

Trainerqualifikation

Kurzschulung: Torwarttraining



Infoabend über die wichtigsten Elemente des Torwarttrainings im Jugendbereich

Referent: Christian Lasch

6. Juni 2011 - 18:00 bis 21:00 Uhr

19 Trainer, auch von den Vereinen DJK Agon 08, Turu 80 und Polizei SV, nahmen an der ersten Kurzschulung des FC Büderich teil. An dieser Stelle vielen Dank an Hans Peter Schröder (Bildungsbeauftragter für den Kreis 1), der uns tatkräftig unterstützt hat und dem Referent Christian Lasch, u.a. DFB-Honorar-Torwarttrainer und Jugendkoordinator bei Fortuna Düsseldorf.

Während dieser 3 Stunden zeigte uns Christian Lasch auf, dass das torwartspezifische Training bereits ab der D- Jugend beginnen sollte. In den Altersgruppen G bis E sind einzelne Übungen schon einsetzbar, aber eine zu frühe Festlegung auf einen Torhüter muss kein Vorteil sein.

Im theoretischen Teil wurde uns aufgezeigt, dass der Torhüter zunehmend über die Jahre zum mitspielenden Torhüter geworden ist, Auslöser sind die Rückpass-Regel und die ballorientierte Spielweise. Im Profibereich hat der Torhüter 70% Offensiv-Anteile und 30% Defensiv-Anteile – und weil der Torhüter das nicht von heute auf morgen lernt, ist eine frühe Übung der modernen Bewegungsabläufe wichtig, damit sie beim Torwart mit der Zeit in Fleisch und Blut übergehen können.

Anhand von Videos (zum Einstieg gab es ein paar Videoszenen von der Fifa-WM) ließ sich erkennen , wie die Ausbildung zum "modernen Torwart" aussieht . Auch, dass einige Trainingseinheiten als Feldspieler dem Torhüter dabei helfen können, als "Torspieler" noch wertvoller für sein Team zu werden. Vieles hat sich seit der Zeit des Sepp Maier verändert; häufig erlebt man bei den heutigen Schlussmännern sogenannte "Offensiv-Aktionen", das wurde anhand einiger Einzelbeispiele verdeutlicht.



Die Teilnehmer der Kurzschulung ließen sich nach der Theorie von Christian Lasch die Ausführungen auf dem Rasen des Stadions zeigen. An dieser Stelle noch einmal Dank an Nathan Hamley, Torhüter der A1, der uns als „Versuchsobjekt“ zur Verfügung stand. Einige Trainingsmöglichkeiten wurden vorgestellt, darunter: die Zauberschnur, richtige Ballbehandlung, gutes Aufwärmen, Technik vor Taktik, Koordination, Stabilisierung des Körpers, Fangen, Hechten und Wettkampfübung sind einige Einheiten, die uns gezeigt wurden.

Das Thema „virtuelles Tor“ war aus meiner Sicht eins der aufschlussreichsten Themen und zeigte uns, wie der Torhüter gezielt sein Tor verkleinern kann. Zu kurz aber wichtig waren auch Standzone, Kippzone und Absprungzone, die im Torwart-Spezial-Workshop noch einmal aufgegriffen werden sollen. Am Ende der Veranstaltung hatten alle Neues kennen gelernt, dass bei den nächsten Trainings sicherlich eingebaut wird.



Aktuell planen wir für alle FC Büderich Torhüter ein zweitägiges Torwartcamp mit ihren Trainern (für die verschiedenen Altersgruppen jeweils einen halben Tag oder 3-4 Stunden), bei Interesse bitte melden.

Jörg Stockmann