

„Eine andere Sicht auf den Torwart und Torwarttrainer im Mannschaftstraining“

Mach dein Team stärker indem du den Torwart und den Torwarttrainer anders betrachtest in deiner Trainingsgestaltung

Rene Stampler
32 Jahre
SC Kalsdorf 3 Liga Österreich
Head Of Goalkeeping
Assistentscoach

- Cheftrainerstationen Jugendleistungsfußball, Herren, Damen Bereich
- Torwarttrainerstationen und Co Trainer Stationen Jugendleistungsfußball, Herren und Damen Bereich
- Internationale Referententätigkeiten
- Internationale Partnerschaften (Michael Rechner Goalkeeping Development TSG Hoffenheim, Ludwig Trifellner Bayrischer Fußballverband)

Kindertrainer-Ausbildung, Jugendtrainer-Ausbildung, Torwarttrainer Basis Ausbildung,
Nationales Torwarttrainer Diplom (Uefa B Torwardiplom), diverse Weiterbildungen/Spezialisierungen,
Zahlreiche Hospitationen, Zahlreiche Fortbildungen

Themenschwerpunkte:

1. Kurzer Einblick in die Arbeit von Rene Stampler
2. Der moderne Torwarttrainer
3. Die Feldspieler im Torwarttraining
4. Der andere Blick auf den Torwart im Mannschaftstraining
5. Torwartanalysen im Mannschaftsbereich

TEAM Torhüter

„Das Torwartteam ist ein Team im Team“

| | |
|----------------|--|
| Lukas Waltl | 27 Jahre |
| David Puntigam | 17 Jahre (Probe Training 3 Liga Deutschland) |
| David Dreier | 17 Jahre |
| Leonid Tafoli | 18 Jahre |

Externe Keeper:

Verena Gartler
Christoph Weissenbacher
Philipp Fraiss

JAZ GU SÜD:

Top Talente Training unter Rene Stampler
2 mal pro Woche



Der Torwart als Idealbild



Leader/Emotionen



Die perfekte Fußtechnik



Mentalstarken Torwart



Perfekte Raumverteidigung



BIG SAVE halte alles was geht

Vergleich SC Kalsdorf Regionalliga Bayern

Aufwand von Spieltag zu Spieltag

- 3 Trainingseinheiten am Platz
- 1 Home Training
- 2 Freie Tage

Kalsdorf im Vergleich zur Regionalliga Bayern

- Mannschaftskosten ähnlich zu Garching
- Aufwand vergleichbar

Freitag Spieltag

- Regional Liga Mitte 75% der Spiele Freitag

Samstag

- Regeneration/Spielersatztraining (Home Training bei Bedarf am Feld)

Sonntag

- Freier Tag

Montag

- Spielanalyse, Wochenvorschau

Dienstag

- Intensiver Trainingstag

Mittwoch

- Freier Tag

Donnerstag

- Spielvorbereitung Taktisch

Freitag Spieltag

- Nichtspielende Spieler im Team 2 Training

Der Torwarttrainer

Früher

Warm Up

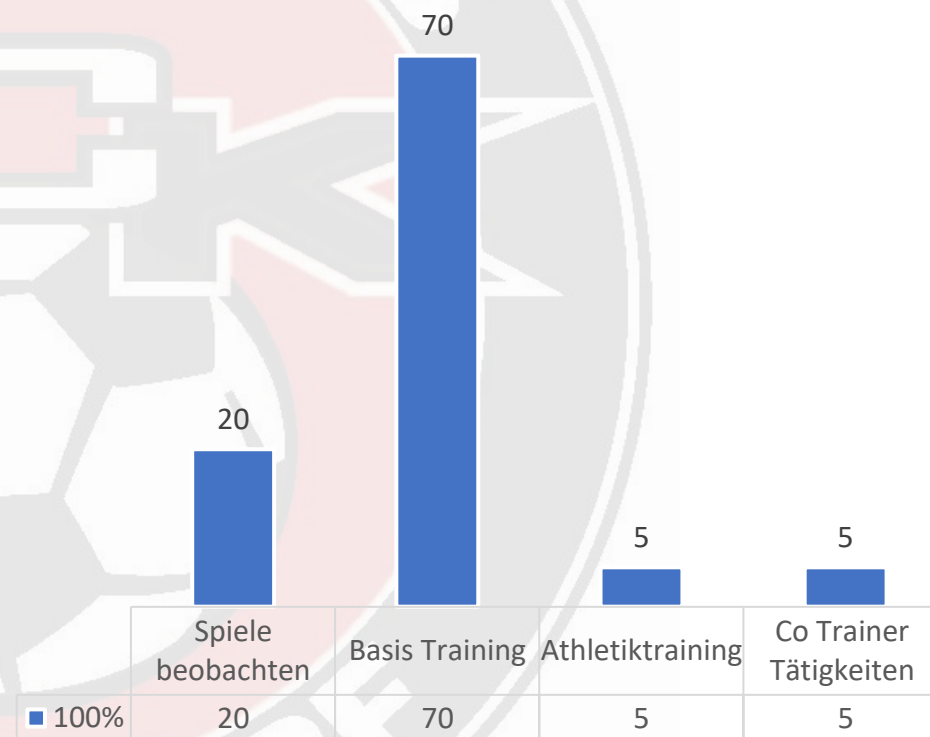
Basis Torwarttechniken Entwickler

Kommt und geht wann er will

Besucht nur Spiele wann er will

Ist das noch Zeitgerecht?

Kann man sich das noch erlauben als Verein?



Aufgaben Bereich SC Kalsdorf

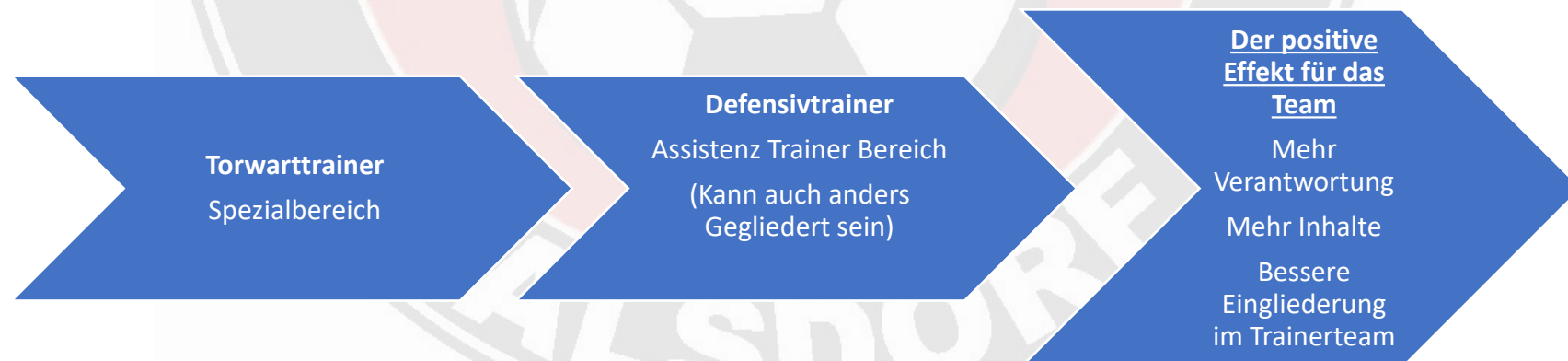
- Spielanalysen Torwart Team 1 und 2
- Monitoring Team Torhüter (externe Belastung, Interne Belastung, Video usw.)
- Entwicklungsplanung Torhüter
- Individueller Ansprechpartner Feldspieler
- Co Trainer Tätigkeiten in der Spielanalyse
- Standard Defensiv (Abstoß und Eckball)
- Spielaufbau Coach (Über den Torwart ohne und mit Druck)
- Wiedereinstiegscoach (Nach Verletzungen nach Absprache Ärzte Team)

Isoliertes Torwarttraining

- Athletiksteuerung Torhüter
- Basis Torwarttraining
- Monitoring Torhüter
- Spielanalysen Torhüter
- Entwicklungsplanung
- Einzelgespräche
- Mentale Unterstützung

Co-Trainer Tätigkeiten

- Eckballvariante Defensive
- Spielaufbau Abstoß (Varianten)
- Durchsprächen Gegneranalyse Offensive Standard (Analyse Cheftrainer)
- Durchsprächen Anlaufverhalten Gegner (Analyse Cheftrainer)
- Spielanalyse Teilbereiche Mannschaft
- Wiedereinstiegshilfe als Hilfstrainer
- Mitgestaltung von Spielformen (bezogen auf die Position Torhüter)
- Feldspieler im Torwarttraining



4 Phasen zur Eingliederung des Torwarttrainers

Phase 1

Der Torwarttrainer ist ein Teil im Mannschaftstrainingsprozess

- Abstoß

Phase 2

Der Torwarttrainer ist ein Teil im Mannschaftstrainingsprozess

- Torwartkette

Phase 3

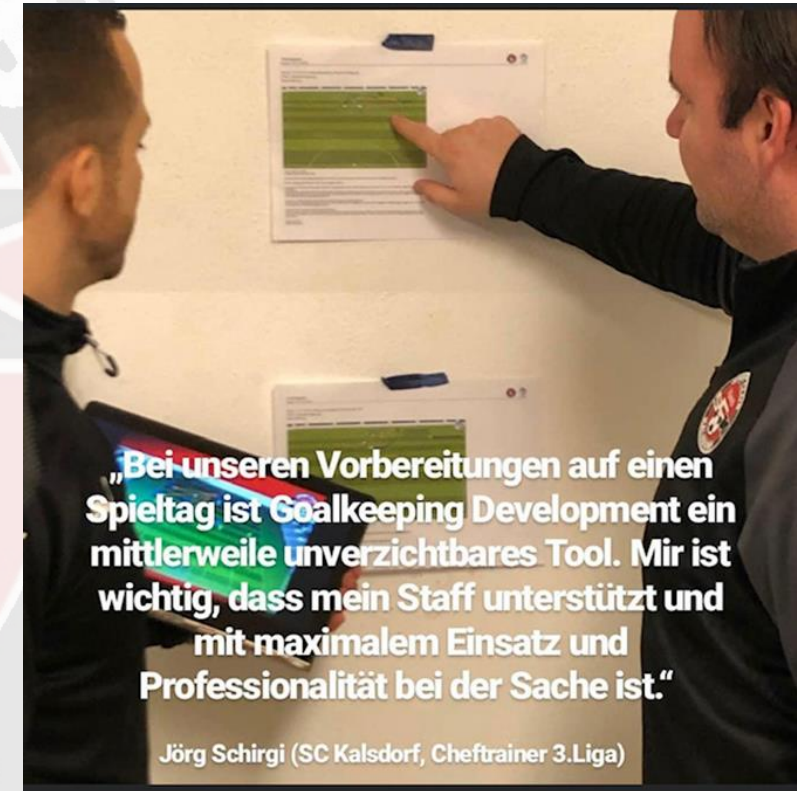
Der Torwarttrainer ist ein Teil im Mannschaftstrainingsprozess

- Standard Defensiv

Phase 4

Die Feldspieler im Torwarttrainingsprozess

- Einbinden des Feldspielers in das Torwarttraining



„Bei unseren Vorbereitungen auf einen Spieltag ist Goalkeeping Development ein mittlerweile unverzichtbares Tool. Mir ist wichtig, dass mein Staff unterstützt und mit maximalem Einsatz und Professionalität bei der Sache ist.“

Jörg Schirgi (SC Kalsdorf, Cheftrainer 3.Liga)

Phase 1 Der Abstoß

Einflussfaktoren

*Der Torwarttrainer kann hier erste Schritte machen um sich das Vertrauen von Feldspieler und Trainer zu erarbeiten
Wichtig ist nur, dass man nicht sofort Wunderdinge erwartet.*

Aufgabenverteilung

- Grundsätzliche Idee erarbeiten
Torwarttrainer nach Gegneranalyse
- Präsentation
Torwarttrainer an Cheftrainer
- Zielspieler Definition
Gemeinsame Definition mit Cheftrainer
- Trainingsplanung Abstoß
Torwarttrainer
- Trainingsgestaltung am Tag X
➤ Klären von: Spielanzahl, Trainingszeit, Utensilien, Platz usw.
Cheftrainer und Torwarttrainer in Abstimmung
- Trainingsumsetzung
Torwarttrainer
- Analyse
Torwarttrainer und Cheftrainer nach dem Spiel

Abstoßvariante SC Kalsdorf Gegnerbezogen

Einflussfaktoren:

Mannschaftstaktische Spielausrichtung
Gegnerische Spielausrichtung

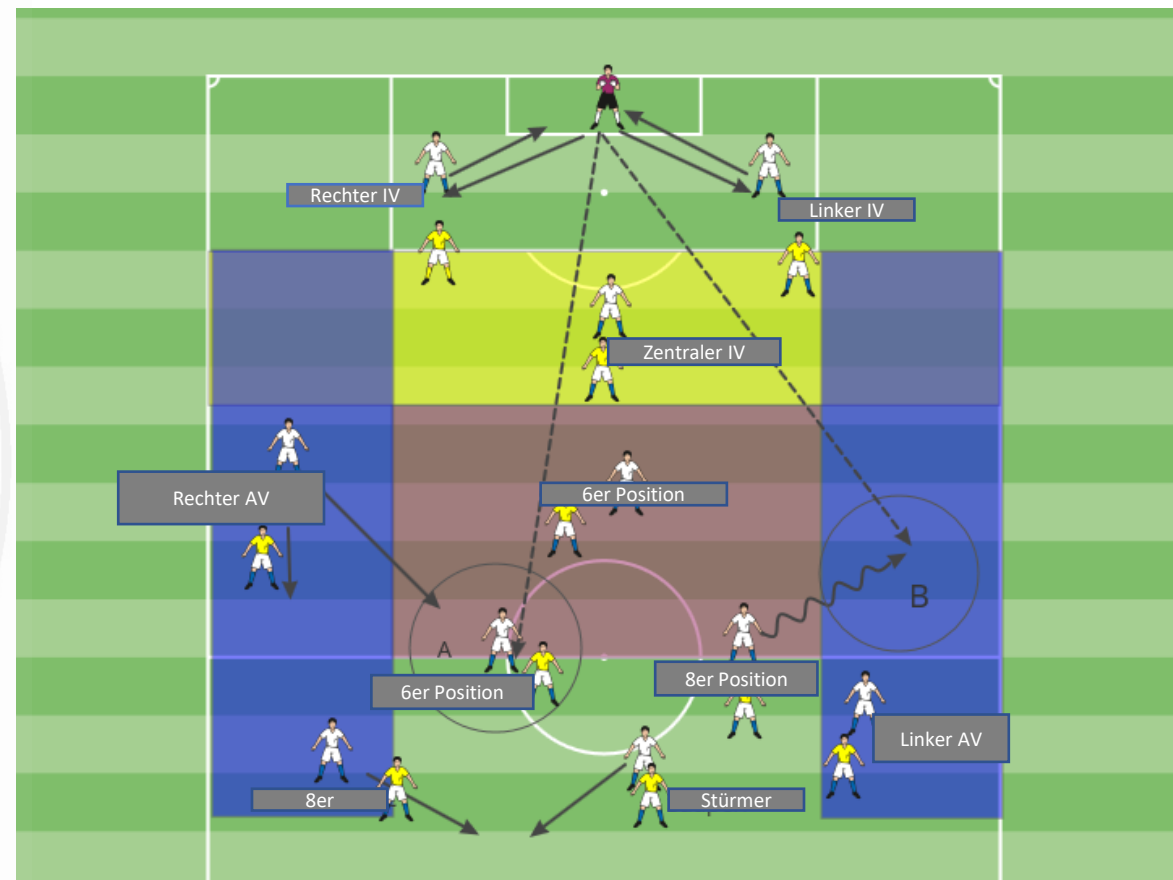
A= Zielspieler Hoher 6er

- Zielspieler A soll in der Variante den Ball in den Raum hinter sich verlängern. 8er und Stürmer ziehen sofort bei Ballkontakt in die Tiefe und provozieren 1geg1 Situationen
- 8er Position auf der Mittelline geht tiefer auf die Seite und sichert den freien Raum kurz mit ab.

B= Der Gegner stellt den Abstoß in einem 4-3-3 zu. Durch den Hochgeschobenen Linken AV wollen wir noch mehr Druck haben. Ausgangsposition wie bei Zielspieler A. Unterschied bei der Variante B ist, dass auf ein Zeichen der 8er auf der Mittelline in die Position B kommt. Hier setzen wir bewusst in diesem Spiel einen 8er ein weil der Gegnerische AV als Kopfballschwächer eingestuft wird. Der Linke AV muss in eine Position neben den direkten Gegner vom 8er kommen und bindet. So entstehen viele Entscheidungen für den Gegner. Wir wollen den Ball entweder sichern oder in die Tiefe weiterleiten. Stürmer 8er und Linker AV ziehen sofort in die Tiefe.

Sichern: Annahme und sofort die Tiefe suchen mit dem nächsten Pass

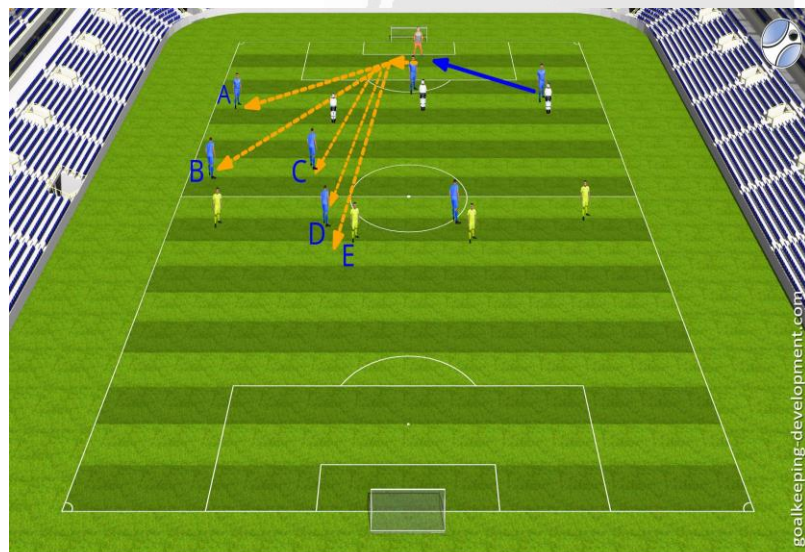
Verlängern: Mit Kopf so Flach wie möglich in einen der hinter ihm liegenden Räumen. ST, AV und 8er gehen Tief



REST ORGANISATION NIE VERGESSEN IN DER PLANUNG

Gebt Details in das Torwarttraining und fordert die Umsetzung

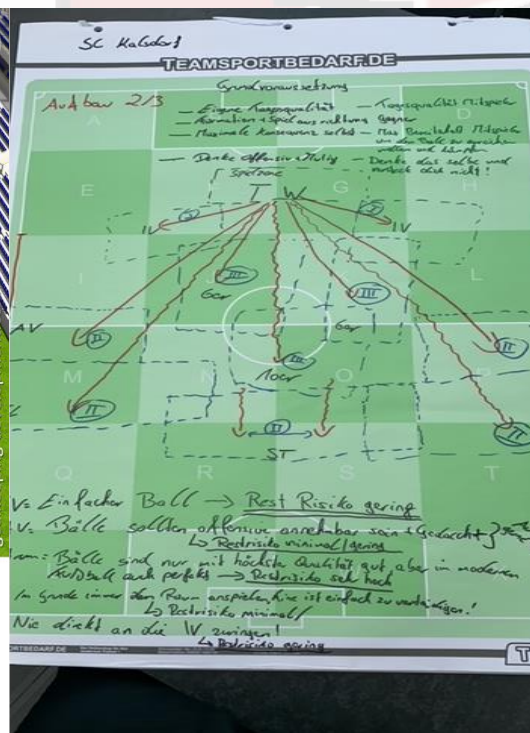
Trainingsbeispiele wie kann ich mit meinem Torwarttrainer Ideen Entwickeln und erarbeiten?



SC Kalsdorf
Torwarttrainer Rene Stampler
Vorbereitung Spiel

- A= Ball Annahme mit Tempo zum Flachen Ball auf AV/IV Spieler Scharf in den Lauf zur offensiven Ball mitnahme.
- B= Chip Light auch hier schnelle Tempo Verlagerung mit der Ball mitnehmen
- C= Gefahren Pass!!!! du musst durch die Schmittstelle Flach mit Druck und Tempo auf die 6er
- D= Chip Light auf den Stürmer sodass er eventuell den Ball annehmen kann oder direkt Klatschne lassen kann
- E= Konterball der direkt hinter die Kette runter kommt

Spielvorbereitung WAC gegen das Anlaufen des Gegners



Spielidee gegen Tiefstehende Gegner
Über den Torwart



Abstoßvariante gegen kleiner und im Kopfball nicht
So guten Außenverteidiger

Beispielbild bei zugestellten Abstößen
Zielspieler im Kreis

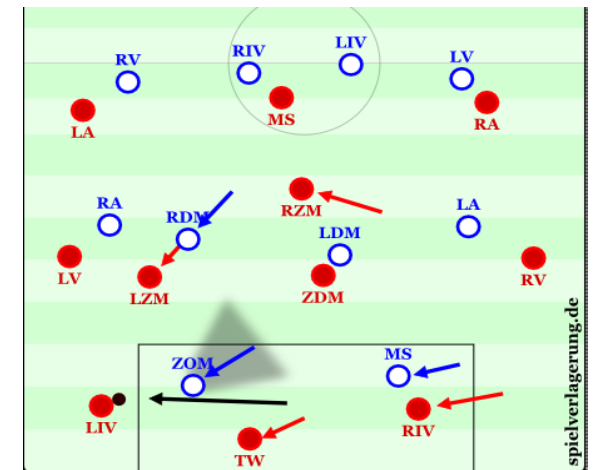
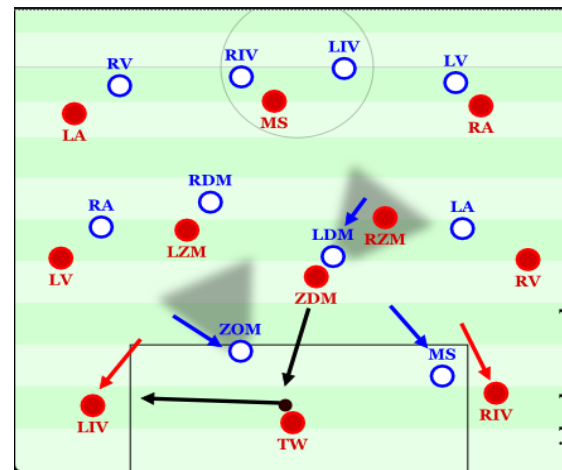




Phase 2 Torwartkette

Vorteile :

- Anspielbarkeit im Spielaufbau
- Anspielbarkeit unter Druck
- Pass Sicherheit
- Chip Light Einsatz (Linien überspielen)
- Taktische Qualitätserhöhung
- Dominanz
- Entscheidungsfindung verbessern
- Automatismen verbessern



Quelle: Spielverlagerung.de

„Wichtig ist im Gegensatz zum Abstoß, der Ball ist im Spiel! Der Torwarttrainer muss noch tiefer im Detail arbeiten und somit sich noch mehr mit der gesamten Spielidee des Trainers vertraut machen! Nur so kann so etwas funktionieren.“

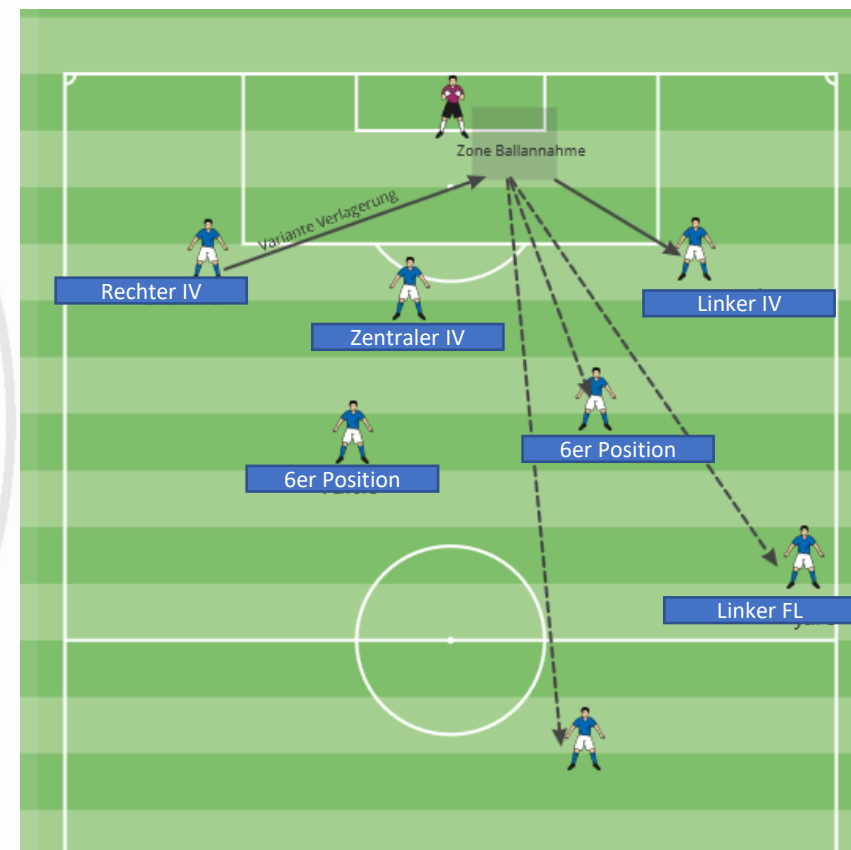
Torwarttrainer - Defensivtrainer

Torwartkette 3er Kette

Trainingsbeispiel mit mehreren Spielern

Verlagerung über den Torwart

- Gegner und Zeitdruck Beachten
- Anspielbarkeit über Vorerkennung
- Ball Annahme mit Tempo in der Zone
- Wenn möglich Direktspiel 6er Position
- 2 Kontakte maximal auf auf linken IV
- 1-2 Kontakte auf Flügel
- Ball am Stürmer= Exit Ball

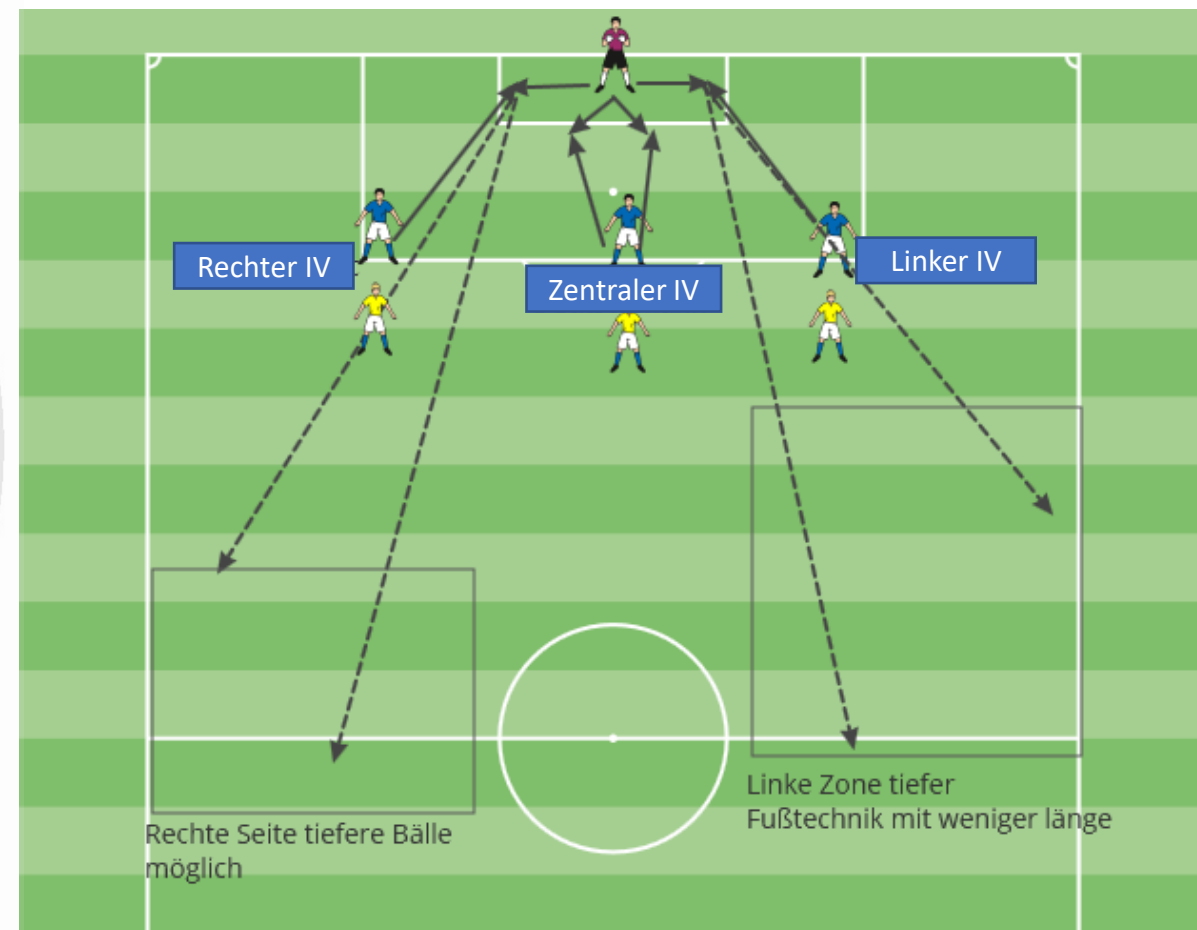


Torwartkette Spielaufbau unter Druck

Trainingsbeispiel nur mit 3er Kette

- Anzeige des Passweges
- Erkennen von weiten freien Räumen
- Handlungsschnelligkeit
- Coaching
- Usw.

Gegner sind Gleichpositionsspieler



Phase 3 Standard Defensiv (Eckball)

Entscheidungen

- Personen an der Stange
- Raumverteidigung/Mischvariante oder nur Einlaufen
- Entscheidungsspieler des eigenen Teams festlegen (Wer steht wo)
- Welche Variation lässt mein Team zu

Grundsatzideen aufstellen

1. Will ich jedes Spiel die selbe Idee haben oder passe ich diese Gegnerbezogen an
2. Wer übernimmt die Analyse des Gegners?
3. Wer trifft die Zuteilungen der Spieler

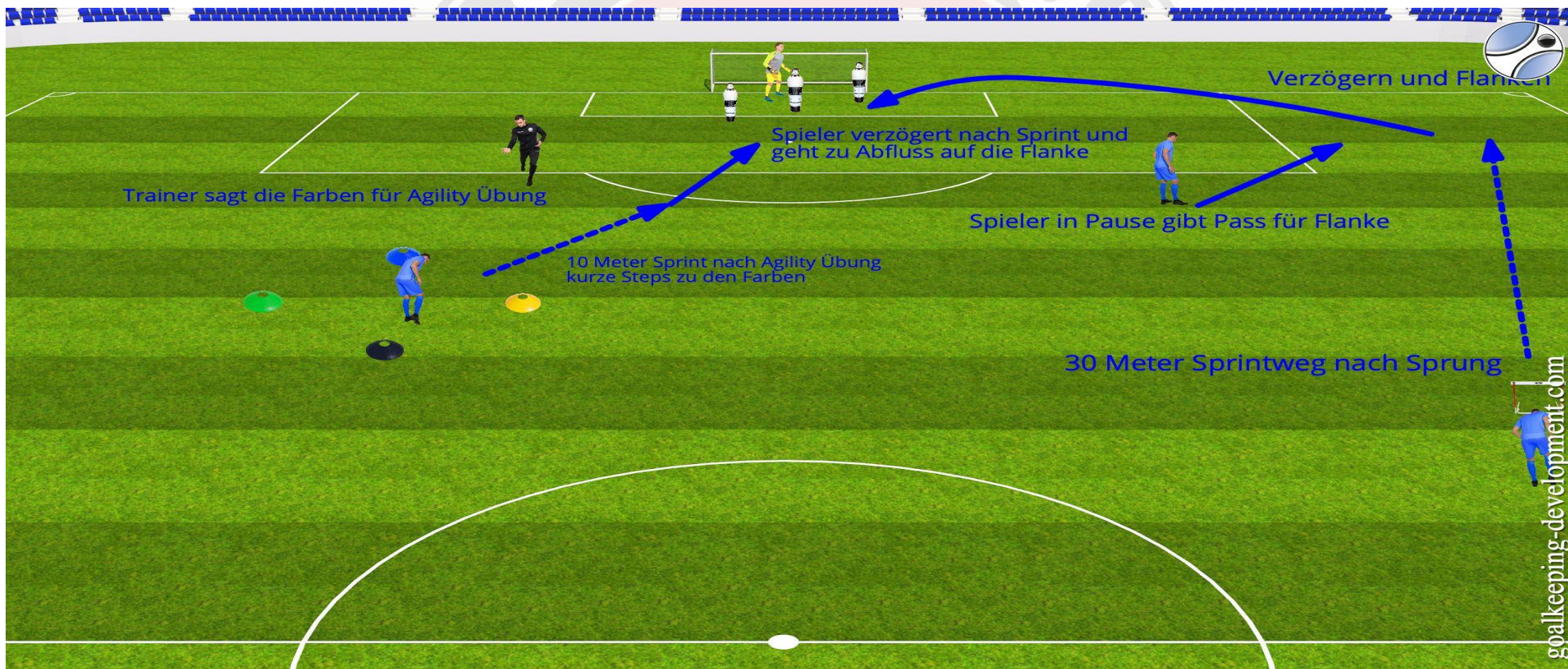
Bei den Grundsatzideen muss eine klare Aufgabenverteilung vorhanden sein, ansonsten können in einem Trainerteam Spannungen aufkommen! Klare Kommunikation, Klare Ideen und Klare Aufgaben zuteilen. Die Defensive Abstoßvariante wird noch sehr häufig unterschätzt und führt zu einem hohen Risiko in einem Spiel sollte es nicht funktionieren.

Tipp: Trainerteam gemeinsam entscheidet (Teamarbeiter bringt mehr Ideen), Cheftrainer legt fest, TW-Trainer kann es im Training mit einer Gruppe trainieren und so dem Cheftrainer für etwas anderes freispielen. (Gruppentaktisches Training von Spezialisten)

Phase 4 Feldspieler in das Torwartraining einbinden

- **Vorteile:**
 - Effektivere Flanken aus dem Spiel für den Torwart
 - Athletikbausteine der Feldspieler im Torwartraining trainieren
 - Höhere Schlagzahl von Flanken der Feldspieler isoliert und somit individuelle leichter zu verbessern und zu coachen
- **Aufgaben:**
 - Kommunikation mit dem Cheftrainer, Athletik Coach
 - Präzise Trainingsplanung vor allem im Bereich Pausengestaltung bei Athletik Einbindung von Feldspielern
 - Detaillierte Trainingsvorbereitung (Trainer, Spieler vorbereiten auf die Belastungen)

Trainingsbeispiel Phase 4



Quelle Diplomarbeit Rene Stampler Thema Athletiktraining



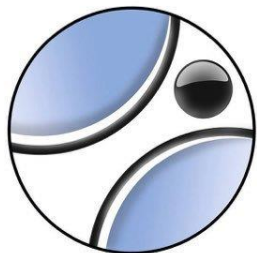
Trainings/Spielmonitoring Torhüter SC Kalsdorf



- Innere Belastung
- Herzfrequenz
- Usw.

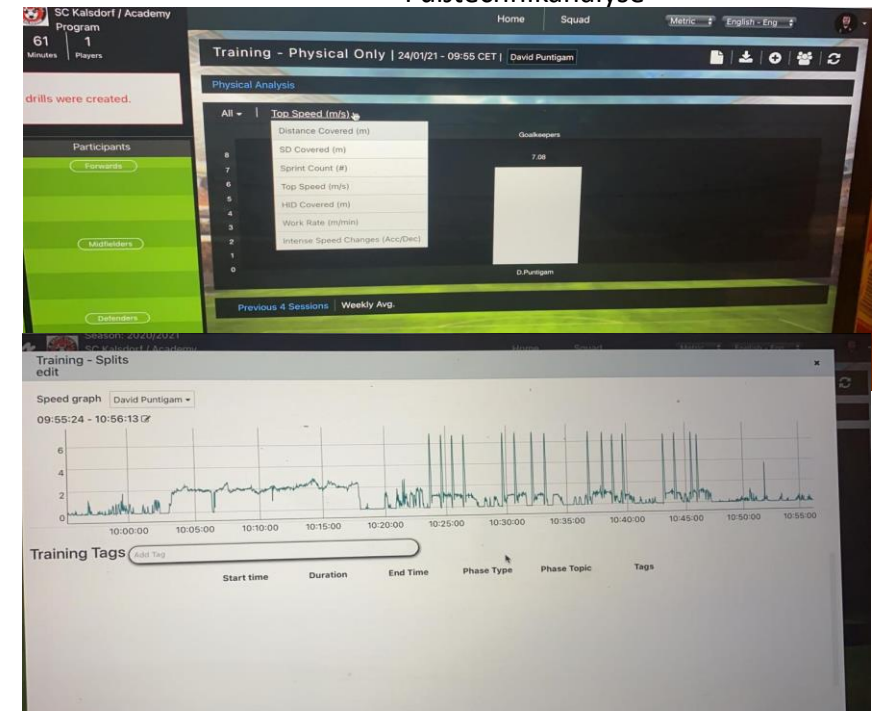


- Externe Belastung
- GPS Daten
- Fußtechnikanalyse



GOALKEEPING
DEVELOPMENT

- Trainingsstatistik
- Grafische Darstellungen
- Spielanalyse



Der Andere Blick im Mannschaftstraining auf dem Torwart

- Beachte die Anforderung der Torwartathletik
- Taktische Variabilität des Torwart erhöhen
- Effizientere Spielnahe Trainingssteuerung
- Automatisieren des Zusammenspieles Defensive und Torwart
- Stressresistenz erhöhen (Gegnerisches Pressing)

**„Wenn sie ihre Übungen detaillierter aufarbeiten, werden Sie als Trainer
sehen, Dass der Torwart der Schlüssel zu noch effektiveren Übungen
wird.“**

Trainingsbeispiele

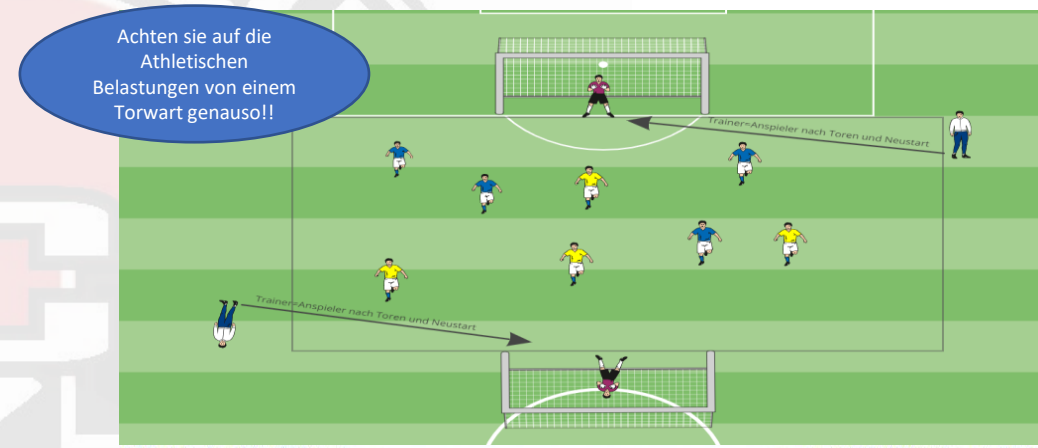
Übung 1: Ein Klassisches 3 Gegen 3

Version alt:

Der Torwart nimmt den Ball aus dem Tor und beginnt.
Der Trainer reagiert als komm schneller Tempo hoch halten usw.

Version neu:

Der Ball kommt von der Seite und das Tempo wird gesteuert
Effekt für die Defensive und Torwart ist, dass beide unter hohem Druck
Sofort Anspielstationen finden müssen. Die anderen Mitspieler sofort freie Räume
Erkennen müssen



Übung 2: 11 gegen 7

Version alt:

Ruhiger Beginn vom Torwart ohne Stress ohne jegliche Anpassungen. Alle stehen immer Gleich

Version neu:

Der Ball kann aus jeglicher Lage kommen, somit zwingt man den Spieler am Feld und den Torwart
Permanent neue Entscheidungen zu treffen und somit verbessert man die Flexibilität enorm.
Der Spielaufbau wird somit verbessert unter Druck



- 1= Häufigster Rückpassball von dort in diesem Spiel erwartet
- 2= 6er Exit Ball retour zum Torwart, Druck des Gegners ein ganz anderer und die Auffassung des Spieles der eigenen Spieler komplett anders.
- 3= Ball kann von außen kommen über eine Ball-Stafette, vom Trainer usw.

Vorteile wenn man den Torwart besser einbindet in das Mannschaftstraining

- Flexibilität in der eigenen Hälfte im Spielaufbau wird noch besser
- Torwart wird in der Fußtechnik auch Spielnahe trainiert
- Es gibt keine Übungen die Aktionen die im Spiel nie vorkommen können (Ball aus dem Netz holen neu Beginn)
- Die Feldspieler in der Defensive agieren flexibler mit dem Torwart (Sie erkennen Ideen, sind Anspielbarer)
- Tempo Steuerung bei Hoch Intensiven Spielformen machen nicht mehr die Spieler
- 1-2 Kontaktspiel wird verbessert, dies kann der Trainer erzwingen
- Der Torwart kann das auch trainieren was sein Cheftrainer im Spiel haben möchte

Wie kann ich mir sowas als Cheftrainer erarbeiten

- Gespräche und Einbindung Torwarttrainer
- Gespräche und Einbindung Torwart
- Selbststudium

Schussübungen

Varianten sehr bekannt

Positiv:

- Sehr einfache Ausführung
- Sehr wenig Aufwand für Spieler und Trainer
- Sehr wenige Details (Keine hohe Mentale Beanspruchung)

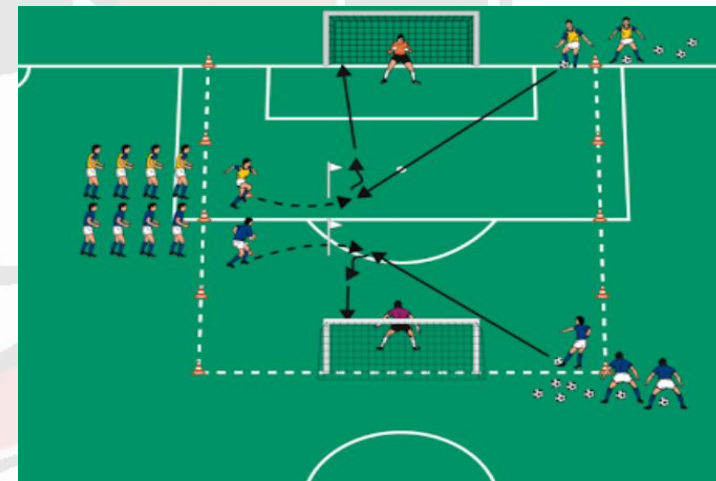
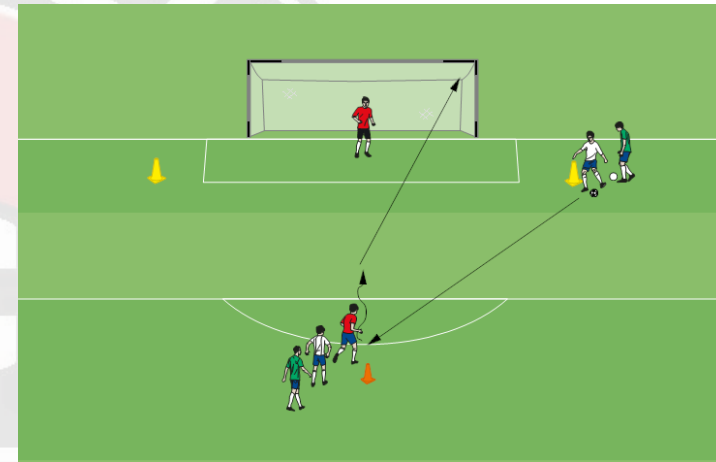
Aber ist das wirklich noch Positiv?

- Keine Spielnähe
- Keine schnellen Kombinationen
- Keine hohen Anforderung auf Technik, Mentales usw.
- Schießt man wirklich noch den Torwart zusammen?

In diesen Schussübungen sehe ich das positive in der Einfachheit.

Aus Sicht des Torwartes ist zu beachten:

- Athletische Anforderung (Der Torwart ist sehr oft nur im HIT Bereich)
- Schussdistanzen werden von Spielern sehr oft nicht eingehalten
- Kann der Torwart überhaupt jeden Ball halten?
- Wie viele Torhüter habe ich in dieser Einheit zur Verfügung
- Usw.



Schussübungen

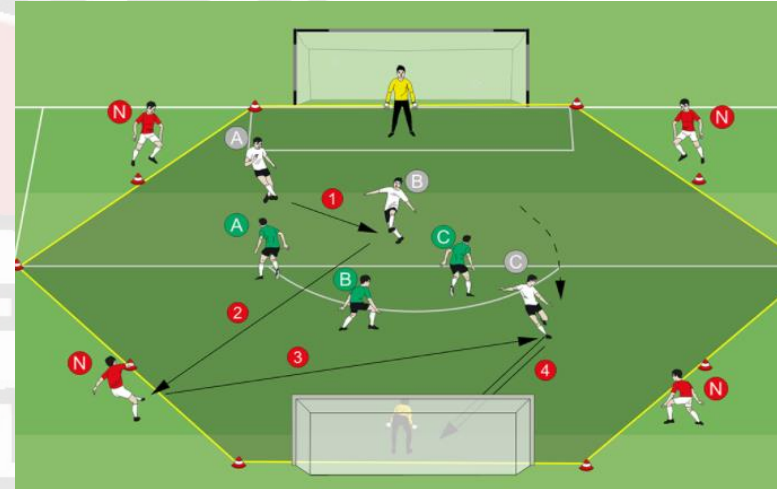
Kann man Schussübungen auch so aufbauen?

Vorteile:

- Spielnahe Situationen
- Wahrheitsgetreue Aktionen
- Distanzen sind nie die Selben, jeder muss sich anpassen
- Gegnerdruck (Im Spiel wollen wir auch verhindern das jeder ohne Druck schießt)
- Hohes Tempo
- Wandspieler/Spieler gehen Spielen vor Abschluss
- Entscheidungsfindung

Aus Sicht des Torwartes ist zu beachten:

- Anpassung Stellungsspiel
- Spielnahe Distanzen
- Spielnahe Belastungen der Athletik (Torhüter kann mehr Bälle mit 100% gehen)
- Einfacheres wechseln bei 3 Keeper
- Entscheidungsfindung permanent anders



Torwartanalysen im Bereich Mannschaftstraining

Positiv:

- Miteinander statt Gegeneinander
- Torwarttrainer Analysiert die relevanten Torwartaktionen die den Cheftrainer betreffen
 - Zuerst mit dem Cheftrainer
 - Zweiter Line vor der Mannschaft

Negativ:

- Es darf nicht passieren das der Mannschaftstrainer Fehler von Feldspielern vertuschen versucht
- Es darf nicht sein, das der Torwarttrainer Fehler vom Torhüter vertuschen versucht

Beispiel 1 Torwartanalyse



Spielanalyse SC Kalsdorf

Torspieler: Lukas Waltl
Gegner: WAC Am.
Ergebnis: 2:0 Niederlage
Witterung: Gut Boden In Ordnung
Gesamtbewertung: Befriedigend
Datum: 09.03.2020

Fußtechnik **Note:2**

Bemerkung:

Vom Aufwärmen weg, außer der Abstoß alles ok. Die meisten Bälle wären zu verarbeiten gewesen. Für Spieler Fehler kannst du nichts und solche Dinge kann man auch nicht ändern. Du hast auch versucht, andere Spieler anzuspielen, aber auch diese haben nicht gut ausgesehen. Ebenso zweite Bälle wurden nicht gewonnen.



Coaching: **Note:2**

Bemerkung:

War in Ordnung. In diesem Spiel waren nicht alle 11 am Platz Mental und da ist coachen auch schwer.
Die Art und weiße auch im Ausdruck und der Sinnhaftigkeit war gut

Big Save Moments:

2 Mal im Abdruck überragend gehalten

Development Moments: (Entwicklungsmomente)

Stellungsspiel in vielen Phasen auch in Wettbewerbssituationen umgesetzt.

Wichtigste Entwicklungsmoment war aber mental, du hast dich nicht mehr ablenken lassen von Dingen, die du nicht verändern kannst.

Allgemeine Anmerkung:

Dein Spiel war bis auf das Gegentor eins absolut in Ordnung.

Die Entwicklung war sichtbar und das ist wichtig!

Als Team haben wir aber leider mental, athletisch und technisch taktisch nicht mithalten können.



Torwarttechniken **Note:2**

Bemerkung:

Toller Save zu Beginn, mit überragendem Luftstand.
Fehler beim ersten Gegentor mit der Gegenbewegung. Derzeit International ein häufiger Fehler.
Toller Save nach der Elfmeter Situation.
Gute Aktionen auch in der Raumverteidigung danach

Taktik: **Note:2**

Bemerkung:

Fußtechnisch gut, du warst einer der Wenigen der Versuch hat Vorgaben umzusetzen. Die Bälle waren auch in der Tempo Steuerung Entlastung und tempo machen für dieses Spiel gut.



GPS-Daten Analyse



Beispiel 1 Torwartanalyse mit Verbesserungsanalyse/Fehleranalyse

VERBESSERUNG RAUMVERTEIDIGUNG



Fehleranalyse Spiel GAK 1902

GEGENTOR 2:2 FEHLER SPIELAUFBAU

Für mich ist bei diesem Gegentor, dass die Entscheidungsfindung diesen Ball zu spielen, Einfach nicht zu 100% richtig war. Die Fehlerbeteiligung ist hier definitiv sehr vorhanden. Ebenso muss man sagen, das du diese Entscheidung getroffen hast, somit einen Spieler (Sven) in einer Druckphase unter Druck gebracht hast. Aus den letzten Spielen heraus Ersichtlich ist ja auch das Sven nicht über 90 Minuten sein hohes Level halten kann. All diese Faktoren bringen mit sich, dass ich sage dieser Ball darf nicht geworfen werden, Nebenbei auch noch recht ein riesen Entlastungsraum frei ist! Das er den Pass nach rechtsspielen kann, ja stimmt! Das der zweite Zweikampf verloren wird, Ja stimmt auch, aber dies alles musste nicht sein! Der GAK war in dieser Phase einfach schon Zu stark

Big Save 1 gegen 1

Rene Stampler

30.08.2018

Block war für mich genauso, wie wir ihn besprechen Lange oben geblieben durchgezogen maximaler Wille



4 Gegenspieler sind direkt im Umfeld von 3 Metern



Für mich der perfekt Anspielbare Spieler mit deiner Technik



Kontakt Daten

- **Kontakt Daten**
- Rene Stampler
- rene.stampler@icloud.com

Danke für Eure Aufmerksamkeit