

Keine Annahme, keine Kekse

Das ist der Titel einer zweistündigen Trainerfortbildung mit Jan Meier, die beim Volleyballfreak lief. Es geht um Tipps, wie man das K1-Spiel verbessern kann. Insgesamt recht interessante Diskussionen, die sich aber hier nur schwer darstellen lassen. Ein paar Punkte kann man aber trotzdem aufzählen. Für die Annahme:

- **Liniencheck:** Vor der Annahme noch mal vergewissern. wo die Linien sind. Das erhöht die Orientierungsfähigkeit und das Raumgefühl.
- **Frühe Plattform:**
- **Lang-Kurz-Ich:** Das Konzept wird weiter unten ausführlicher erklärt.
- **Watch 2 Contact:**
- **Hohe und tiefe Schulter:**
- **Freeze and Anglecheck:**
- **Aufdrehen und Open-Up:**
- **Ab- und Durchlaufen:**

Taktiklehrgang

1. [Grundlagen: Was ist Taktik? Wie lerne ich taktische Handlungen?](#)
2. [Annahme: Aufstellung im Annahmeriegel](#)
3. [Angriffsaufbau im K1](#)
4. [Angriffsicherung](#)
5. [Von der Ohne-Block-Taktik zum Dreierblock](#)
6. [wie Du die Feldabwehr erfolgreich organisierst](#)

Passcodierungen

[Passcodierungen](#) kann als Vorschlag für ein einheitliches System gesehen werden.

From:

<https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/> - **Volleyball Trainer-Wiki**

Permanent link:

<https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/doku.php?id=08spielsys:start&rev=1647344209>

Last update: **2025/04/17 05:39**

