

# Die 4:2 Verteidigung



## Inhalt

Das 4:2 Verteidigungssystem (Grundlagen).....	Seite	2
Allgemeine Übersicht .....	Seite	2
Grundaufstellung und Laufwege .....	Seite	3
Spielfeld- Zonen- Einteilung .....	Seite	4
Stehen im Laufweg .....	Seite	4
Positionsverhalten (ohne Spezialsituationen) .....	Seite	5
Ball beim Flügel links.....	Seite	5
Ball beim 2er links .....	Seite	6
Ball beim Rückraummitte .....	Seite	6
Ball beim 2er rechts.....	Seite	6
Ball beim Flügel rechts .....	Seite	7
Zu beachten .....	Seite	7
Das 4:2 Verteidigungssystem (Spez. Situationen und Anwendungsmöglichkeiten) .....	Seite	8
Die zwei Verteidiger hinten Mitte (HM-l / HM-r) .....	Seite	9
Ball am Flügel links .....	Seite	9
Ball am 2er links .....	Seite	10
Ball beim Rückraummitte .....	Seite	10
Ball am 2er rechts .....	Seite	11
Erkenntnis .....	Seite	11
Verhalten vorgestellte Verteidiger (2er-l / 2er-r) .....	Seite	12
FL-Pressing.....	Seite	14
Wann offensiv oder defensiv Verteidigen?.....	Seite	15
Lösungsmöglichkeiten bei 2 KL .....	Seite	16
Verhalten beim Sperren – Lösen .....	Seite	20
Problemstellung beim Kreuzen .....	Seite	21
Diverse Hinweise .....	Seite	22

# Das 4:2 Verteidigungssystem

## Grundlagen

### Allgemeine Übersicht

#### Vorteile :

- Den Gegner zu Fehlern zwingen durch gutes Positionsverhalten
- Die 2 Vorgesetzten 2er-Verteidiger haben eine Klare Aufgabe.
- Die 2 HM-Verteidiger können die Verteidigung zusammen gut organisieren und regeln
- Vorgesetzte Verteidiger können Rückraumschützen zurück binden
- Vorgesetzte Verteidiger können durch schnelle Auslösung den Gegenstoss lancieren.
- Wenn der Gegner auf 2 KL abläuft kann die Verteidigung offensiv bleiben, es gibt weniger Unruhe in der Verteidigung. Die Kommunikation zwischen den Vorgesetzten und den Flügelverteidigern muss gut sein!!!!

#### Nachteile :

- Der Kreisläufer hat viel Platz für seine Aktionen
- Probleme der beiden HM-Verteidiger, sie müssen absprechen wer nach vorne geht und wer den KL deckt.
- Übergeben des Kreisläufers zwischen den HM-Verteidigern.
- Probleme treten auf beim ablaufen auf zwei Kreisläufern von den Flügelpositionen.

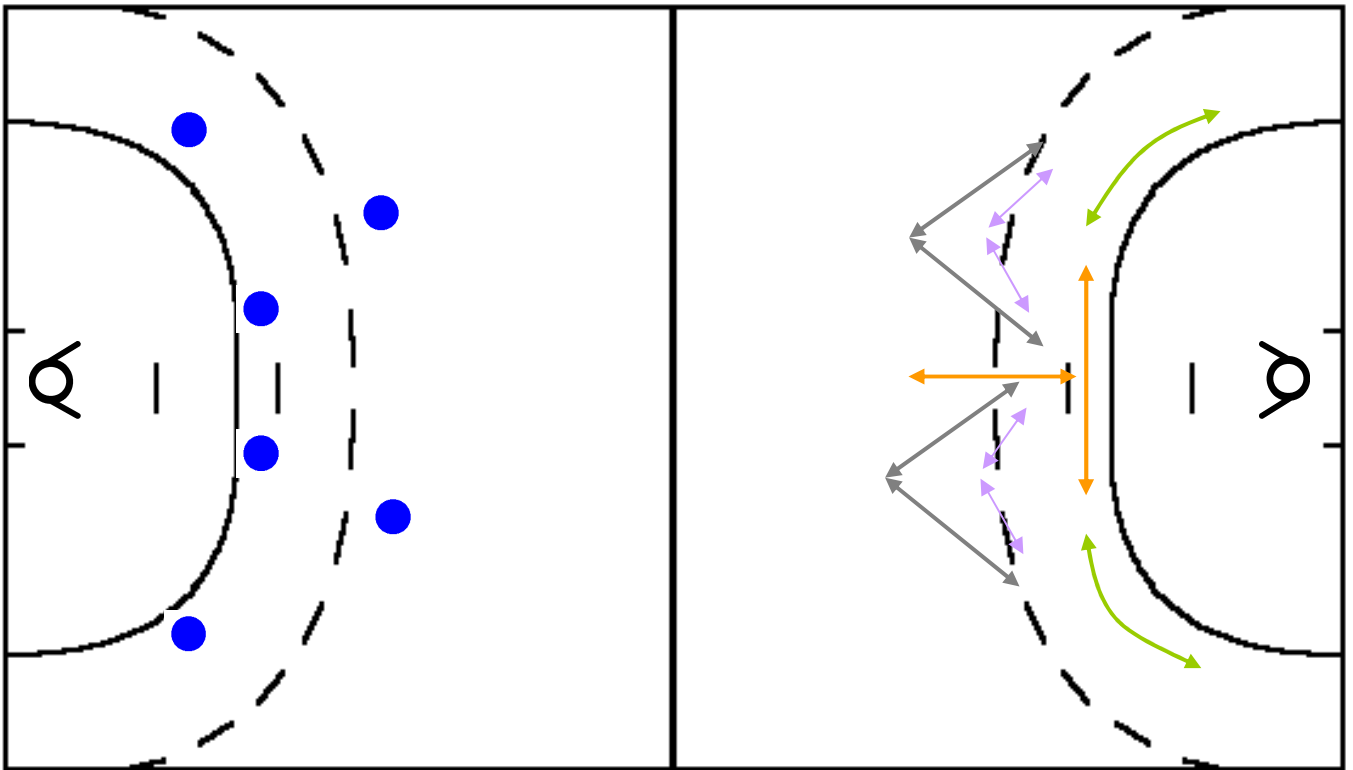
Das 4:2 Verteidigungssystem verlangt von den Verteidigern Konzentration und Spielübersicht. Jeder Verteidiger hat zwei Aufgaben. In erster Linie ist die *Primäraufgabe*, dass heisst, sein *direkter Gegenspieler* darf kein Tor erzielen und wenn es dem Verteidiger möglich ist, sollte er ein geschicktes Foul spielen. Als zweites hat der Verteidiger eine *Sekundäre Aufgabe*, dass heisst, er muss so gut wie möglich seinem verteidigenden *Nachbarn helfen*, dass der Gegenspieler nicht durchbrechen kann, oder helfen einen Block zu stellen. Es darf aber nie die Primäraufgabe vernachlässigt werden.

Das 4:2 Verteidigungssystem funktioniert dann hervorragend, wenn die Verteidiger miteinander reden, um zum Beispiel eine Aktionen des Gegners zu unterbinden. Es ist auch sehr wichtig, dass die beiden hinten Mitte Verteidiger die Verteidigung organisieren. Zum Beispiel wenn der Gegner auf zwei Kreisläufer auflöst, beim übergeben und übernehmen, sowie in alle Aktionen die der Gegner versucht zu unternehmen müssen die beiden die Verteidigung organisieren und sie so gut als möglich auf die neue Situation einstellen, so dass immer jeder Verteidiger weiss, was gerade läuft. Die beiden Hinten Mitte Verteidiger spielen in dem System die zentrale Rolle, mit Ihrer „Arbeit steht oder fällt“ die Verteidigung!!

#### Empfehlungen :

- Das 4:2 Verteidigungssystem *eignet sich* gut gegen ein *3:3 und ein 4:2* (2 Kreisläufer) *Angriffssystem*.
- Die Trainingsschwerpunkte liegen im:
  - Heraustreten und sichern
  - 1:1
  - Übergeben und übernehmen
  - Verschieben

## Grundaufstellung und Laufwege

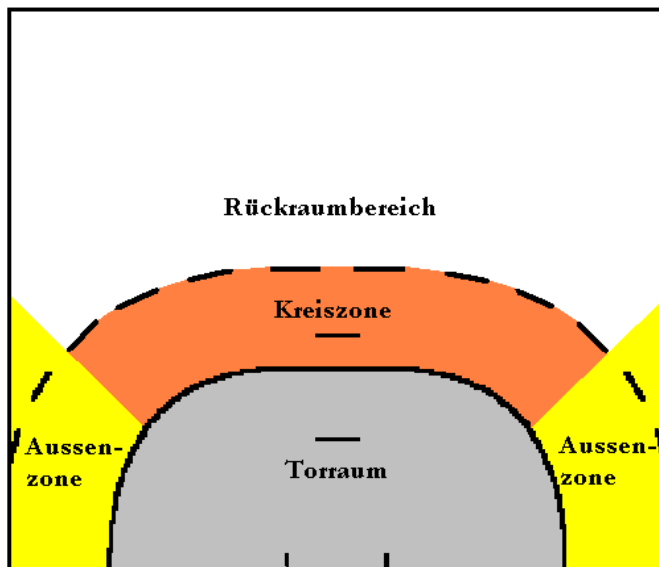


Auf der linken Spielfeldhälfte ist mit den Blauen Verteidigern die Grundaufstellung des 4:2 Verteidigungssystems dargestellt.

Auf der rechten Spielfeldhälfte, mit den Pfeilen ist sind die Laufweg der einzelnen Verteidigungspositionen dargestellt. So sind die Laufwege grundsätzlich zu laufen. Der linke und rechte Flügelverteidiger verteidigen auf der 6 Meter Linie, das heisst, sie schieben hin und her. Die beiden Verteidiger in der Mitte (HM-l+r) müssen sich absprechen, je nachdem wo der KL Angreifer steht, muss der eine hinten bleiben beim KL und er andere geht nach vorne zu dem Mittlern Aufbauangreifer ist er im Ballbesitz, sonst befinden sich beide auf 6m. Die beiden 2er Verteidiger laufen grundsätzlich einen dreieckigen Weg in der Verteidigung, je nachdem wo sich der Ball befindet. Ihre Hauptaufgabe liegt darin, dass ihr direkter Gegenspieler kein Tor schießen kann, die zweite Aufgabe liegt darin den Ball zu gewinnen und als drittes, das sie versuchen das Spiel des Gegners zu stören, in dem sie etwas nach vorne stehen und den Flügel verunsichern. Die beiden Vorgestellten Verteidiger dürfen von Ihrem Gegenspieler nie gegen Innen überlaufen werden.

**Das wichtigste im 4:2 Verteidigungssystem ist eine gute  
Absprache untereinander.**

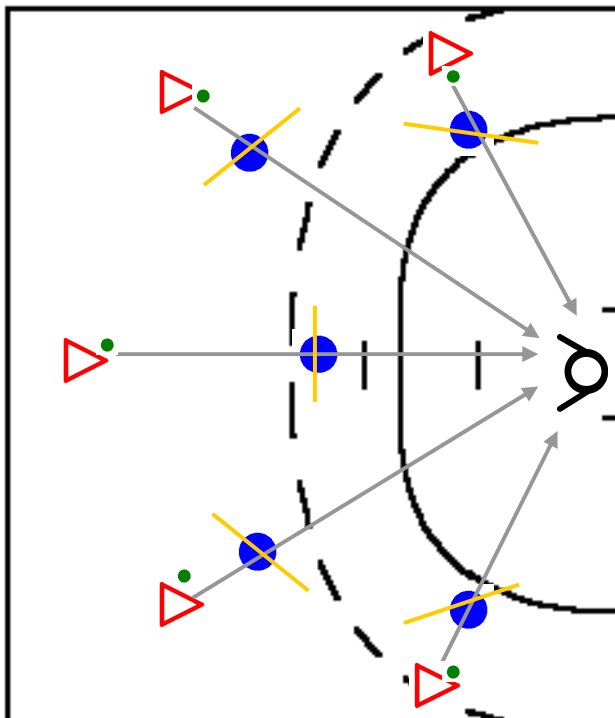
## Spielfeld- Zonen- Einteilung



Das Handballfeld wird grob in drei verschiedene Verteidigungssektoren aufgeteilt:

- **Aussenzone (links und rechts)**
- **Kreiszone**
- **Rückraumbereich**

## Stehen im Laufweg



Das man als Verteidiger richtig zum Gegner steht ist sehr wichtig, damit es nicht zu blöden Fouls von hinten oder von der Seite kommt.

Der Verteidiger sollte immer im Laufweg des Gegners stehen, das heisst:

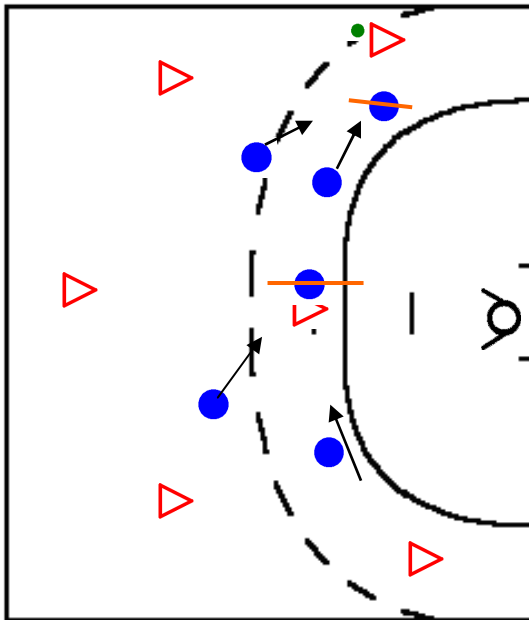
**Der Laufweg ist der Weg, den der Gegner zurücklegen muss, wenn er direkt auf das Tor laufen will.**

**Das Ziel des Verteidigers** ist es, dem Angreifer den direkten Weg zum Tor mit seiner Front zu versperren, so dass der Verteidiger den Angreifer Frontal aufhalten kann, so dass die Voraussetzungen für eine korrekte Verteidigungs- Grundstellung gegeben ist.

(Links sind die verschiedenen Situationen abgebildet. Die grauen Pfeile zeigen die Laufwege auf / Die Orangen Striche in den Verteidigern zeigen das Verteidigerverhalten an, das heisst wie der Verteidiger mit seinem Körper zum Gegner zu stehen hat.)

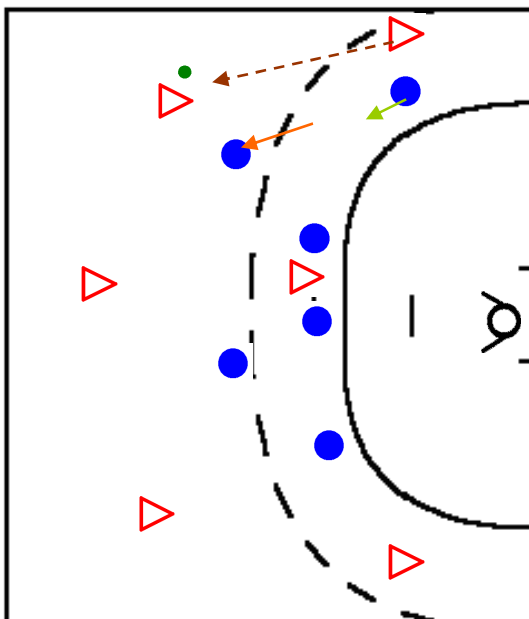
## Positionsverhalten (Ohne Spezialsituationen)

Die nachfolgenden Spielsituationen sollen das Verteidigungsverhalten aufzeigen. Es ist das Verhalten in Standard-situationen (ohne Kreuzen, 2 Kreisläufer, usw.).



### Ball beim Flügel links

Ist der linke Flügelangreifer im Ballbesitz, so schiebt die gesamte Verteidigung auf die rechte zu verteidigende Seite, damit der zu verteidigende Raum so eng wie nur möglich gedeckt ist. Der Flügelverteidiger befindet sich auf 6m, den rechten Fuss auf der 6m Linie, den linken Fuss etwas nach vorne versetzt. Der linke 2er-Verteidiger befindet sich zwischen 7-8m und verhindert ein Flügeldurchbrechen nach innen. Der Mittlere hintere rechte Verteidiger befindet sich ca. hinter dem rechten vorgestellten Verteidiger auf 6 m, so dass er helfen kann, wenn der Flügel Angreifer versucht innen durch zu brechen, der linke mittlere hintere Verteidiger hat den KL so abgedeckt, dass er nicht zum Ball kommen kann. Der 2er-Verteidiger rechts kommt auf ca. 7-8m zurück und schiebet so weit als möglich nach rechts, um den Raum für den Angriff eng zu machen. Der Flügelverteidiger links schiebt so weit als möglich nach rechts um die Verteidigung ebenfalls eng zu machen.

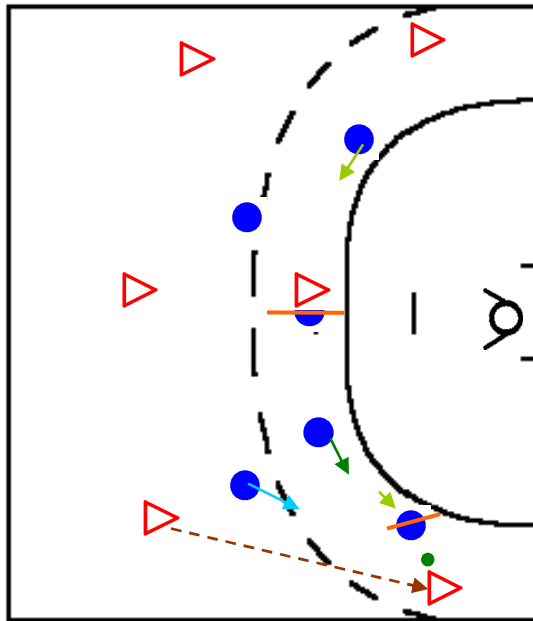


### Ball beim 2er links

Wird der Ball vom Flügel links zum 2er links gespielt sticht der 2er-Verteidiger nach vorne und stellt sich so hin, dass er dem Angreifer ihm im Laufweg auf das Tor steht. Der Verteidiger Mitte hinten rechts kommt zur Mitte zurück und nimmt mit dem Mittleren hinteren Verteidiger links zusammen den KL, sie nehmen ihn so, dass einer der beiden hinteren Verteidiger helfen kann, wenn der 2er Angreifer durchbrechen sollte. Die übrigen Verteidiger verändern ihre Position nur unwesentlich. Das Ziel der Verteidigung ist es, dass der Raum in der Kreiszone eng gedeckt wird.

Hauptziel ist es, dort wo der Ball ist eng zu verteidigen.





### Ball beim Flügel rechts

Ist der rechte Flügelangreifer im Ballbesitz, so schiebt die gesamte Verteidigung auf die linke zu verteidigende Seite, damit der zu verteidigende Raum so eng wie nur möglich gedeckt ist. Der Flügelverteidiger befindet sich auf 6m, den linken Fuss auf der 6m Linie, den rechten Fuss etwas nach vorne versetzt. Der rechte 2er-Verteidiger befindet sich zwischen 7-8m und verhindert ein Flügeldurchbrechen nach innen. Der Mittlere hintere linke Verteidiger befindet sich ca. hinter dem linken vorgestellten Verteidiger auf 6 m, so dass er helfen kann, wenn der Flügel Angreifer versucht innen durch zu brechen, der rechte mittlere hintere Verteidiger hat den KL so abgedeckt, das er nicht zum Ball kommen kann. Der 2er-Verteidiger links kommt auf ca. 7-8m zurück und schiebet so weit als möglich nach links, um den Raum für den Angriff eng zu machen. Der Flügelverteidiger rechts schiebt so weit als möglich nach links um die Verteidigung ebenfalls eng zu machen.

### Zu beachten

Dies Verteidigungssystem braucht eine sehr gute Absprache untereinander, sowie müssen die Junioren sehr viel laufen. Es ist wichtig, dass die Junioren selber herausfinden, wie offensiv sie gehen dürfen, so dass sie nicht überlaufen werden.

#### Die wichtigsten Punkte, damit das 4:2 Verteidigungssystem funktioniert:

- Kommunikation
- Übergeben - Übernehmen des KL muss funktionieren
- 1:1 müssen die Spieler halten
- Jeder muss seine Primäraufgabe erfüllen.
- Die Verteidigung arbeitet als Einheit zusammen

# Das 4:2 Verteidigungssystem

## Spezialsituationen und Anwendungsmöglichkeiten

### Inhalt

- Die zwei HM Verteidiger, ihre Aufgaben / die Voraussetzungen und die Aufgabenverteilung
- Verhalten vorgestellte Verteidiger (2er-l+r)
- FL - Pressing
- Wann offensiv-, wann defensiv Verteidigen?
- Lösungsmöglichkeiten bei 2 KL
- Verhalten beim Sperren – Lösen
- Problemstellung beim Kreuzen





## Die zwei Verteidiger hinten Mitte (HM-I / HM-r)

Bevor wir zu den Lösungsmöglichkeiten kommen müssen zwei Spieler auf dem Feld speziell erwähnt werden, *die zwei Verteidiger Mitte hinten*. Sie sind die *wichtigsten Spieler* in der 4:2 Abwehr.

### Aufgaben :

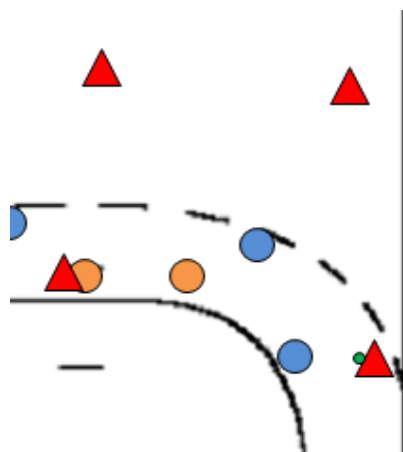
- Sie sind die Organisatoren der Verteidigung, sie sind verantwortlich, dass alle auf dem Spielfeld wissen, was gerade hinter ihrem Rücken geschieht.
- Sie müssen immer dann aushelfen, wenn ein Verteidiger einen Angreifer zur Mitte des Spielfeldes nicht halten können oder sie zu spät sind, sie dürfen aber dabei nicht vergessen, dass sie selber zwei Angreifer haben, die sie verteidigen müssen. Ihre Angreifer, den Kreisläufer und den Aufbauer Mitte müssen sie gut übergeben, so dass sie überall dort aushelfen können, wo Not am Mann ist.
- Sie müssen den Kreisläufer und den Aufbauer Mitte verteidigen, übergeben und übernehmen.

### Voraussetzungen :

- Sie sollten schnell sein
- Gute Reaktionsfähigkeit besitzen
- Gutes Spielverständnis haben
- Spiel des Gegners lesen können (antizipieren)
- Führungsqualitäten besitzen
- Schnelle Entscheidungen fällen können
- gut zusammen harmonisieren

### Verteidigungsverhalten und Absprache der beiden HM Verteidiger

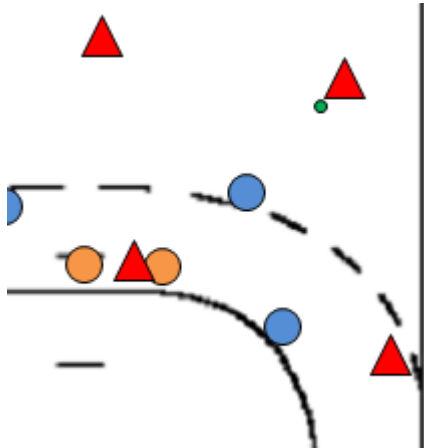
In der den Nachfolgenden Ausführungen werden die Grundstellungen der HM I+r dargestellt um die Frage zu beantworten, wann geht wer nach vorne, wer verteidigt wann den Kreisläufer. Das wichtigste ist, dass die beiden sich blind verstehen und wissen was der andere tut. Entscheidend ist immer, wo befindet sich der gegnerische Kreisläufer.



#### Ball am Flügel links

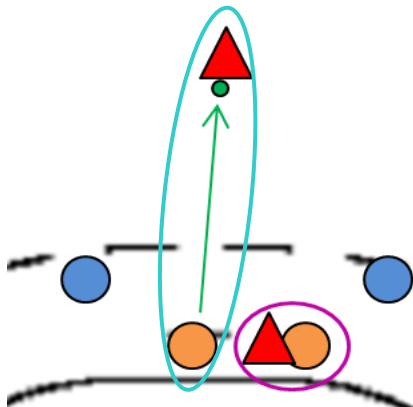
HM rechts geht so hinter den Vorgestellten 2er Verteidiger, dass dieser im Fall, dass der FL-Verteidiger überlaufen wird aushelfen kann.

HM links verteidigt den Kreisläufer so, dass dieser nicht angespielt werden kann, steht also zwischen Ball und Kreisläufer.



### Ball am 2er links

HM rechts und links nehmen zusammen den Kreisläufer zwischen sich, steht er in der Mitte des Feldes. Steht er mehr auf der rechten Seite nimmt der HM rechts den KL, steht er mehr links übernimmt ihn der HM links. Bereits in dieser Situation muss klar sein, wer anschliessend wenn der Ball zur Mitte gespielt wird nach vorne geht und wer beim Kreisläufer bleibt.

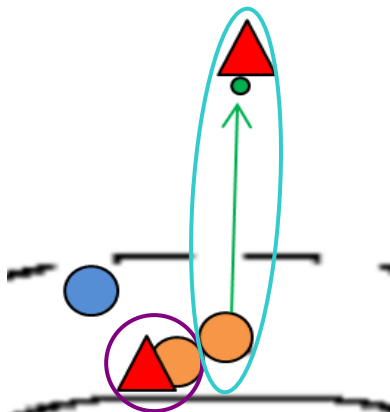


### Ball beim Rückraummitte

Geht der Ball zur Mitte muss einer der beiden HM nach vorne, er sollte dann bei ihm auf ca. 10m sein, wenn er den Ball fängt.

Ist der Kreisläufer eher auf der rechten Seite, so deckt der HM rechts den Kreisläufer so, dass er nicht angespielt werden kann und der HM links geht nach vorne um den Angreifer zu verteidigen.

Kommt der Ball von der rechten Seite her, ist es ideal, wenn der HM links nach vorne gehen kann, da er dem Angreifer im Laufweg steht und ihn so besser verteidigen an.



Ist der Kreisläufer aber eher auf der linken Seite, so muss der HM links den Kreisläufer verteidigen und der HM rechts muss nach vorne um den Angreifer zu verteidigen.

Wichtig und entscheidend ist die Absprache zwischen den beiden HM Verteidigern.



## Verhalten vorgestellte Verteidiger (2er I+r)

Die beiden vorgestellten Verteidiger auf den 2er Positionen (I+r) sollten schnell und flink sein. Ihre Hauptaufgaben sind es den Spielfluss des Gegnerischen Angriffsspiels zu brechen und dabei ihre direkten Gegenspieler immer im Griff zu haben. Zu Ihren Aufgaben gehören aber auch Ballgewinne zu erzielen, um schnelle Gegenstöße zu laufen, aber dabei nie zu spekulieren.

### Aufgaben :

- Nicht hinterlaufen lassen
- Keine Pässe hinten durch bekommen
- Ballgewinn für GG
- Schnelle GG Auslösung
- Schnelles Anspiel ausführen
- Verunsichern des gegnerischen Angriffsspiels

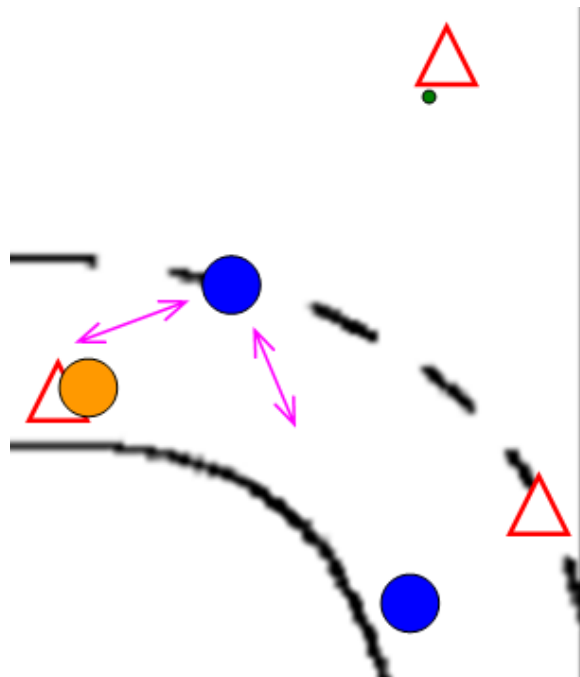
### Voraussetzungen :

- Sie sollten schnell/flink sein
- Gute Reaktionsfähigkeit besitzen
- Spiel des Gegners lesen können (antizipieren)
- Schnelle Entscheidungen fällen können

Ihre Laufwege sind ebenfalls Dreiecke. Die Dreiecke können verschieden ausgeführt werden, offensiv oder defensiv. Grundsätzlich ist Ihr Verhalten, wie offensiv oder defensiv sie Verteidigen abhängig von der Spielanlage des Gegners. Hier einige Beispiele aufgezeigt auf der rechten Verteidigungsseite. Für die rechte Seite gelten die gleichen Bedingungen:

### 1. Defensives „Dreieck“

Dies wird vor allem dann gespielt, wenn der direkte Gegenspieler kein Rückraumschütze ist und zugleich schnell und beweglich (kann schnelle und gute Täuschungen ausführen). So können die Räume in der Verteidigung eher dicht gemacht werden und sie steht kompakter. Ist eine eher konservative Lösung ist auf Sicherheit aus ist, nicht auf Ballgewinn.



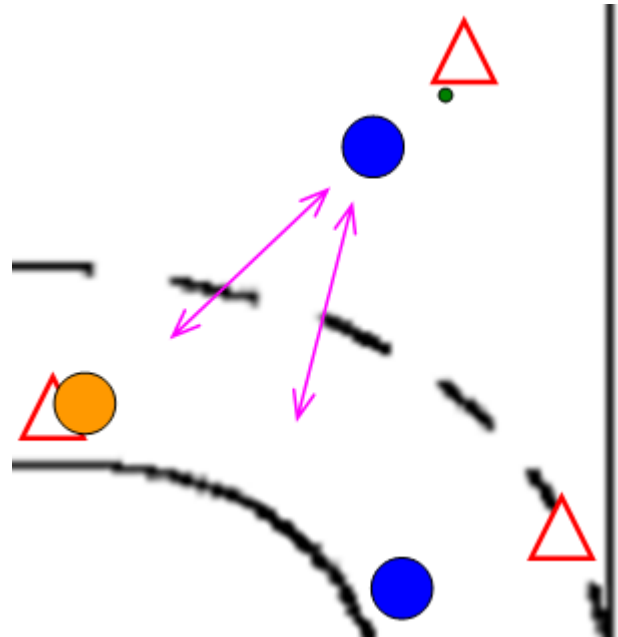
## 2. offensives „Dreieck“

Dies wird vor allem dann gespielt, wenn der direkte Gegenspieler entweder ein Rückraumschütze ist oder durch solch eine Art Verteidigung der Spielfluss des Gegners gebrochen wird, Ziel ist der Ballgewinn!!

Problematisch wird es, wenn der direkte Gegenspieler ein gewitzter, schneller und beweglicher Spieler ist, dann ist die Gefahr, dass man überlaufen wird, wenn man nicht aufpasst!!

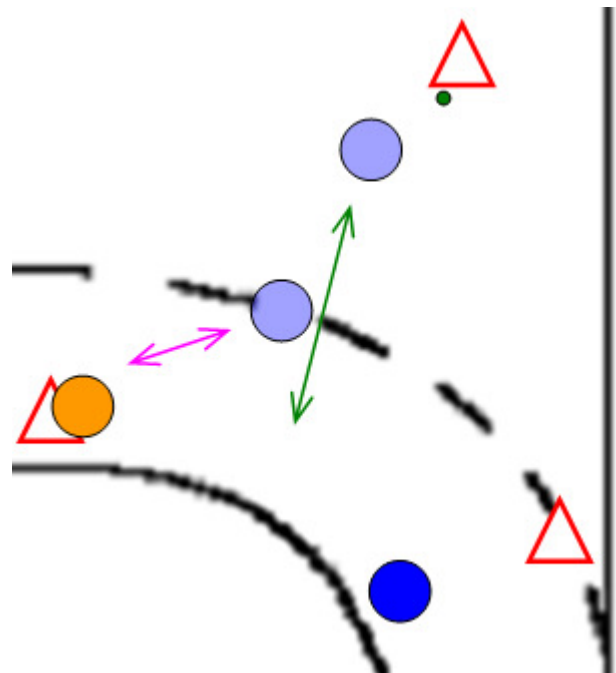
Auch kann man dies gut spielen um die Mitspieler des Angreifers zu verunsichern und sie zu Fehlern zwingen.

Wie offensiv er im Endeffekt geht ist abhängig vom Spiel des Angreifers. Der Verteidiger darf einfach **NIE** hinterlaufen werden vom Flügel oder vom Rückraummitte Spieler, auch sollte er verhindern, dass der Flügelspieler nicht Pässe hinter seinem Rücken hindurch zur Rückraummitte spielt. Zu seinem Gegenspieler muss er immer im Laufweg stehen, so dass er nicht zur Mitte durchbrechen kann.



## 3. Mischform offensiv/defensiv

Es ist auch eine Möglichkeit, dass man zum Beispiel, wenn der Ball vom **Flügel zum 2er** gespielt werden soll **offensiv geht**, um den Flügelspieler zu verunsichern oder dem 2er Angreifer keine Möglichkeit zu geben Schwung zu holen. Andererseits kann man, wenn der Ball von der **Rückraummitte zum 2er** gespielt wird eher **defensiv bleiben**, weil vielleicht der 2er Angreifer nur auf das Tor geht, wenn er den Ball vom Flügel bekommt. Wie man dies spielt ist abhängig von den Fähigkeiten des direkten Gegenspielers, wie auch des restlichen Teams. Dies kann man auf der linken und rechten Verteidigungsseite auch unterschiedlich spielen und sich dem Gegner so optimal anpassen.



## Bemerkung

Wie man dies spielt ist von verschiedenen Faktoren abhängig wie zum Beispiel, was ist die Strategie der Verteidigung? Ballgewinn? sichere/stabile Verteidigung?; Zu was sind meine Spieler überhaupt fähig, wo liegen unsere Stärken oder Schwächen?; Wo liegen die Stärken und Schwächen des Gegners?, Was ist mein Ausbildungsziel? (stufenabhängig); usw.

# FL-Pressing

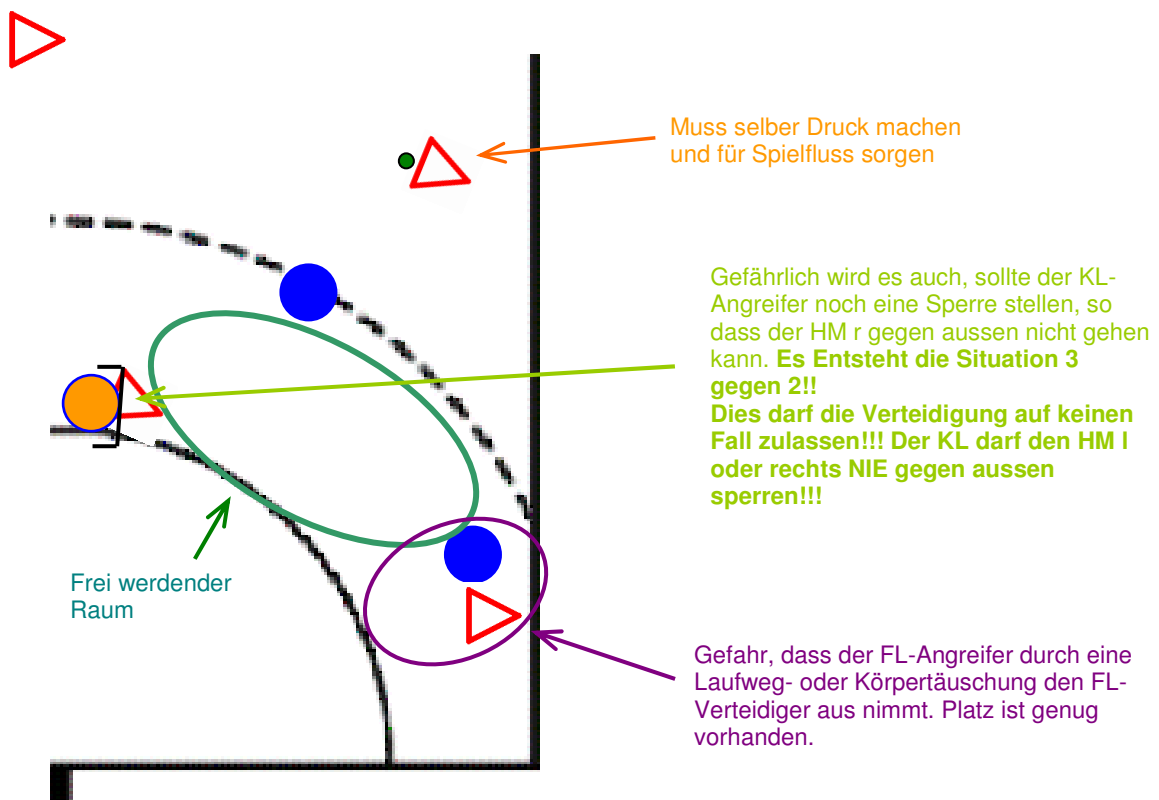
Das Flügel-Pressing ist eine weitere gute Möglichkeit dem Gegner den Schwung und den Spielfluss zu nehmen, birgt aber auch die Gefahr von Möglichkeiten die der Gegner nutzen kann um zu einem Abschluss zu kommen. Pressing heisst, dass der FL-Angreifer keinen Ball bekommt!! Halbpatziges Pressing führt meist zu Fehlern und daher erhält der Angreifer die Möglichkeit sich eine Torchance zu erarbeiten.

## Vorteile:

- Brechen des Spielflusses vom Gegner
- Gute FL-Spieler können so aus dem Spiel genommen werden.
- Man kann Fehler vor allem vom 2er-Angreifer provozieren.
- Man zwingt den 2er-Angreifer dazu selber Druck machen zu müssen.

## Nachteile/Schwierigkeiten:

- Es öffnen sich Lücken für in der Verteidigung zwischen 2er und FL-Verteidiger. Die durch geschicktes Spiel vom Angreifenden Team genutzt werden können.
- Die Kompaktheit im 4:2 Verteidigungssystem fällt etwas auseinander und wird anfälliger (Lücken entstehen), daher ist eine gute Absprache (Kommunikation) nötig.
- Der FL-Verteidiger darf sich nicht vom Angreifer überrennen lassen.



# Wann offensiv oder defensiv Verteidigen?

## Wann geht man eher offensiv vor?

Hat der Gegner gute Rückraumschützen, die von der Distanz Tore erzielen können, ist es ratsam die offensive Variante zu wählen. Ebenfalls offensiv nach vorne gehen kann man, wenn der Gegner eher schwerfällig und träge ist, und sich 1:1 nicht so gut durchzusetzen vermag, oder aber der Gegner läuferisch und technisch unterlegen ist. Wie offensiv man nach vorne gehen soll, kommt auf den Gegner an, je nachdem wo seine Fähigkeiten und Stärken liegen. Je offensiver man verteidigt, desto grösser werden die Freiräume in der Verteidigung, die der Gegner nutzen könnte durch laufen ohne Ball, oder sich versucht 1 gegen 1 durchzusetzen, denn genügend Platz wäre jetzt vorhanden.

## Wann geht man eher defensiv vor?

Ist der Gegner flink und wendig, sowie läuferisch stark ist es ratsam in die defensive zu gehen, Voraussetzung ist aber, dass sie keine Rückraumschützen in der Mannschaft haben.

Es gibt viele Faktoren, die mitbestimmen, ob man offensiv oder defensiv gehen soll. In erster Linie muss man die Art von Verteidigung aussuchen, die auch von den Spielern umgesetzt werden kann. Man kann auch nicht sagen, dass man nur das rein offensive oder defensive Spielsystem wählen sollte, da die Fähigkeiten des Gegners eine entscheidende Rolle spielen. In der Regel ist es so, dass eine gute Mischung aus beidem am erfolgreichsten und sinnvollsten ist.

Das Wichtigste ist, schnell reagieren zu können und dem Gegner keine Chance zu lassen Verwirrung in der Verteidigung zu schaffen. Das kann nur funktionieren, wenn jeder Verteidiger weiss, was er zu tun hat, z. Bsp., wenn er die Worte „*zwei Kreisläufer*“ hört. Sobald ein Verteidiger nicht weiss, was er tun muss hat der Angreifer sein Ziel erreicht, Verwirrung zu schaffen. Verantwortlich für das reibungslose Funktionieren ist der Libero, der alles unter Kontrolle haben muss und blitzschnell entscheidet was zu tun ist.

## Lösungsmöglichkeiten bei 2 KL

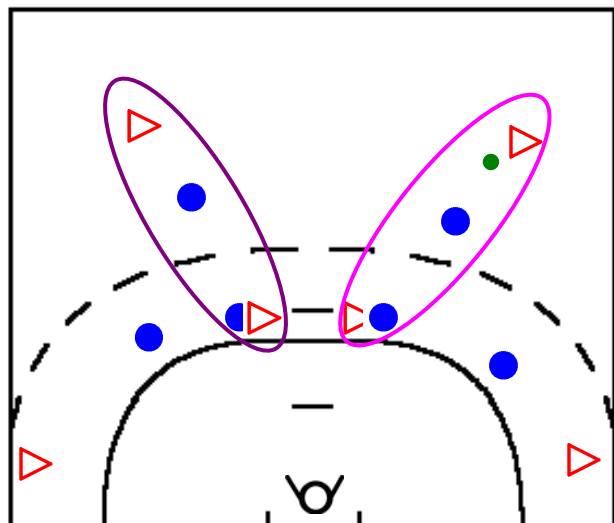
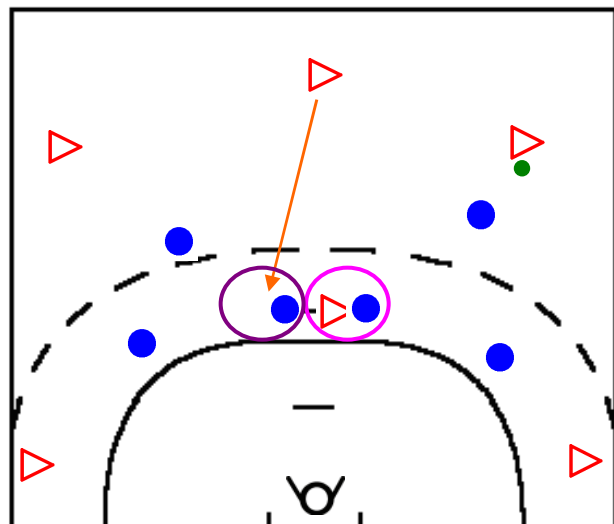
Das Hauptproblem, wenn ein Gegner auf zwei KL umstellt ist, dass man meist in der Verteidigung verwirrt ist und nicht weis, wie man reagieren muss (benötigt Reaktionszeit). Es gilt sich also so schnell wie möglich auf die Situation 2 Kreisläufer einzustellen. Das heisst in erster Linie, dass wenn ein zweiter Spieler des Gegners an den Kreis abläuft, dass so schnell als möglich die ganze Verteidigung informiert wird, so dass jeder auf die neue Situation reagieren kann und der Gegner nicht die Möglichkeit erhält eine Lücke oder Unsicherheit zu nutzen. Um dies bewerkstelligen zu können muss jeder wissen, was seine Aufgabe ist.

Es gibt verschieden Möglichkeiten auf die Situation zu reagieren, man kann sich offensiv oder defensiv ausrichten. Es kommt auf den Gegner an, wie spielt er, wo liegen seine Fähigkeiten, was für Möglichkeiten hat der Gegner in technischer hin sicht bietet, usw. Nachfolgend werden möglichen von Lösung aufgezeigt, sie sind vor allem für die Stufe Junioren ausgelegt, können aber auch im Aktivbereich so gespielt werden.

### Situation 1 :

#### **Der Mittlere Aufbau läuft an den Kreis.**

In diesem Fall gibt es eine einfache Lösung. Geht der Rückraummitte - Angreifer an den Kreis, so bleiben die vorgestellten 2er Verteidiger bei ihren direkten Gegenspielern, sie können erst etwas defensiv zurück kommen um nicht die Lücken hinten zu gross zu öffnen, sie können aber auch gleich von beginn weg offensiv nach vorne gehen, dies ist abhängig von der Spielweise des Gegners. Wenn Sie erst defensiv zurück gekommen sind, können sie dann wieder offensiver gehen, sobald die Situation unter Kontrolle ist, die beiden Kreisläufer von den entsprechenden Verteidigern gedeckt werden. Die Verteidiger HM links und rechts müssen nun die beiden KL verteidigen. Es entstehen eigentlich zwei Zweiergruppen. Jeweils ein vorgestellter Verteidiger und ein KL Verteidiger werden ein Team, dies ist vor allem wichtig, wenn der Gegner versucht mit Sperren lösen zum Erfolg zu kommen. Die Absprache ist bei einer solchen Aktion das wichtigste!!!









### Situation 3 :

#### Einer der Flügel Angreifer geht an den Kreis

Dies ist die schwierigste Situation die es zu lösen gibt, Gefragt ist schnelles reagieren und gute Kommunikation untereinander.

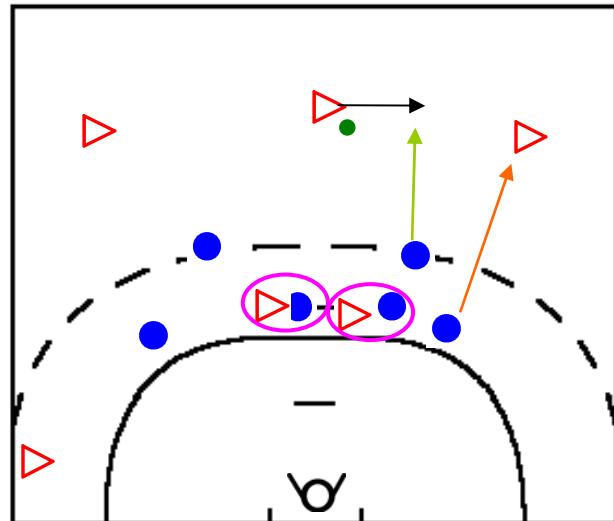
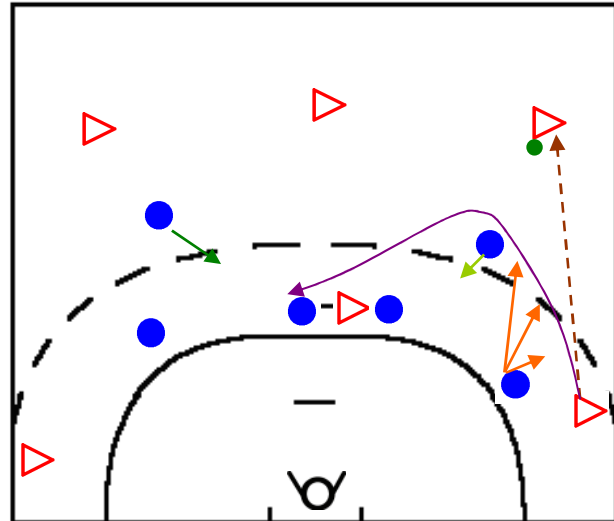
Eines muss klar sein, ein Flügel darf **Nie** mit Ball an den Kreis ablaufen, das ist die Aufgabe des Flügelverteidigers dies zu verhindern, der 2er Verteidiger darf dem FL-Verteidiger nicht helfen, er muss im Laufweg seines direkten Gegenspielers bleiben.

Der Normal fall ist, dass der Flügel - Angreifer ohne Ball an den Kreis abläuft. In erster Linie muss der Flügelverteidiger ein Einlaufen des Angreifers versuchen zu verhindern, oder zumindest sich so hinstellen, dass der Angreifer nicht ohne Behinderung ablaufen kann. Er meldet der Restlichen Verteidigung das einlaufen des Flügelspielers. Er muss ihn so begleiten und Verteidigen, dass der einlaufende Flügel gezwungen wird vor dem 2er Verteidiger durch zu laufen. Der 2er Verteidiger kommt beim Melden des Ablaufens etwas zurück bleibt aber im Laufweg seines direkten Gegenspielers stehen. Der Flügelverteidiger orientiert sich nach der Übergabe zu dem Angreifer den er nun verteidigen muss, den äussersten Mann. Die beiden HM-Verteidiger übernehmen jeweils einen KL zum verteidigen. Der 2er Verteidiger übernimmt sofort seinen neuen Angriffsspieler der er nun zu verteidigen hat, dies wird der Rückraummitte Spieler sein. der sich auf seine Seite verschoben hat um breit zu spielen.

Es kann von Vorteil sein, wenn beim einlaufen eines Flügelspielers die beiden 2er-Verteidiger sich etwas zurück orientieren, um allfällig entstehende Lücken zu schliessen, bzw. gar nicht entstehen zu lassen. Sobald die Situation unter Kontrolle ist, können Sie dann wieder offensiver gehen. Dies ist jedoch abhängig vom der Spielweise des Gegners und der Verteidigungsphilosophie des Teams.

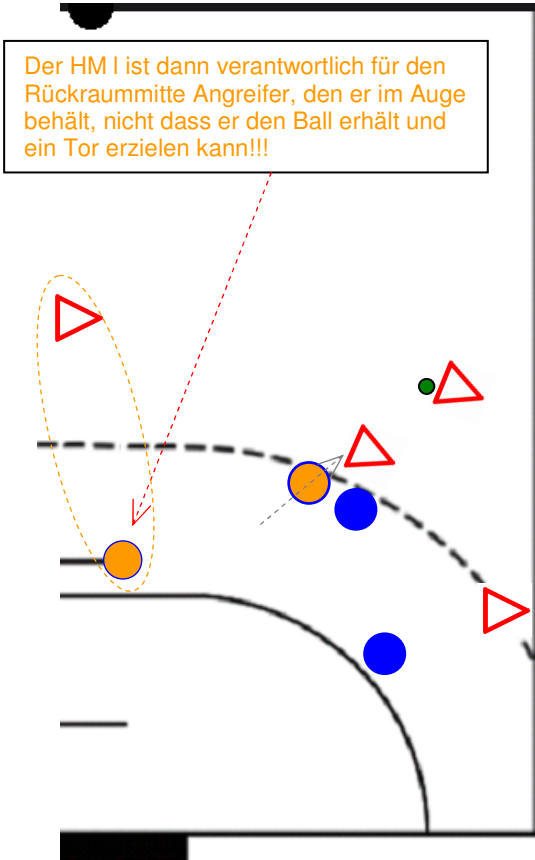
#### Bemerkung:

Wie die Reaktion der Verteidigung ausfällt ist von verschiedenen Faktoren abhängig. Zum Baispiel, wo liegen die Fähigkeiten und Stärken des Gegners, wie ist die Philosophie des Verteidigungssystems, wo liegen die Stärken und Schwächen der Verteidigenden Spieler. Wie schnell kann reagiert werden auf eine Umstellung auf 2 Kreisläufer, usw.



# Verhalten beim Sperren – Lösen

Bild 1



Spielt der Gegner ein Sperren-Lösen, z.B. auf der rechten Verteidigungsseite, kann man dies wie folgt lösen:

Der 2er-Agreifer kommt ins Sp-Lö und der KL stellt die Innensperre.

Die Verteidigung hat nun die Aufgabe, das Problem so zu lösen, dass weder der 2er, noch der KL zum Abschluss kommen.

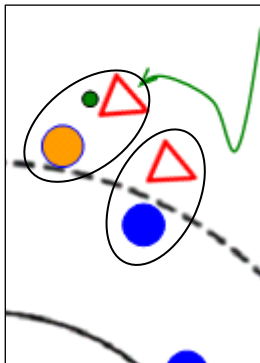
Die Aufgabe des HM r ist es bei einer Sperre vom KL diesen nach vorne zu begleiten und den KL so weit nach vorne zu drücken (kein Stossen oder Schuppsen!!), dass der 2er-Verteidiger und der HM r auf gleicher Höhe stehen Schulter an Schulter (siehe Bild 1).

Die beiden Verteidiger legen dem KL je eine Hand auf das Schulterblatt (siehe Bild 2), so dass dieser sich nicht zwischendurch absetzen kann.

Bild 2

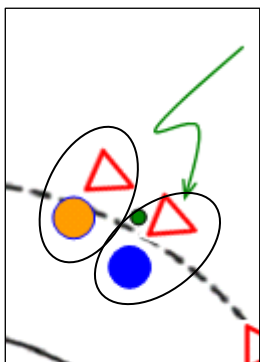


Bild 3



Nun ist es einfach, geht der 2er-Agreifer zur Mitte, ist der Libero zuständig und der 2er-Verteidiger übernimmt den KL (siehe Bild 3).

Bild 4



Geht der 2er-Agreifer nach Aussen, so ist der Libero für den KL zuständig und der 2er-Verteidiger ist zuständig für den 2er-Agreifer (siehe Bild 4).

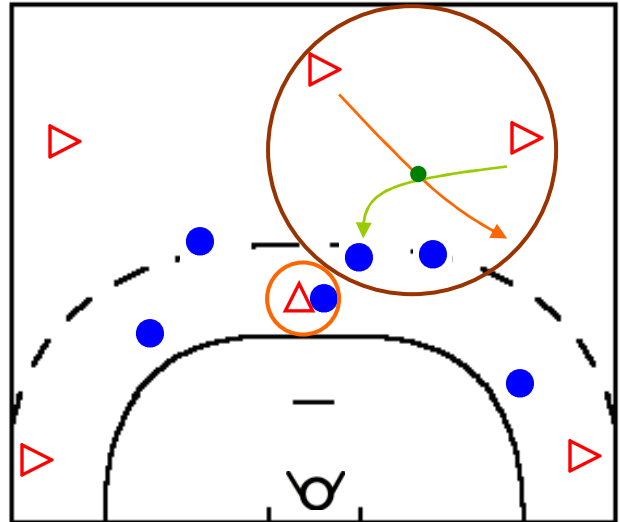
## Problemstellung beim Kreuzen

Beim Kreuzen ist es wichtig, dass man miteinander kommuniziert. Grundsätzlich muss man übergeben und übernehmen, was vorwiegend zwischen zwei Spielern geschieht.

### Situation 1 :

**Der Mittlere Angreifer kreuzt mit dem 2er links.**

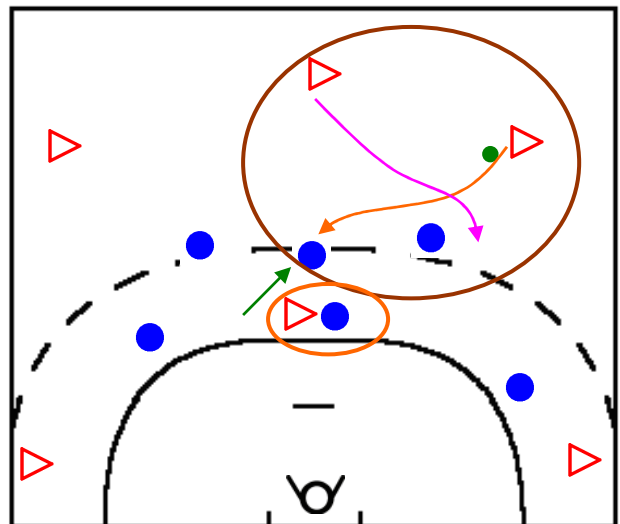
Da einer der beiden HM-Verteidiger vorne ist, ist die Situation relativ einfach. Nun muss der rechte 2er-Verteidiger und der HM-Verteidiger der vorne ist das Problem zusammen mit übergeben und übernehmen lösen.



### Situation 2 :

**Ein 2er Kreuzt mit der Mitte.**

Hier ist es besonders wichtig, dass die Absprache der beiden HM-Verteidiger funktioniert, den einen der beiden muss nach vorne und der andere muss den Kreisläufer verteidigen. Es gibt eine Faustregel wer nach vorne geht, und zwar immer der, der den Laufweg am besten verteidigen kann. Das heißt, wenn auf der rechten Verteidigungsseite gekreuzt wird, dann geht der HM-links nach vorne und er HM-rechts übernimmt den Kreisläufer. Wiederum ist es nun ein übergeben und übernehmen zwischen dem 2er und dem nach vorne gekommenen HM-Verteidiger.



### Situation 3 :

**Kreuzen den KL mit einem Aufbau.**

Das ist die Situation die am einfachsten zu bewältigen ist. Man muss in dieser Situation nur miteinander reden und sauber übergeben und übernehmen, ohne dass gross die Positionen verändert werden müssen. In der Regel ist das eine Sache zwischen den 2er und den HM-Verteidiger.

### Situation 4 :

**Ein Flügel Kreuzt mit einem 2er.**

Das ist ein normales übergeben und übernehmen zwischen Flügel- und 2er-Verteidiger. Die Kommunikation ist auch hier sehr wichtig.

## Diverse Hinweise

1. Das wichtigste in einer 4:2 Verteidigung ist, dass jeder Verteidiger seine Primäraufgabe (direkter Gegenspieler) lösen kann, aber dabei nicht vergisst seine Sekundäre (links und rechts aushelfen) Aufgabe zu erfüllen.
2. In der 4:2 Verteidigung gilt, dass die Verteidiger ihre Gegenspieler gegen das Verteidigungszentrum nicht durchkommen lassen dürfen. Die FL-Verteidiger müssen ihre FL-Angreifer jederzeit im Griff haben und ein ablaufen frühzeitig melden und sie beim ablaufen stören beim einlaufen muss der FL-Verteidiger den Einlaufenden Spieler vor dem 2er-Verteidiger durchbringen (nach vorne schieben).
3. Das 4:2 Verteidigungssystem funktioniert nur, wenn ein Spieler seine Primären Aufgabe nicht erfüllt man diesem aushilft. Am Schluss soll dann eben ein Angreifer schiessen, der die schlechteste Ausgangslage hat. Also lieber ein FL-Angreifer zum Abschluss kommen lassen, als ein Aufbauwer der frei durchlaufen kann.
4. Das 4:2 Verteidigungssystem soll so abgestimmt werden, dass die Stärken der eigenen Spieler zum tragen kommen und seine Schwächen keinen negativen Einfluss haben auf das System. **Das System ist nur so stark wie sein schwächstes Glied!!**
5. Wichtig ist, dass die Verteidiger nicht übermütig werden und beginnen zu spekulieren, sei es auf den Ball oder sich zu früh in den GG begeben, so dass der Angriff zu einer einfachen Tormöglichkeit kommt.
6. Der Schlüssel des Systems ist die Kommunikation und das Verhalten im 1:1.
7. Läuft der Gegner auf 2 Kreisläufer ab, so ist es wichtig, dass miteinander gesprochen wird, dass jeder Bescheid weis. Genau so wichtig ist blitzschnelles reagieren, umstellen und neu orientieren.
8. Sollte der Gegner mit 2er-Wechsel (Kreuzen) arbeiten, ist es wichtig, dass man den Angreifer übergibt, bzw. übernimmt, wiederum ist die Absprache das A und O für einen tadellosen Ablauf.
9. Der Angreifer KL darf sich **NIE** unkontrolliert zwischen 2er und FL-Verteidiger aufhalten!!! Die Verteidigung hat dafür zu sorgen, dass er da weg kommt. Er darf keine Sperre stellen können, so dass er 2er Angreifer aussen durch laufen kann!! Es gibt verschiedene Lösungsmöglichkeiten, was jedoch von der Spielanlage und des KL Spielers (Masse, Grösse) abhängig ist. Es ist möglich ihn so zu umlaufen und zu Recht zu stossen, dass er nicht mehr zwischen 2er und FL Verteidiger steht, oder man schiebt ihn so weit an den FL, dass er keinen Schaden (Sperre die der 2er nutzen kann) mehr anrichten kann (siehe Abbildung). Dies ist jedoch keine optimale Lösung, da so viel Raum in der Mitte frei wird und der Gegner dies durch geschicktes laufen ohne Ball nutzen könnte!!
10. **Tipp** Vielfach macht es sich bezahlt, wenn man nicht von der ersten Minute an seine gesamten Möglichkeiten nutzt, sondern erst dann wenn es notwendig ist. Somit hat man noch ein Ass im Ärmel (z.B. FL-Pressing erst später machen) und man bleibt unberechenbarer.

