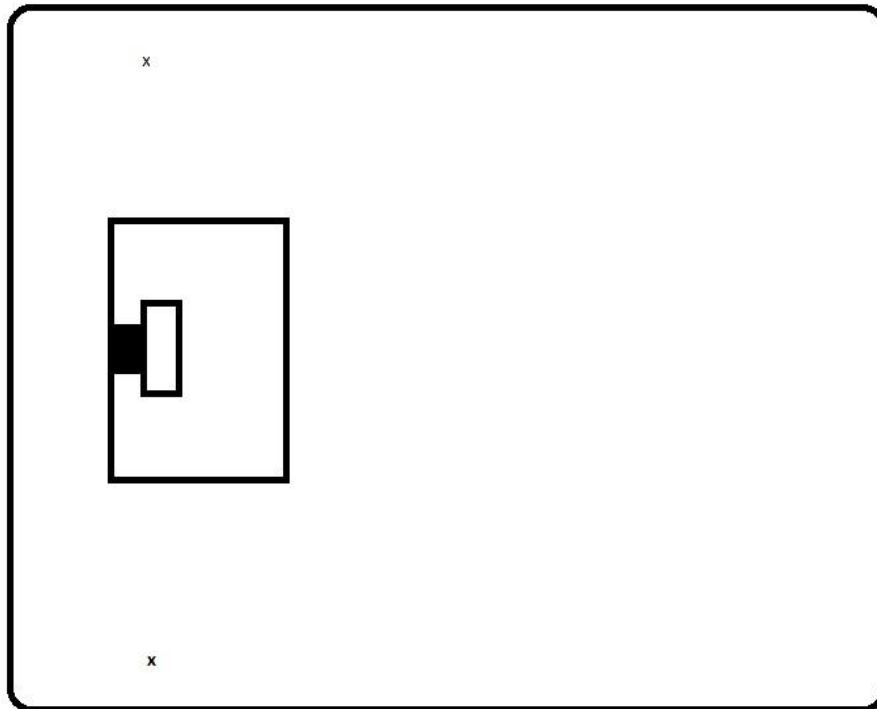
Name	Vorname	Rücken- nummer	Ausleger	Position
Lösel	Niclas	76		V
Thun	Hannes	5		V
Keil	Christian	13		V/F
Marten	Bonk			V/F
Lichtwer	David	27	l	F
Savolainen	Jami	92		F
Ramlow	Maximilian			F
Vaicis	Kristaps	3		V/F
Brockmann	Lukas			C/F
Frederik	Bonk	8		V
<i>Bestgen</i>	<i>Jakob</i>			F
Kratochvil	Jan	10		V/F
Bergemann	Timm	17		
Grau	Paul	16		C/F
Lemke	Timm			V/F
Ramacci	Ricardo			
<b>Pajonczek</b>	<b>Chris</b>		l	C/F
<b>Seuß</b>	<b>Marvin</b>		r	F
<b>Dey</b>	<b>Leon</b>		r	V
<b>Bandrock</b>	<b>Clemens</b>		l	F
<b>Sünar</b>	<b>Eli</b>		l	F
<b>Heinzmann</b>	<b>Niklas</b>		r	V
Schnaitmann	Jacob		l	S
Maximilian	Lange	72		G
Heinzmann	Sascha Falk	28		G
Altrichter	Lukas	86		G
<b>Gampe</b>	<b>Nick</b>			G
Feldspieler: 22 Goalies: 4 Max L, Falk H, Lukas A, Nick G  Alle Fettgedruckten Spieler sind Neuzugänge in die Mannschaft				

6.2 Vorlage Spielfeld (groß)



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- c ▲ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

6.3 Vorlage Spielfeld (klein)



- *Gegnerischer Verteidiger*
- △ *Gegnerischer Stürmer (Flügel)*
- ▲ *Eigener Stürmer (Flügel)*
- ◐ *Eigener Center*
- *Eigener Verteidiger*

**6.4 Trainingsvorbereitung**

Siehe Anlage

**6.5 Schuss-Statistik**

Siehe Anlage

**6.6 Spieler Beurteilung**

Siehe Anlage

**6.7 Plus-Minus Statistik**

Siehe Anlage

**Team-Book der Berlin Rockets**  
Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

# Trainingsvorbereitung

www.Unihockeyuebung.blogspot.de



Datum: \_\_\_\_\_ Zeit: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_ Thema: \_\_\_\_\_  
Ziele: \_\_\_\_\_

Anmeldung		Zusatzspieler	
Name	Grund	Position	Name

Mannschaftsaufstellung							
Torhüter 1:				Torhüter 2:			
Block 1		Block 2		Block 3		Block 4	

Ablauf
Physis (Einlaufen/ Aufwärmen, Schnelligkeit/ Laufschiule/ Koordination)

Übung	Ziele und Inhalte	Erschweren/ Erleichtern	Zeit

Spielteil
Bemerkung/ Auswertung:

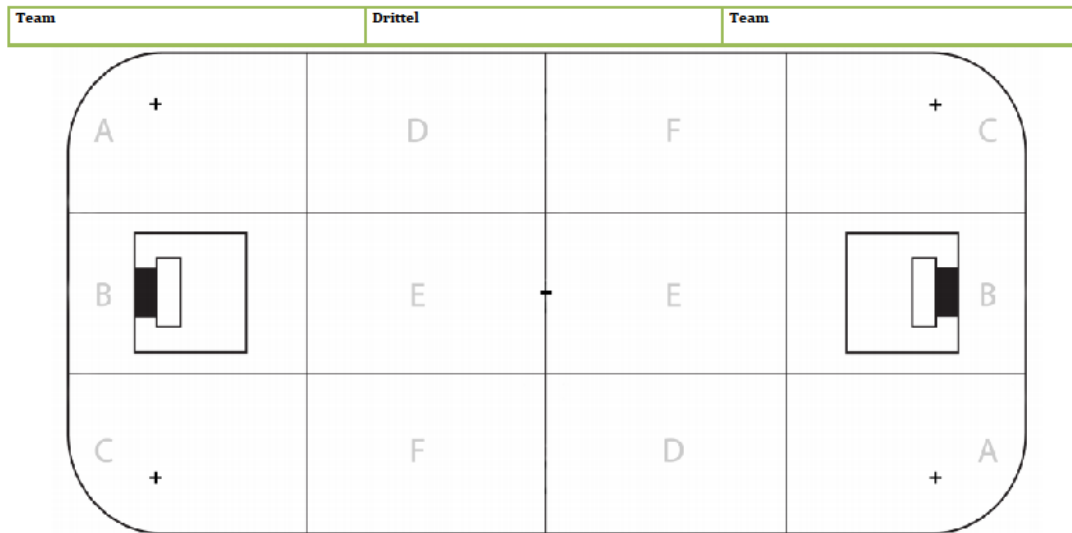
# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

## Spieler-Beurteilung

www.Unihockeyuebung.blogspot.de



Auswertung	Legende	Auswertung	Auswertung
Tore	—	Torschuss flach	Tore
Auf das Tor	≡	Torschuss hoch	Auf das Tor
Geblockt	≡	Schuss geblockt	Geblockt
Neben das Tor	⊥	Schuss neben das Tor	Neben das Tor
Total Abschlüsse	○	Tor (Dribbling mit Ball)	Total Abschlüsse
	□	Tor Direktschuss	
	△	Tor Abpraller	

**Team-Book der Berlin Rockets**  
Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

## Spieler-Beurteilung

Spieler: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Beurteilung		Einschätzung Spieler	Einschätzung Trainer	Zielvereinbarung	Kontrolle
Person	Leistungsbereitschaft				
	Geduld				
	Einstellung im Sport				
	Lebenswandel				
Technik	Ballkontrolle				
	Zweikampfverhalten				
	Passspiel				
	Gezogener Schuss				
	Handgelenkschuss				
Taktik	Slap-Shot				
	Lernfähigkeit				
	Kooperation/ Zusammenspiel				
	Entscheidungsfähigkeit				
	Kommunikation				
Kondition	Umsetzung von Anweisungen				
	Aufgabentreue				
	Kraft				
	Schnelligkeit				
Mental	Ausdauer				
	Beweglichkeit				
	Koordination				
	Konzentrationsfähigkeit				
Mental	Emotionskontrolle				
	Selbstvertrauen				
	Gesamteinschätzung				

Einschätzung von 1 bis 4 (4=sehr gut; 3=gut; 2=genügend; 1=ungenügend)







# Team-Book der Berlin Rockets

Saison 2019/2020

DO YOUR JOB

---

## 7 Mitgeltende Dokumente

Weitere Dokumentation		
AntiDopG	<a href="http://www.gesetze-im-internet.de/antidopg/">http://www.gesetze-im-internet.de/antidopg/</a>	
Gemeinsam gegen Doping	<a href="https://www.gemeinsam-gegen-doping.de/">https://www.gemeinsam-gegen-doping.de/</a>	
Spielplan der Saison 2019/2020		
Anlagen		