

**Jetzt anmelden!**

# Workshop für Trainer/innen

**12. bis 14. August 2022 in Malente**

Name, Vorname:

Straße:

PLZ, Ort:

Telefon:

E-Mail:

Mitgliedsnummer:

Bin kein Mitglied:

Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten zwecks Bildung von Fahrgemeinschaften an andere Teilnehmer weitergegeben werden dürfen.

Ja

Nein

Die Anmeldung ist verbindlich. Eine Stornierung ist ausgeschlossen.

Anmerkung:

Abweichende Rechnungsanschrift:

Ort, Datum, Unterschrift:

**Anmeldung per Post oder E-Mail an:**

VDTT-Geschäftsstelle · Am Kirschbach 12  
99428 Weimar · E-Mail: hamrik@vdttd.de

**Ansprechpartner vor Ort:**

Holger Krützfeldt · Geschwister-Scholl-Ring 25  
23701 Eutin · E-Mail: holger.kruetzfeldt@t-online.de  
Tel.: 04521-798 304

## Tagesablauf

### Freitag, 12.8.2022

- bis 15.45 Uhr Anreise der Teilnehmer/innen
- 16.00 Uhr Begrüßung  
Organisatorische Angelegenheiten  
anschließend
- 16.15-17.45 Uhr **Theorie – Einführung in das Thema:**
- Abwehrspiel generell
  - Abwehrsysteme
  - Materialkunde
- 17.45/18.00 Uhr Abendessen
- 19.00-21.00 Uhr **Praxis – Ausbildung eines Abwehrspielers**
- Erste Schritte: Methodische Hinführung
  - Technik: seitliche Beinarbeit
  - Technik: Besonderheiten des Schupfspiels
  - Technik: Beidseitige Abwehr
  - Problemorientiertes Training: Impliziertes Lernen

### Samstag, 13.8.2022

- 09.15-11.45 Uhr **Vorstellung/Vorführung:**  
**Rosalia Behringer, geb. Stähr**
- Werdegang zur Abwehrspielerin,
  - Abwehrsystem, Stärken-Schwäche-Analyse
  - Balleimerzuspiel/-technik
  - Übungsdesign
  - Bedeutung des Aufschlagspiels
- 12.00/12.15 Uhr Mittagessen
- 14.30-17.00 Uhr **Praxis:**
- Athletische Komponenten
  - Technik: vor-zurück- Beinarbeit
  - Abwehr-Spezialtechniken/  
Einsatz von Schnittwechsel
  - Agieren vom Wechsellpunkt
  - Taktik/Wettkampfformen
- 17.45/18.00 Uhr Abendessen
- 19.00-21.00 Uhr **Angriffstaktiken gegen Abwehr/  
Material und spezielle Techniken**

### Sonntag, 14.8.2022

- 09.15-12.00 Uhr
- Kreativität trainieren
  - Spielerische Trainings-/Wettkampfformen
  - Ausblick
- Abschlussbesprechung
- 12.00/12.15 Uhr Mittagessen
- Abreise der Teilnehmer/innen



# VDTT-Workshop

**Das Abwehrspiel –  
vom Beginner bis zum Könner**

**12. bis 14. August 2022**

**Daniel & Rosalia Behringer**

(Landestrainer TTVN & Bundesligaspielerin - Abwehr)

Sport- und Bildungszentrum  
23714 Bad Malente-Gremsmühlen

# Die Referent/innen



## DANIEL BEHRINGER

Diplomtrainer. 14 Jahre Landestrainer in Baden-Württemberg, einige Jahre Assistententrainer beim DTTB im Bereich der Schüler. Seit Mai 2022 tätig als Landes-trainer für den TTV Niedersachsen mit Arbeitsschwerpunkt auf dem männlichen (Nachwuchs-) Bereich. Sowohl in Baden-Württemberg als auch in Niedersachsen habe ich Abwehrspielsysteme mit ausgebildet bzw. in Niedersachsen übernommen. Meine Erfahrungswerte hierzu gebe ich sehr gerne im Kreise von interessierten Trainern weiter.



## ROSALIA BEHRINGER

geb. Stähr

B-Lizenz-Trainerin. Mehrjährige Erst- und Zweitligaspielerin. Zuletzt als Bundesligaspielerin beim SV Böblingen, wo sie mit Qianhong Gotsch eine Weltklasse-Abwehrspielerin in der Mannschaft hatte, die ihresgleichen sucht. „Von Hongi habe ich als bereits ausgebildete Abwehrspielerin noch sehr profitieren können“. Im Alter von elf Jahren wurde Rosalia beim TTV Niedersachsen von Angriff aus Abwehr „umgestellt“. Was danach folgte, war der Weg bis hin zum Damen-Bundeskader des DTTB. Ihre eigenen Erfahrungen und Gedanken hinsichtlich der Ausbildung und Entwicklung des Abwehrspiels teilt sie beim Trainerworkshop sehr gerne mit.



Sport- und Bildungszentrum

# VDTT-Workshop

## Themenbeschreibung und Inhalte

### TEIL 1:

Zu Beginn werden die unterschiedlichen Abwehrspielsysteme erläutert - denn Abwehr ist nicht gleich Abwehr. Oft heißt es, dass Abwehrspieler eigene Typen sind – vom Typ her meist etwas passiver und zurückhaltender. Doch gerade umgekehrte Charaktereigenschaften offenbaren sich bei vielen Spieler\*innen als sehr erfolgsversprechend. Im Anschluss daran geht es um einen theoretischen Einblick bei der Ausbildung von Abwehrspielern im Anfängerstadium und um das Thema der Materialkunde. Denn die Entscheidung, kurze oder lange Noppen zu wählen, ist im Gegensatz zu oben doch sehr häufig abhängig vom Typ.

### TEIL 2:

In der Praxis wird ein methodischer Weg aufgezeigt, wie Abwehrspielsysteme geschult und aufgebaut werden können. Dabei spielen die Beinarbeits- und Schlagtechniken hier eine übergeordnete Rolle. Im Hinblick auf eine problemorientierte Trainingssteuerung liegt der Schwerpunkt auf einem sehr selbständigen und zusätzlich sehr motivierenden Training. Insbesondere taktische Spiel- und Wettkampfformen werden hier mit einfließen.

### TEIL 3:

Werdegang einer Abwehrspielerin vom Anfänger bis hin in den Damenbundeskader - Rosalia schildert ihren persönlichen Weg zur erfolgreichen Abwehrspielerin und erläutert dabei aufgetreten Probleme und tauscht ihre Erfahrungswerte dazu aus. Ebenso soll eine Frage-Antwort-Runde mit den anwesenden Trainern Aufschluss darüber geben, wie der leistungssportliche Aufbau zur Abwehrspielerin, aber auch bei anderen Spielsystemen aussieht und welche Hindernisse es zu überwinden gilt.

### TEIL 4:

Neben der technischen Erweiterung der Beinarbeit „vor-zurück“, wird auch dem Kreativitätstraining große Bedeutung beigemessen. Denn Kreativität kann trainiert werden! Wie das aussieht, soll an einer Reihe interessantester Beispielübungen dargestellt werden. Gerade Abwehrspieler bringen meist ein

# Das Abwehrspiel

hohes Maß an Kreativität mit und daher für „Kreativitätstraining“ prädestiniert. Nicht zuletzt, weil sie sowohl Angriff- und Abwehrtechniken beherrschen müssen können sie zwischen vielen Taktiken auswählen und darüber hinaus auch (kreative) Spezialtechniken am Tisch einsetzen. Abschließend werden noch Taktiken „gegen“ das Abwehrspiel behandelt. Einerseits um der angreifenden Seite Möglichkeiten aufzuzeigen, wie man erfolgreich gegen das Abwehr spielt. Andererseits soll es dem Abwehrspieler auch deutlich machen, womit er sich beschäftigen muss, um eben auch zukünftig erfolgreich zu bleiben.

## Weitere Informationen

- Die Teilnehmeranzahl ist auf 18 Plätze begrenzt.
- Kosten für VD TT-Mitglieder 198,- € und für Nichtmitglieder 228,- € inkl. Übernachtung und Vollpension. Übernachtung ist nur in Doppelzimmer möglich. Es stehen eine begrenzte Zahl an EZ, bei einem Aufschlag von 30 € zur Verfügung.
- Der Workshop wird von allen Mitgliedsverbänden des DTTB als Fortbildungsmaßnahme zur Verlängerung der C- und B-Trainerlizenz anerkannt. Empfohlen wird trotzdem die vorherige Rücksprache mit dem Ressortverantwortlichen des jeweiligen Verbandes.
- Anmeldung per Post oder E-Mail an:  
VD TT-Geschäftsstelle · Am Kirschbach 12  
99428 Weimar · E-Mail: hamrik@vdt t.de  
Ansprechpartner vor Ort:  
Holger Krützfeldt Geschwister-Scholl-Ring 25  
23701 Eutin · E-Mail: holger.kruet zfeldt@t-online.de  
Tel.: 04521-798 304
- Anmeldeschluss ist der 31.07.2022
- Lehrgangsort: Sport- und Bildungszentrum  
Eutiner Straße 45 · 23714 Bad Malente-Gremsmühlen  
Telefon: 04523 – 98 44 10 · Fax: 04523 – 98 44 20  
E-Mail: sbz@lsv-sh.de / www.lsv-sh.de (auf Link SBZ)
- **Corona-Hygienekonzept:**  
**Es gelten die allgemeinen Abstands- und Hygieneregeln.**