

A-Trainer 2014 meets PET 2014/2015 beim PET-Sommer-LG in Mülheim an der Ruhr

PET-LG: Ausbildung, gemeinsames Arbeiten, Teambuilding
Saisonvorbereitung

Mittwoch, 02.07.2014

Nr	Thema	Details	Uhrzeit	Trainer	Bemerkung
1	Anreise		bis 17.00 Uhr		Abholung am Bahnhof: TWI, BGE, JCV: 16.14 Uhr
2	Begrüßung/Einstimmung	Orga/Einführung/Ziele	17.00-17.15 Uhr	MH, MB, TW, DS	Unterschriftenliste (DS)
3	Mentaltraining		17.15-18.15 Uhr	M. Anderten	
4	Abendessen		18.30 Uhr		
5	Teamspiel		20.00-20.20 Uhr	DS	
5	Anwendungstraining	Key-Play (disziplinspez.) in Spielformen	20.20-22.00 Uhr	MH, (MB, TW, DS)	
6	Bettruhe	Licht aus	23.15 Uhr		

Donnerstag, 03.07.2014

Nr	Thema	Details	Uhrzeit	Trainer	Bemerkung
7	Frühstück		7.30 Uhr		
8	Disziplintraining (DS/TW) / Athletik (MB) / Saisonplanung (MH)	Thema: Schlagsicherheit Einzel: MWE, DPE, SWA, HGE, JVO, PSC, LUH, YLI, JPE, JKU Doppel: BGE, DSE, JFM, JVÖ, EJA	Doppel: 9-10.45 Uhr: Halle 11.15-12.45 Uhr: Athletik Einzel: 9-10.30 Uhr: Athletik 11-12.45 Uhr: Halle	MH, MB, DS, TW	BSP I: 9-11 (2 Felder) BSP II: 9-10.45 (3 Felder)
10	Mittagessen		13.15 Uhr		
11	2vs1	individuelle Keyplays	15.30 bis 17.30 Uhr	MH, MB, DS, TW	BSP I: 15.15 - 17.30 (2 Felder) TSTF: 15.00 - 18.00 (2 Felder) BSP II: 17.30 - 19.30 (3 Felder) Einteilung der 3er Gruppen durch TW
12	Abendessen		18.15 Uhr		
13	Briefing DBV-Trainer - A-Trainer	Ziele/Ablauf PET (allg.) und PET (LG) Individualtraining Prüfungen	19.00-20.00 Uhr	MH, (MB, TW)	
14	Anwendungstraining	Spielformen zum Thema "Schlagsicherheit"	20.00-22.00 Uhr	MH, MB, DS, TW	
15	Bettruhe	Licht aus	23.15 Uhr		

Freitag, 04.07.2014

Nr	Thema	Details	Uhrzeit	Trainer	Bemerkung
16	Frühstück		ab 7.00 Uhr		
17	Individualtraining		8.30-13.00 Uhr	MH, MB, TW, SB	
18	Mittagessen		13.30 Uhr		
19	Ballmaschine "Zuwurf"		15.00-16.30 Uhr	MH, MB, TW, SB	
20	U11-Stützpunktraining Mülheim		16.00-18.00 Uhr	Reichstein, Lange, Reuter, Stern	
21	offene Individualgespräche	für A-Trainer	16.30-18.00 Uhr	SB	
22	Disziplintraining	Thema: Speed	16.45-17.45 Uhr	MH, MB, TW	
23	Abendessen (Pizzataxi)	WM: GER vs FRA	18.00 Uhr	MH, MB, TW	Beamer in der Halle vorbereiten
24	Anwendungstraining	Spielformen zum Thema "Speed"	20.00-21.45 Uhr	MH, MB, TW	
	Cool Down		21.45-22.15 Uhr	Kindervater, Theobald	
25	Bettruhe	Licht aus	23.15 Uhr		

Samstag, 05.07.2014

Nr	Thema	Details	Uhrzeit	Trainer	Bemerkung
26	Frühstück		ab 7.30 Uhr	-	
27	Individualtraining		zwischen 8.30 und 13.00 Uhr	MH, TW, SB	
28	Mittagessen		13.30 Uhr	MH, MB, TW	
29	Ballmaschine "Zuspiel"		15.00-16.30 Uhr	MH, MB, TW, SB	
30	Disziplintraining	Thema: Qualität in den Basics	16.45-17.45 Uhr	MH, MB, TW	
31	Abendessen		18.30 Uhr	MH, MB, TW	
32	Anwendungstraining	Spielformen zum Thema "I-IV"	20.00-22.00 Uhr	MH, MB, TW	
	Cool Down		21.45-22.15 Uhr	Konon, Winkelmann	
25	Betruhe	Licht aus	23.15 Uhr		

Sonntag, 06.07.2014

Nr	Thema	Details	Uhrzeit	Trainer	Bemerkung
33	Frühstück		ab 7.30 Uhr	-	Zimmer räumen bis 8.45 Uhr
34	Disziplintraining	Thema: I - IV	9.00-10.30 Uhr	MH, MB, TW	
35	Vorbereitung für Formel Eins	Parcour entwerfen/aufbauen	10.30-11.00 Uhr	MH, MB, TW	
36	offene Individualgespräche	für A-Trainer	10.30-11.45 Uhr	MH, MB, TW	
37	Formel 1		11.00-11.45 Uhr	MH, MB, TW	
38	Cool-Down		11.45-12.10 Uhr		
39	Formel I-Parcour abbauen		11.45-12.10 Uhr	MH, MB, TW	
40	Abschlussbesprechung PET-Spieler		12.10-12.20 Uhr	MH, MB, TW	
41	Abschlussbesprechung A-Trainer		12.20-12.45 Uhr	MH, MB, TW	
42	Abreise		ab 13.30 Uhr	MH, MB, TW	Bahnhof:

A-Trainer 2014 meets PET 2014/2015

beim PET-Sommer-LG vom 02.-06.07.2014 in Mülheim/Ruhr




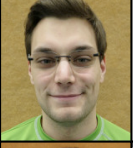


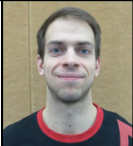


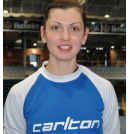
Individualtraining - FREITAG, den 04.07.2014 zwischen 8.30 und 13.00 Uhr








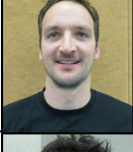


Keyplay:

Wie zwingt ich den Gegner in dieser Spielsituation zu einem Fehler oder dazu, den Ball in meinen Stärkenbereich zu spielen?

Inhalte:

Technik/Taktik a) einfach, b) geringe Intensität, c) komplex
 -> Planung machen, aber flexibel reagieren können!
 -> Schwerpunkte setzen. Qualität vor Quantität! (lieber weniger Themen mit hoher Qualität als alles einmal anzureißen)

Nr	Name Trainer(in)	Bild	Name Spieler(in)	Disziplin	Trainingsinhalte
1	Berndt, Alexander		Gerberich / Voigt	HE	a) Keyplay Abwehr und neutrales bis defensives Netzspiel (Midcourt bis erweitertes Vorderfeld) - Übergang in 50/50 schaffen b) Lesen und Lösen von unterschiedlichen Drucksituationen im Hinterfeld (viel bis wenig Zeit) - Fokus auf Variation
2	Buijze, Sebastian		Heim, Luise	DE	a) Lösungen (Lauf und Schlag) bei mittleren Drucksituationen im Hinterfeld (mittel bis wenig Zeit); Schwerpunkt: Lösungen aus der hinteren Vorhand-Ecke - Fokus auf Variation b) Keyplay Abwehr und neutrales bis defensives Netzspiel (erweitertes Vorderfeld)
3	Buss, Kim		Li / Janssens	DD	a) offensiver Übergang - Zug zum Netz aus der Abwehr b) Nachbereitung der eigenen Schläge - Tempokontrolle
4	Dieckhoff, Lukas		Wang / Scheiel	HE	a) Keyplay Hinterfeld-Angriff (Qualität, Härte, Variabilität, Platzierung, Ansatzlosigkeit, Nachbereitung, Geduld) b) Spielaufbau über Tempowechsel Beine
5	Diehl, Ella		Li, Yvonne	DE	a) Variation/Gefährlichkeit am Netz - Fokus auf frühe Treffpunkte b) Konterlösungen unter Druck über kurze Schlagbewegungen
6	Emrich, Sandra		Petrikowski, Judith	DE	a) defensives Laufen - netzferne Lösungen + Nachbereitung b) Variation aus den hinteren Ecken
7	Gruss, Fabian		Matulat / Völker	HD	a) Angriffssystem "variabler Angriff" auf akustisches Signal (Qualität, Härte, Variabilität, Platzierung, Ansatzlosigkeit, Nachbereitung) b) Keyplay I bis IV c) Lesen & Lösen als Vorderfeldspieler in Angriffssituationen. Umschalten von "hart wollen" auf Kontrolle.
8	Hoffmann, Daniel		Janssens	DD	a) II u IV: Erarbeiten von positiven Keyplays in Annahme von kurzen Aufschlägen und entsprechender Deckung/Nachbereitung b) II u IV: Bewegungsebene Start auf Swip-Aufschlag mit Fokus auf Sprunglösungen mit Hüftrotation (auch bei Aufschlägen von rechts auf die 6) c) Rückhand-Clear seitlich und hinterm Körper zur Vermeidung von negativem Keyplay "Rückhand unter Druck ans Netz lösen"
9	Kindervater, Ingo		Geiss / Seifert	HD	a) Keyplay Hinterfeld-Angriff (Qualität, Härte, Variabilität, Platzierung, Ansatzlosigkeit, Nachbereitung) bei "variablem Angriff" mit <u>Schwerpunkt: explosive Beinarbeit</u> (Start, Landung, Rhythmus) und Schlaghärte b) Keyplay I bis IV c) Keyplay Übergang. Lücken über Geschwindigkeit, Platzierung und/oder Täuschung kreieren.
10	Konon, Olga		Heim, Luise	DE	a) Keyplay Netz: Schnitt, netznah in die Feldmitte, cross-Lösungen über frühe Treffpunkte b) Variation aus der Links-von-Kopf-Ecke

11	Lange, Fabian		Geiss, Bjarne	HD	a) Beinarbeit Hinterfeld mit variablen Schlaglösungen. <u>Schwerpunkt Beine</u> : Sprünge, Nachbereitung, Rhythmus b) sicherer regelmäßiger Aufschlag als Plan B c) Keyplay Abwehr (variable Schläge und Nachbereitung)
12	Lohau, Julian		Seifert, Daniel	HD	a) Beinarbeit Hinterfeld mit variablen Schlaglösungen. <u>Schwerpunkt Beine</u> : Sprünge, Nachbereitung, Rhythmus b) Aufschlagannahmen (Sprung u. Schrittnahme) gdH-Lösungen, Lim-Annahme c) Keyplay Abwehr (variable Schläge und Nachbereitung)
13	Mai, Michael		Matulat / Völker	HD	a) Angriffssystem "variabler Angriff" auf akustisches Signal (Qualität, Härte, Variabilität, Platzierung, Ansatzlosigkeit, Nachbereitung) b) Keyplay I bis IV c) Lesen & Lösen als Vorderfeldspieler in Angriffssituationen. Umschalten von "hart wollen" auf Kontrolle.
15	Reichstein, Sandra		Gerberich, Hannes	HE	a) Netzspiel: Gefährlichkeit entwickeln, netznahes/netzfernes Spiel, Flugkurven, Spin, Ansatzlosigkeit, Variationen b) Variation im Hinterfeld - Fokus: frühe Treffpunkte und kurze Schlagbewegung (Ansatzlosigkeit)
16	Reuter, Marcel		Peng / Weißkirchen	HE	Peng: a) Keyplay Angriff: Gefährlichkeit entwickeln, (Abschluss, Konsequenz, Nachbereitung, Schlaghärte, Tempowechsel, Ansatzlosigkeit, Variation, Geduld) Weißkirchen: a) Keyplay Abwehr/Übergang: Lesen & Lösen von 50/50-Situationen: Variationen aus der Abwehr, Ansatzlosigkeit, Treffpunkte, Nachbereitung Tempowechsel aus dem Vorderfeld, positiv-Keyplay-Lösungen
17	Schnaase, Christoph		Petrikowski, Judith	DE	a) Schlagvariation aus der hinteren Rückhand-Ecke (Neutralisation, Clear, Drive) b) situative Nachbereitung auf netznah und netzfern im Übergang/Abwehr
18	Stern, Christian		Weißkirchen, Max	HE	a) Lesen und Lösen von unterschiedlichen Drucksituationen im Hinterfeld (bei hohem Zeitdruck) b) Schwerpunkt: Neutralisieren nach unten und hinten bei hohem/mittleren Zeitdruck
19	Theobald, Jan-Christian		Wang / Voigt	HE	a) Netzspiel: Gefährlichkeit entwickeln, netznahes/netzfernes Spiel, Flugkurven, Spin, Ansatzlosigkeit, Variationen b) Lesen&Lösen von Druck am Körper
20	Wahab, Franklin		Peng, David	HE	a) Netzspiel: Gefährlichkeit entwickeln, netznahes/netzfernes Spiel, Flugkurven, Spin, Ansatzlosigkeit, Variationen, <u>frühe ruhige Null</u> b) Lösungen in der hinteren Vorhandecke - Fokus: frühe Treffpunkte, Schläge ohne Schnitt
21	Winkelmann, Daniel		Scheiel, Patrick	HE	a) Keyplay Übergang: Lesen & Lösen von verschiedenen Spielsituationen (stabiles 50/50-Spiel, neutralisieren, Geduld, Laufrhythmus, Felddeckung, Variation, netznah/netzfernes Spiel) b) Variation im Vorderfeld mit frühen Treffpunkten (ohne großen Raumverlust bei Verzögerungen)

Individualtraining PET-Lehrgang 2014 in Mülheim/Ruhr

Freitag, 04.07.2014: 8.30 - 12.50 Uhr

1. Runde 8.30 Uhr - 09.50 Uhr			2. Runde 10.00 Uhr - 11.20 Uhr			3. Runde 11.30 Uhr - 12.50 Uhr		
Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler
Berndt	Stern	Gerberich/Voigt	Bundesstützpunkttraining Dameneinzel / Damendoppel			Stern	Reuter	Weißkirchen
Reuter	Reichstein	Peng/Weißkirchen				Wahab	Berndt	Peng
Dieckhoff	Hoffmann	Wang/Scheiel	Lange*	Kindervater	Geiss	Emrich	Buss	Petrikowski
Kindervater	Winkelmann	Geiss/Seifert	Lohau	Dieckhoff	Seifert	Reichstein	Konon	Gerberich
Mai	Buijze	Matulat/Völker	Gruss	Schnaase	Matulat/Völker	Diehl	Mai	Li
Buss	Lange	Li/Janssens	Hoffmann	Wahab	Janssens	Theobald	Lohau	Wang/Voigt
Konon	Theobald	Heim	Buijze	Diehl	Heim	Winkelmann	Gruss	Scheiel
Schnaase	Emrich	Petrikowski						

* Lange: Planung, Ansagen, Korrekturen etc. / Kindervater: Praxis, weil Lange verletzt ist

A-Trainer 2014 meets PET 2014/2015

beim PET-Sommer-LG vom 02.-06.07.20104 in Mülheim/Ruhr

Individualtraining - SAMSTAG, den 05.07.2014 von 8.30 bis 12.45 Uhr

Für Doppel-Einheiten:

Literatur-Empfehlung für Trainer:

"Methodik der Doppelausbildung in der Jugend"
Powerpoint-Präsentation H.HASSE 2010

Inhalte:

Technik/Taktik a) *einfach*, b) *geringe Intensität*, c) *komplex*

-> Planung machen, aber flexibel reagieren können!

-> Schwerpunkte setzen. Qualität vor Quantität! (lieber weniger Themen mit hoher Qualität als alles einmal anzureißen)

Nr	Name Trainer(in)	Name Spieler(in)	1. Einheit	Trainingsinhalte
			2. Einheit	
1	Berndt, Alexander	Matulat	HD	a) Variabilität Hinterfeld - Platzierung/Täuschung (Jongbo, abgedreht, Schnitt) b) Keyplay Übergang: Kombinationen - 1.Geschwindigkeit-Platzierung, 2.Geschwindigkeit - Geschwindigkeit
2	Buijze, Sebastian	Peng	HE	a) Keyplay I bis IV b) Übergang: Geduld 50/50-Geduld, netznah/netzfern (longline/cross/Mitte) und Gegner drehen
		Janssens	DD	a) Erarbeiten von Situationen zum Angriffslevel 3.1 (vokal) und Klärung der Zuständigkeiten und Laufwege b) Auflösen des breiten Übergangs mit Zug zum Netz/Spekulieren ins Vorderfeld inkl. Lösung des diagonalen Laufweges auf Active Lift durch Rückhand- und Vorhand Seithand Clear
3	Buss, Kim	Völker	HD	a) Jumpsmash mit Schwerpunkt optimale Ausnutzung aller 5 Gänge (besonders Hüftstreckung) b) Abwehrsituation: Start auf Drop + aktive Schlaglösungen
4	Dieckhoff, Lukas	Kunkel	DD	a) Keyplay Übergang: Zug zum Netz aus der Abwehr/Übergang - "nicht nach hinten flüchten" b) Keyplays im Vorderfeld: Technikfokus auf Arm- und Beinrhythmus, Tempokontrolle (weiche Lösungen) aus harter Abwehr
		Gerberich	HE	a) Keyplay I bis IV b) Übergang: Geduld 50/50-Geduld, netznah/netzfern (longline/cross/Mitte) und Gegner drehen
5	Diehl, Ella	Petrikowski	DE	a) Keyplay Angriff (mittlere Zeitdrucksituation); Schwerpunkt: Varianten statt Smash/Powerplay -> verzögerter Clear, Drop-/Halfsmash-Varianten b) Netzspiel (Schnitt, Varianten, Finten) c) Keyplay I bis IV
		Weißkirchen	HE	a) Keyplay I bis IV b) Übergang: Geduld 50/50-Geduld, netznah/netzfern (longline/cross/Mitte) und Gegner drehen
6	Emrich, Sandra	Kunkel	DD	a) Keyplay Abwehr und neutrales bis defensives Netzspiel (Midcourt bis erweitertes Vorderfeld) b) Keyplay Netzspiel -> verschiedene Feld-Deckungen (verschiedene Positionen und Fußstellungen) nach Spiel am/vom Netz (inkl. Nachbereitung)
7	Gruss, Fabian	Gerberich	HE	a) Keyplay I bis IV b) Sprunglösungen im Hinterfeld mit Tempowechsel Beine
8	Käsbauer, Peter	Seifert	HD	a) aktives Hinterfeld - Schwerpunkt Explosivität Beine und situative Nachbereitung b) Keyplay Übergang: Kombinationen spielen - 1.Geschwindigkeit-Platzierung, 2.Geschwindigkeit - Geschwindigkeit
		Völker	HD	a) Jumpsmash mit Schwerpunkt optimale Ausnutzung aller 5 Gänge b) Keyplay Übergang: Kombinationen - 1.Geschwindigkeit-Platzierung, 2.Geschwindigkeit - Geschwindigkeit
9	Kindervater, Ingo	Seifert	HD	a) Keyplay Netzspiel -> verschiedene Feld-Deckungen (verschiedene Positionen und Fußstellungen) nach Spiel am/vom Netz mit Nachbereitung am Netz bzw. im Hinterfeld und variablen Schlag-/Lauflösungen b) Keyplay Abwehr und neutrales bis defensives Netzspiel (Midcourt bis erweitertes Vorderfeld)
10	Konon, Olga	Li	DE	a) Keyplay Angriff (mittlere Zeitdrucksituation); Schwerpunkt: Varianten statt Smash/Powerplay -> verzögerter Clear, Drop-/Halfsmash-Varianten b) Netzspiel (Schnitt, Varianten, Finten) c) Keyplay I bis IV
11	Lange, Fabian	Scheiel	HE	a) Keyplay I bis IV b) Übergang: Geduld 50/50-Geduld, netznah/netzfern (longline/cross/Mitte) und Gegner drehen
12	Lohau, Julian	Wang	HE	a) Keyplay I bis IV b) Übergang: Geduld 50/50-Geduld, netznah/netzfern (longline/cross/Mitte) und Gegner drehen
		Peng	HE	a) Netzspiel: Gefährlichkeit entwickeln, netznahes/netzfernes Spiel, Flugkurven, Spin, Ansatzlosigkeit, Variationen b) Druck am Körper über kurze Schlagbewegungen lösen
13	Mai, Michael	Wang	HE	a) Keyplay Angriff: Gefährlichkeit entwickeln über Variationen, Ansatzlosigkeit, Schlagrhythmus und Tempowechsel (inkl. Nachbereitung) b) Netzspiel: Gefährlichkeit entwickeln, netznahes/netzfernes Spiel, Flugkurven, Spin, Ansatzlosigkeit, Variationen
14	Reichstein, Sandra	Voigt	HE	a) Keyplay I bis IV b) Übergang: Geduld 50/50-Geduld, netznah/netzfern (longline/cross/Mitte) und Gegner drehen
15	Reuter, Marcel	Scheiel	HE	a) Keyplay I bis IV b) Übergang: Geduld 50/50-Geduld, netznah/netzfern (longline/cross/Mitte) und Gegner drehen

16	Schnaase, Christoph	Geiss	HD	a) Keyplay Abwehr und neutrales bis defensives Netzspiel (Midcourt bis erweitertes Vorderfeld) b) Keyplay Netzspiel -> verschiedene Feld-Deckungen (verschiedene Positionen und Fußstellungen) nach Spiel am/vom Netz (inkl. Nachbereitung)
		Li	DE	a) Neutralisieren und nach-hinten-Kontern aus mittleren Drucksituationen und Defensiv-Situationen im Hinter- und Mittelfeld b) Netzspiel (Schnitt, Varianten, Finten) c) Laufrythmus ganzes Feld (schneller Start, große Schritte zum Ball, reaktive Landung, ruhig Reingleiten....)
17	Schöttler, Johannes	Geiss	HD	a) Aktives Hinterfeld - Schwerpunkt Beinarbeit (Starten, Nachbereitung, Rhythmus) b) Keyplay Übergang: Kombinationen - 1.Geschwindigkeit-Platzierung, 2.Geschwindigkeit - Geschwindigkeit
		Matulat	HD	a)Variabilität Hinterfeld - Platzierung/Täuschung (Jongbo, abgedreht,Schnitt) b) Keyplay Übergang: Kombinationen - 1.Geschwindigkeit-Platzierung, 2.Geschwindigkeit - Geschwindigkeit
18	Stern, Christian	Petrikowski	DE	a) Neutralisieren und nach-hinten-Kontern aus mittleren Drucksituationen und Defensiv-Situationen im Hinter- und Mittelfeld b) Netzspiel (Schnitt, Varianten, Finten) c) Laufrythmus ganzes Feld (schneller Start, große Schritte zum Ball, reaktive Landung, ruhig Reingleiten....)
19	Theobald, Jan-Christian	Janssens	DD	a) Keyplay Abwehr und neutrales bis defensives Netzspiel (Midcourt bis erweitertes Vorderfeld) b) Keyplay Netzspiel -> verschiedene Feld-Deckungen (verschiedene Positionen und Fußstellungen) nach Spiel am/vom Netz (inkl. Nachbereitung)
20	Wahab, Franklin	Weißkirchen	HE	a) Keyplay I bis IV b) Keyplay Abwehr/Übergang: Lesen & Lösen von 50/50-Situationen: Gegner aus der Abwehr drehen + Nachbereitung inkl. Tempowechsel (Beine und Schläger)
21	Winkelmann, Daniel	Voigt	HE	a) Keyplay I bis IV b) Keyplay Abwehr/Übergang: Lesen & Lösen von 50/50-Situationen: Gegner aus der Abwehr drehen + Nachbereitung inkl. Tempowechsel (Beine und Schläger)

Individualtraining PET-Lehrgang 2014 in Mülheim/Ruhr

Samstag, 05.07.2014: 8.30 - 12.45 Uhr

1. Runde 8.30 Uhr - 09.30 Uhr			2. Runde 09.35 Uhr - 10.35 Uhr		
Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler
Buijze	Konon	Peng	Buss	Stern	Völker
Dieckhoff	Buss	Kunkel	Gruss	Winkelmann	Gerberich
Diehl	Theobald	Petrikowski	Kindervater	Berndt	Seifert
Reuter	Winkelmann	Scheiel	Konon	Buijze	Li
Lohau	Stern	Wang	Lange	Wahab	Scheiel
Schnaase	Reichstein	Geiss	Mai	Schnaase	Wang
Berndt	Kindervater	Matulat	Reichstein	Diehl	Voigt

3. Runde 10.40 Uhr - 11.40 Uhr			4. Runde 11.45 Uhr - 12.45 Uhr		
Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler
Schöttler	Mai	Geiss	Schöttler	Dieckhoff	Matulat
Käsbauer, P.	Gruss	Seifert	Käsbauer, P.	Lange	Völker
Buijze	Buss	Janssens	Wahab	Lohau	Weißkirchen
Dieckhoff	Lange	Gerberich	Stern	Mai	Petrikowski
Diehl	Reichstein	Weißkirchen	Theobald	Kindervater	Janssens
Emrich	Berndt	Kunkel	Schnaase	Emrich	Li
Lohau	Konon	Peng	Winkelmann	Reuter	Voigt

PET-LG 2014 in Mülheim an der Ruhr

Multishuttle "Zuwurf": Freitag, 04.07.2014

Gruppe 1 (15.00-15.30 Uhr)				Gruppe 2 (15.30-16.00 Uhr)				Gruppe 3 (16.00-16.30 Uhr)			
Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Themen*	Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Themen*	Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Themen*
Diehl	Mai	Scheiel	DD: 1 oder 4, 3, 5	Konon	Diehl	Matulat	HD: 4, 3	Mai	Konon	Matulat	HD: 4, 5
Winkelmann	Dieckhoff	Peng	HE: 4, 2	Theobald	Winkelmann	Peng	HE: 4, 1	Dieckhoff	Theobald	Heim	DE: 4, 2, 1
Richter	Emrich	Völker	HD: 4, 3, 5	Pongratz	Richter	Janssens	DD: 1, 3	Emrich	Pongratz	Janssens	DD: 4, 5
Reichstein	Buijze	Wang	HE: 4, 2	Hoffmann	Reichstein	Wang	HE: 4, 1	Buijze	Hoffmann	Weißkirchen	HE: 4, 2, 1
Kindervater	Wahab	Li	DE: 4, 2	Lohau	Kindervater	Li	DE: 4, 1	Wahab	Lohau	Petrikowski	DE: 4, 2, 1
Schnaase	Gruss	Gerberich	HE: 4, 2	Stern	Schnaase	Gerberich	HE: 4, 1	Gruss	Stern	Seifert	HD: 4, 3, 5
Reuter	Berndt	Geiss	HD: 4, 3	Buss	Reuter	Geiss	HD: 4, 5	Berndt	Buss	Voigt	HE: 4, 2, 1
Mai, Wahab, Gruss						PSC,LUH,JVÖ,MWE, JPE,DSE,JVO	Kaiserduell- Spielformen				

** laut Prüfungsanforderungen *Zuwurf-Multishuttle*

Multishuttle "Zuspiel": Samstag, 05.07.2014

Gruppe 1 (15.00-15.30 Uhr)				Gruppe 2 (15.30-16.00 Uhr)				Gruppe 3 (16.00-16.30 Uhr)			
Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Themen*	Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Themen*	Chef-Trainer	Co-Trainer	Spieler	Themen*
Winkelmann	Gruss	Wang	HE: 4, 2, 1	Reuter	Winkelmann	Scheiel	HE: 4, 2	Gruss	Reuter	Scheiel	HE: 4, 1
Schöttler	Emrich	Janssens	DD: 2 oder 6, 3, 5	Reichstein	Schöttler	Völker	HD: 2, 3	Emrich	Reichstein	Völker	HD: 5, 6
Theobald	Diehl	Gerberich	HE: 4, 2, 1	Mai	Theobald	Seifert	HD: 2, 3	Diehl	Mai	Seifert	HD: 5, 6
Stern	Dieckhoff	Petrikowski	DE: 4, 1	Lohau	Stern	Petrikowski	DE: 4, 2	Dieckhoff	Lohau	Geiss	HD: 2 oder 6, 3, 5
Wahab	Buss	Li	DE: 4, 2, 1	Konon	Wahab	Weißkirchen	HE: 4, 2	Buss	Konon	Weißkirchen	HE: 4, 1
Schnaase	Buijze	Peng	HE: 4, 2, 1	Kindervater	Schnaase	Voigt	HE: 4, 2	Buijze	Kindervater	Voigt	HE: 4, 1
Richter	Berndt	Kunkel	DD: 5, 6	Käsbauer, P.	Richter	Kunkel	DD: 2, 3	Berndt	Richter	Matulat	HD: 2 oder 6, 3, 5
Berndt, Emrich, Buss						JFM,DPE,YLI SWA,HGE, BGE	Kaiserduell- Spielformen				

** laut Prüfungsanforderungen *Zuspiel-Multishuttle*

Anmerkung zur Ballmaschine Nr. 2:

Die Drive-Ballmaschine soll disziplinspezifisch für Einzel und Doppel erfolgen.

1) **regelmäßiges und variables Uh-/Sh-Zuspiel von einer Seite aus dem Vorder-/Mittelfeld (Einzel)**

Rhythmus-Ballmaschine Einzel ganzes Feld

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Bewegen und Schlagen auf dem ganzen Feld	
	- Laufrhythmus	
	- Lesen & Lösen von unterschiedlichen Druck- und Spielsituationen	
Focus beim Zuspiel liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Präzision	
	- Rhythmus	
	- unterschiedliche Bewegungs- und Handlungsaufgaben herstellen	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

2) **regelmäßiges und variables Sh-/Üh-Zuspiel von einer Seite aus dem Mittelfeld (Doppel)**

Drive-Ballmaschine Doppel halbes Feld

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Sh-/Üh-Drive, -Push, -Block	
	- schnelles Schlägerhandling / Racketspeed und Handwechselfeld	
Focus beim Zuspiel liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Präzision (flach, regelmäßig bzw. variabel in den Vh-/Rh-/Sh-/Üh-Bereich)	
	- Frequenz	
	- angemessene Schlaghärte	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

3) **variables Sh-/Uh-Zuspiel aus dem hinteren Mittelfeld/vorderen Hinterfeld (Mixed)**

Vorderfeld-Ballmaschine Mixed für die Dame

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Deckungsmuster	
	- Schlagrhythmus im Vorderfeld	
	- situativer Einsatz von Netzsprüngen	
	- Lesen & Lösen von unterschiedlichen Drucksituationen als Mixed-Dame	
Focus beim Zuspiel liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Frequenz	
	- Rhythmus	
	- Ansatzlosigkeit & Variabilität	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

4) **regelmäßiges und variables Ük-/Üh-Zuspiel von einer Seite aus dem hinteren Mittelfeld/vorderen Hinterfeld (Einzel)**

Smash-/Drop-Abwehr-Ballmaschine Einzel ganzes Feld

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- defensive Laufarbeit im Mittel- und Vorderfeld im Einzel	
	- variable Schlagtechnik im Mittelfeld (bei Smash) und im Vorderfeld (bei Drop) im Einzel	
	- Lesen & Lösen von unterschiedlichen Druck- und Spielsituationen (Abwehr) im Einzel	
Focus beim Zuspiel liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Präzision (Smash an die Linien / Flugkurve und Platzierung des Drop)	
	- Schlaghärte beim Smash	
	- Schlagsicherheit	
	- Ansatzlosigkeit & Variabilität	
	- Rhythmus	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

5) **regelmäßiges und variables Üh-/Ük-Zuspiel von einer Seite aus dem hinteren Mittelfeld Mittelfeld/vorderen Hinterfeld (Doppel)**

Smash-Abwehr-Ballmaschine Doppel halbes Feld

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Smashabwehr im Doppel	
	- schnelles, sicheres Schlägerhandling bei Smash auf verschiedene Punkte/"Uhrzeiten"	
	- Automatisieren von sinnvollen taktischen Mustern (z.B. 1. hoch, 2. Konter + Üh-/Ük-Nachbereitung, 3. kurze Abwehr + Netzsprung + Nachbereitung)	
	- Schlagsicherheit und Schlagpräzision der verschiedenen Smash-Abwehr-Arten	
Focus beim Zuspiel liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Präzision	
	- Schlaghärte	
	- Frequenz	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

6) **regelmäßiges und variables Uh-/Sh-Zuspiel von einer Seite aus dem Mittelfeld (Doppel)**

Taktik-Ballmaschine für Doppel-Angriff

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Einstudieren von verschiedenen Angriff-Systemen im Doppel	
	- Lesen & Lösen verschiedener Angriff-Spielsituationen im Doppel	
	- individueller Lauf- und Schlagrhythmus in Angriffssituationen für den Hinter- und Vorderfeldspieler	
Focus beim Zuspiel liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- unterschiedliche Bewegungs- und Handlungsaufgaben in der Angriffssituation herstellen	
	- realistischer Schlagrhythmus	
	- Präzision	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

1) **regelmäßiger und variabler Uh-/Sh-Zuwurf von einer Seite aus dem Vorderfeld (Einzel und Doppel)**

Netzballmaschine im Einzel und Doppel (ganze Feldbreite oder halbes Feld)

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Automatisieren von Schlägen am/vom Netz	
	- Uh-/Uh-Ablegen (mit/ohne Finte), Schneiden, Stechen, Töten, Wischen, Drücken, Pushen	
	- kurz-cross, Swip, Lob aus verschiedenen Treffpunkten (oberhalb Netz, oben am Netz, Mitte etc.)	
	- Lesen & Lösen von unterschiedlichen Spielsituationen im Vorderfeld	
	- Nachbereitung im Einzel: nach Ablegen, Lauern und "Töten"/Wischen	
Focus beim Zuspil liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Präzision	
	- Rhythmus	
	- unterschiedliche Bewegungs- und Handlungsaufgaben herstellen	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

2) **regelmäßiger und variabler Ük-/Üh-Zuwurf von der Mitte aus dem Vorderfeld (Einzel)**

Abwehr-Ballmaschine Einzel Vorderfeld (ganze Feldbreite oder halbes Feld)

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- defensive Laufarbeit im Mittel- und Vorderfeld im Einzel auf Smash- und Drop	
	- variable Schlagtechnik im Mittelfeld (bei Smash) und Vorderfeld (bei Drop) im Einzel	
Focus beim Zuspil liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Präzision (Smash an die Linien / Länge und Höhe der Dropvarianten)	
	- Ansatzlosigkeit und Variabilität	
	- Rhythmus	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

3) **regelmäßiger und variabler Sh-Zuwurf von Athleten-Seite im Mittelfeld (Doppel)**

Frequenz-Zuwurf für Doppelabwehr (halbes Feld)

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Unterhand-Abwehr im Doppel unter Zeitdruck	
	- maximal schnelles Schlägerhandling	
	- kurze Schleifen	
Focus beim Zuspil liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Frequenz	
	- Präzision	
	- unterschiedliche Treffpunkte (unten/oben, links/rechts)	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

4) **regelmäßiger und variabler Uh-/Sh-Zuwurf von Athleten-Seite im Mittelfeld (Einzel und Doppel)**

One-Step-Angriffs-Ballmaschine Einzel Hinterfeld (ganze Feldbreite oder halbes Feld)

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Chinasprung, Drehsprung, Umsprung mit Angriffsschlag im Hinterfeld	
	- Intensität	
	- Laufrhythmus	
	- Armführung, Nullstellungen, Treffpunkt, Ausschwing, Ansatzlosigkeit und Variabilität	
	- hoher Treffpunkt, Winkel und Schlagpräzision	
Focus beim Zuspil liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- Präzision	
	- Rhythmus	
	- Frequenz	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	

5) **regelmäßiger Uh-/Sh-Zuwurf von Athleten-Seite aus dem Mittel-/Vorderfeld (Doppel)**

Nachsetzen-Ballmaschine im Doppel (halbes Feld bei Wedge-Attack oder ganzes Feld bei Tunnel-Angriff)

Bewertung

++ + 0 - --

Übungsziele:	- Einstudieren der folgenden Schlagkombination im Doppel: 1. HF-Angriff mit viel Zeit 2. Nachbereitung im Mittelfeld 3. Nachbereitung/Abschluss am Netz	
	- Lauf- und Schlagrhythmus	
	- Kontrolle, Schlagsicherheit und Präzision	
	- Longline-Laufweg bei Wedge-Attack und Cross-Laufweg bei Tunnel-Angriff	
Focus beim Zuspil liegt auf: (=Prüfungs-Bewertungskriterien)	- realistischer Schlagrhythmus	
	- Präzision	
	- unterschiedliche Bewegungs- und Handlungsaufgaben in der Angriffssituation herstellen	
	- Interaktion mit Athleten / Feedback an Athleten	