

Diplom - Stagebericht "Talent Trainer Leistung"

Autor

Name: Schwarz **Vorname:** Fabio **Datum:** 12.01.2015

E-Mail: fabio.schwarz@lions-nachwuchs.ch **Tel / Natel:** 079 716 56 13

Club: GCK/ZSC Lions Nachwuchs AG **Gastclub:** GCK Lions (NLB)

Vorwort

Jeder Mannschaftssport lebt vom Rhythmus. Wenn das Team perfekt eingespielt ist und sich sehr gut kennt, dann wird von einem guten Spielrhythmus gesprochen. Bewegungsabläufe werden so lange wiederholt und eingeübt, bis jeder Spieler den Rhythmus ganz verinnerlicht hat und jeder vom anderen im besten Fall weiss, wo er hinläuft oder was gleich passiert. Der Spielrhythmus wird natürlich auch durch Scheibenbesitz (offensiv) oder ohne Scheibe (defensiv) beeinflusst.

In meiner Arbeit lege ich das Schwergewicht auf die Aktionen ohne Scheibe. Das Ganze habe ich auf das Spielverhalten in der offensiven und neutralen Zone konkretisiert. Hat der Gegner also den Puck unter Kontrolle und löst dann aus (controll break out), agiert ein gutes Team mit einem Trap (Steuerspiel). Gibt es aber einen sogenannten "lose Puck" (der Gegner hat die Scheibe nicht unter Kontrolle), macht die defensive Mannschaft sofort ein aggressives Forechecking (Pressing).

Kurzbeschreibung Stage-Verlauf

Dauer

05.09. – 03.10. 2014

Lektionen

12 Eis-Trainings

10 Off-Ice Trainings

2 Video- / Theoriestunden

3 Spiele

Trainer/Coaches

Matti Alatalo / Richi Novak

Aufzählung Stage-Lektionen

Datum	Zeit	Was
05.09.14	14:45 – 15:30 Uhr 16:00 – 17:15 Uhr	Off-Ice Eistraining
12.09.14	09:15 – 10:00 Uhr 10:30 – 11:45 Uhr	Video Eistraining
12.09.14	20:00 – 22:30 Uhr	GCK:Thurgau (MS)
16.09.14	09:15 – 10:00 Uhr 10:30 – 12:00 Uhr	Off-Ice Eistraining
16.09.14	20:00 – 22:30 Uhr	GCK:ChdF (MS)
18.09.14	09:15 – 10:00 Uhr 10:30 – 11:45 Uhr	Video Eistraining
19.09.14	14:45 – 15:30 Uhr 16:00 – 17:15 Uhr	Off-Ice Eistraining
23.09.14	09:15 – 10:00 Uhr 10:30 – 11:45 Uhr	Off-Ice Eistraining
29.09.14	09:15 – 10:00 Uhr 10:30 – 11:45 Uhr	Off-Ice Eistraining
29.09.14	16:15 – 17:00 Uhr 17:30 – 18:45 Uhr	Off-Ice Eistraining
30.09.14	14:45 – 15:30 Uhr 16:00 – 17:15 Uhr	Off-Ice Eistraining
01.10.14	09:15 – 10:00 Uhr 10:30 – 12:00 Uhr	Off-Ice Eistraining
01.10.14	20:00 – 22:30 Uhr	GCK:ZSC (Cup)
02.10.14	09:15 – 10:00 Uhr 10:30 – 11:45 Uhr	Off-Ice Eistraining
03.10.14	09:15 – 10:00 Uhr 10:30 – 12:00 Uhr	Off-Ice Eistraining

Trap (Steuerspiel)

Trap heisst auf Deutsch übersetzt "Falle". Einen Trap spielt man dann, wenn der Gegner den Puck unter Kontrolle hat und/oder das defensive Team zu spät ist, um aggressiv Druck zu machen.

Im modernen Eishockey kann ein gut funktionierender Trap eine grosse Rolle spielen, da die angreifende Mannschaft die Mittelzone nicht überbrücken kann und in der "Falle" hängen bleibt. Hierzu muss die defensive Mannschaft kompakt stehen und die einzelnen Bewegungsabläufe müssen gut einstudiert sein, damit man den Puck in der neutralen Zone zurück gewinnen kann. Im besten Fall ein Transition spielen kann. Wie beim Forechecking gibt es auch hier verschiedene Spielsysteme. Oft verwendete Systeme sind hierbei das 1-3-1 oder 1-2-2.



Forechecking

Pressing oder auf Deutsch Angriffsverteidigung ist eine spieltaktische Variante im Sport. Dieser Ausdruck stammt tatsächlich aus dem Eishockey, wird heute aber auch in anderen Sportarten z.B. im Fussball verwendet. Forechecking bezeichnet das frühzeitige Stören des gegnerischen Angriffs bzw. Angriffsversuchs schon in der gegnerischen Zone. Diese spieltaktische Variante verlangt gute Kondition, besonders von den Stürmern, da vor allem diese das Forechecking ausführen, indem sie den scheibenführenden Spieler (das Aufbauspiel) stören bzw. bekämpfen. Zudem werden so der Raum und die Zeit für den Spielaufbau eingeschränkt. Auch hier gibt es verschiedene Spielsysteme, um dies umzusetzen. Man spricht dabei z.B. vom 2-3 oder 1-1-3 System. Hierbei ist F3 der wohl wichtigste Mann, da er hinter den beiden aggressiven Stürmern entscheidet ob er auch aktiv eingreift oder in der defensiven Dreierkette die Stellung hält. Dazu kommt, dass er bei einem Puckgewinn im hohen Slot angespielt werden kann. Das aggressive Forechecking kann aber auch beim Angriff genutzt werden, dann spricht man vom sogenannten "dump and chase", was so viel heisst wie „einschiessen und jagen“. Dies wiederum ist eine gängige Variante um gegen einen Trap zu spielen.

1



F1 macht Druck bis tief in die gegnerische Zone. Dies tut er mit hohem Tempo und "aggressiv", mit dem Ziel in Scheibenbesitz zu kommen.

2



F2 unterstützt F1 und reagiert auf die entstehende Situation. F2 ist etwas passiver als F1, um sich anpassen zu können.

3



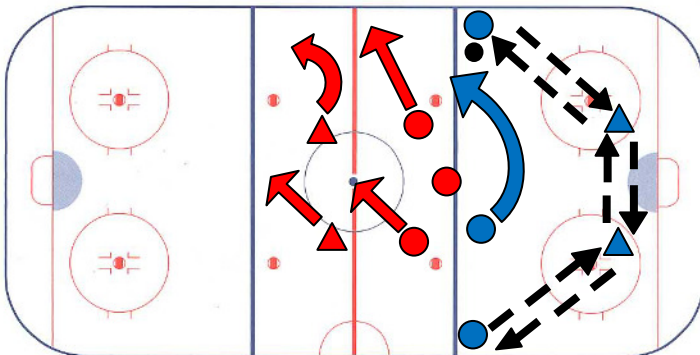
F1 übt mit einem Check maximalen Druck auf den gegnerischen Verteidiger aus, um im Idealfall in Puckbesitz zu kommen oder den Gegner zu einem Fehler zu zwingen.

4



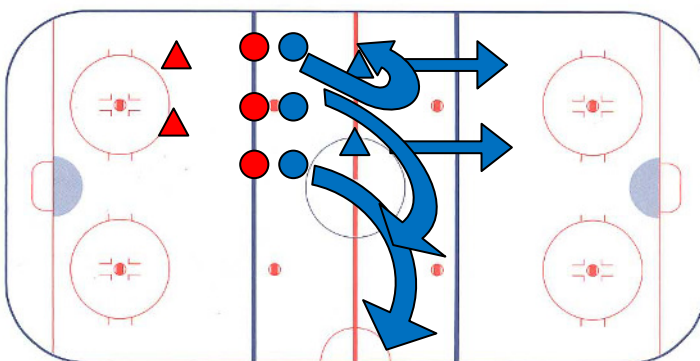
Sollte es dennoch zu einem Abspiel gekommen sein, kommt F2 ins Spiel. F1 nimmt die Position von F2 ein, um wiederum reagieren zu können.

Vorlage für Erklärungen / Drills:



Übung 1
Spielform für Trap

- Passstafette vom offensiven Team hin und zurück, dann Angriff.
- Defensives Team Verschiebung des Trap.



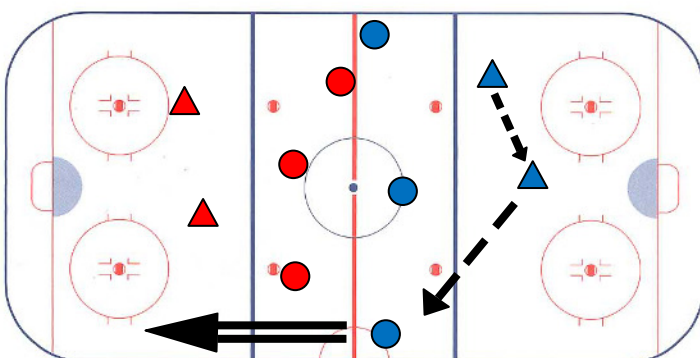
Übung 2a

Defensiv:

- nach dem Bully Trapposition einnehmen

Offensiv:

- Auslösung/Start aus Bullyposition



Übung 2b

Defensiv:

- sofort nach Chip organisieren für Auslösung

Offensiv:

- Entscheid ob Forechecking oder Trap

Erkenntnis

Der Spielrhythmus hat sich mit der Anpassung der Zonen nicht gross verändert. Wenn überhaupt dann am ehesten im Bereich des Forecheckings, da man einen längeren Weg zurücklegen muss, bis man beim Gegner ist, um aktiv Druck zu machen. Betreffend dem "Trap" habe ich viel dazugelernt und Einblick in eine sehr taktische Spielvariante bekommen, von der man sogar sagt, dass sie einer der Hauptgründe war für den Stanley Cup Titel der New Jersey Devils im Jahr 1995.

Vor meinem Stage hatte ich wenig Ahnung über den "Trap" und kannte diesen nur vom Hörensagen. Durch meine Arbeit bei den GCK Lions (NLB) zusammen mit Matti Alatalo und Richi Novak wurde mir diese strategische Verteidigungstaktik, sowohl theoretisch als auch praktisch, sehr ausführlich näher gebracht. Aber auch im Bereich des Forecheckings, welches im immer schneller werdenden Eishockey eine stetige Rolle in jedem Match spielt, konnte ich betreffend Taktik und Anwendungsweise einiges dazulernen.

Beides gehört heute zum modernen Eishockey sowie das Powerplay und das Boxplay und ist bei dem immer schneller werdenden Spiel sowie bei den taktischen Feinheiten im Leistungsbereich dieses Sports nicht mehr wegzudenken.

Ein Team, welches sowohl die eine als auch die andere Variante in Perfektion spielen kann und sich der Taktik des Gegners schnell anpassen kann, gewinnt!

Mein Ziel war es, die beiden taktischen Schlüsselemente im modernen Eishockey etwas näher zu bringen und ich hoffe dies ist mir gelungen.

TTL-Stagiaire

Fabio Schwarz