

Wie werden Rotations-Trainingsübungen in der Praxis angeboten?

Praxistipps zum Ablauf des Futsal-Rotationstrainings. Diese Hinweise sind für alle Spielsysteme gültig.

- Eine Rotation wird eingeschliffen und die Spieler werden schnell unkonzentriert. Fordere deine Spieler immer wieder auf, volle Leistung auch im Training abzuliefern.
- Eine Rotation wird von vier Feldspielern durchgeführt. Im Training helfen dir dabei zwei Vierer-Teams. Sind dann immer noch Spieler übrig, sollten diese technischen Aufgaben beschäftigt werden oder ein kleines Spiel ausführen.
- Eine Rotation kann mit Gegenspielern trainiert werden, die sich zunächst passiv verhalten. Dies wird schnell langweilig, du solltest häufiger Rotations-Spieler gegen Abwehrspieler austauschen. Werden die Verteidiger aktiv, wirst du schnell das nächste Problem erkennen. Sie kennen die Bewegungsmuster, die trainiert werden und verhalten sich dann nicht so, wie ein normaler Verteidiger dies tun würde. Der Vorteil dabei ist, dass die Angreifer noch kreativer Spielsituationen lösen können.