

Rahmentrainingskonzeption

Floorball-Verband Deutschland e.V.

April 2026

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Remo Hubacher

Leonie Buhl

Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner

Goesselstraße 55

28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland

Postfach 71 30

26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Tel: +49 5132 873630

Fax: +49 5132 8736319

info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank

IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00

BIC: DEUTDE33HAN30

eingetragen

AG Leipzig VR3945

St.-Nr.: 60/146/11590

UST-ID: DE267630079

Leitung:	Kevin Kapfer	Cheftrainer
Mitarbeit:	Roope Hyvönen	Bundestrainer U17 Herren
	Miroslav Snajdr	Bundestrainer U19 Herren
	Tomi Rastas	Bundestrainer U19 Herren
	Kevin Buckermann	Bundestrainer U19 Damen
	Santeri Raatarila	Bundestrainer Herren
	Mikael de Anna	Bundestrainer Herren
	Ilkka Kittilä	Assistenztrainer Herren
	Atte Ronkanen	ehem. Bundestrainer Damen
	Marius Fisterer	Torhütertrainer U19 Herren
	Johannes Schönmeier	Torhütertrainer U17 Herren
	Oliver Stoll	Sportpsychologe A-Nationalteams
	Martin Brückner	ehem. Bundestrainer Herren & ehem. Cheftrainer
	Sebastian Blink	Sportdirektor
	Die Landestrainer:innen der jeweiligen Landesverbände	
Redaktion:	Kevin Kapfer	Cheftrainer
Herausgeber:	Floorball-Verband Deutschland e.V.	

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDE33HAN30	UST-ID: DE267630079

Inhaltsverzeichnis

Hintergrund und Zielsetzung.....	4
Trainingssteuerung und -methodik	6
Wettspiele in den Ausbildungsstufen	9
Sportpsychologie.....	11
Prävention sexualisierter Gewalt	12
Anti-Doping	13
Sportler:innen zu Persönlichkeiten entwickeln.....	14
Torhütterspiel.....	17
Spielprinzipien der Ausbildungsphilosophie	19
Entwicklungsstufen im Floorball.....	22
Basisschulung	24
Grundlagentraining.....	30
Aufbautraining 1.....	36
Aufbautraining 2	42
Anschlussstraining	47
Anhang 1: Spielphasen im Floorball	51
Anhang 2: Spielerollen und deren Aufgaben im Floorball	52
Anhang 3: Good Practice Beispiele für Trainingsformen auf den Entwicklungsstufen.....	53

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Hintergrund und Zielsetzung

Aktuell gibt es in der Trainer:innen- und Spieler:innen-Entwicklung von Floorball Deutschland zwei zentrale Konzepte: die Ausbildungsphilosophie sowie das Nachwuchskonzept.

Die **Ausbildungsphilosophie** enthält Prinzipien, die den aktuellen Stand des Floorballs beschreiben und versucht gleichzeitig künftige Entwicklungen zu antizipieren. Sie gibt der Trainer:innen- und Spieler:innenausbildung einen Rahmen und definiert Schwerpunkte für jene Ausbildung. Sie beinhaltet somit die wichtigsten Ausbildungsprinzipien und gibt konkrete Schwerpunkte für die Ausbildung.

Das **Nachwuchskonzept** regelt primär die Struktur der Landeskader und definiert somit den eminent wichtigen Unterbau der U-Nationalteams von Floorball Deutschland.

Nachwuchstraining zielgerichtet und auf langfristigen Leistungsaufbau ausgerichtet gestalten

Die sportliche Ausbildung von Kindern und Jugendlichen erfordert weit mehr als eine reine Orientierung an Spiel- oder Altersklassen. Körperliche, motorische und kognitive Entwicklungsunterschiede können in jungen Jahren erheblich sein – oftmals beträgt die Differenz innerhalb einer Trainingsgruppe mehrere Jahre. Deshalb braucht es ein individuelles, entwicklungsgerechtes und zugleich systematisch aufgebautes Trainingskonzept für einen langfristigen Leistungsaufbau.

Die Rahmentrainingskonzeption des Floorball-Verbandes bietet hierfür eine klare Struktur: Sie gliedert den Ausbildungsprozess in mehrere aufeinander aufbauenden Stufen – von den ersten Grundlagen bis zum Übergang in den leistungsorientierten Spitzenbereich. Diese Stufen dienen nicht als starres Schema, sondern als Orientierungshilfe für Trainer:innen, um Inhalte, Intensität und methodische Schwerpunkte an das individuelle Leistungs- und Entwicklungsniveau der Sportler:innen anzupassen.

Ziele der RTK sind...

- in jeder Phase altersgerechte Inhalte zu vermitteln,
- eine einseitige oder zu frühe Spezialisierung zu vermeiden,
- langfristig ein hohes und stabiles Leistungsniveau zu entwickeln,
- den Spaß an der Sportart zu fördern und Drop-out zu verhindern und
- allen Trainer:innen einen Leitfaden an die Hand zu geben, den sie für ihre Trainings nutzen können.

Die RTK des Floorball-Verbandes orientiert sich somit an den Grundsätzen des DOSB in Bezug auf die Ziele des Nachwuchsleistungssports und verfolgt das Ziel, Talente systematisch zu entdecken, zu fördern und langfristig an den Leistungssport heranzuführen. Grundlage hierfür sind sportartspezifische Entwicklungswege, die sich an den Anforderungen der angestrebten Zielwettkämpfe ausrichten und zugleich die notwendigen Anpassungen im Nachwuchswettkampfsystem berücksichtigen. Ein besonderes Augenmerk liegt auf der sensiblen Phase des Übergangs vom Jugendbereich zum Spitzensport. Im

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Mittelpunkt steht dabei stets die individuelle Sportler:in, die nicht nur sportliche Leistungsbereitschaft entwickelt, sondern auch in ihrer Persönlichkeitsentwicklung unterstützt wird.



Entscheidend ist, dass die Inhalte jeder Stufe umfassend und vollständig vermittelt werden. Sofern die Inhalte der Ausbildungsstufen nicht gründlich geschult werden, entstehen auf späteren Stufen zwangsläufig Defizite. Das kalendarische Alter dient in diesem Zusammenhang in erster Linie zur Orientierung der Altersstufe innerhalb des Spielbetriebs. Das bedeutet nicht zwangsläufig, dass ein 14-jähriger Spieler die Ziele des ersten Aufbaustrainings anstrebt.

Die Altersstufen U5 und U7 wurden bewusst ausgeklammert. Der überwältigende Großteil der Vereine verfügt über kein Angebot für die Altersstufe U5. Außerdem gibt es noch nicht flächendeckend Angebote für die Stufe U7. Auf diesen Stufen, sofern überhaupt vorhanden, überwiegt der polysportive Anteil sowie der Anteil des freien Spiels und es kann noch nicht von der zielgerichteten Vermittlung sportartspezifischer Fertigkeiten gesprochen werden. Insofern setzt diese RTK auf der Stufe U9 an, von wo an Grundlagen motorischer und sportartspezifischer Fertigkeiten vermittelt werden sollen.

Neben der sportlichen Leistungsentwicklung steht auch die ganzheitliche Förderung der Persönlichkeit im Mittelpunkt. Trainings- und Wettkampfstrukturen sollen Kinder und Jugendliche nicht nur sportlich, sondern auch in ihrer sozialen und persönlichen Entwicklung unterstützen. Dabei gilt: **Der langfristige Leistungsaufbau hat Vorrang vor kurzfristigen Erfolgen.** Wettkämpfe sind nicht zum Gewinn von Trophäen, sondern als Trainingsmittel und somit als wichtige Entwicklungsmöglichkeit für die Sportler:innen zu verstehen. Die RTK berücksichtigt zudem Spät- und Quereinsteiger und ermöglicht durch flexible Übergänge zwischen den Stufen, dass auch sie passende Trainingsreize erhalten. So wird eine nachhaltige Grundlage geschaffen, um Talente zu erkennen, zu entwickeln und langfristig für den Floorball zu begeistern.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Trainingssteuerung und -methodik

Sportliche Bewegungen entstehen immer aus dem Zusammenspiel koordinativer, konditioneller und energetischer Faktoren. Die allgemeine motorische und athletische Basis bildet nicht nur das Fundament, sondern begleitet und stabilisiert den gesamten Entwicklungsprozess. Wird diese Grundlage unzureichend geschult, entstehen nachteilige Auswirkungen auf die folgenden Ausbildungsstufen. Eine vielseitige Bewegungsschulung fördert konditionelle und koordinative Fertigkeiten, welche die Grundlage für die technisch-taktische und somit sportartspezifische Ausbildung der Spieler:innen bildet. Das Modell der sensiblen Phasen kann dabei helfen, unterschiedliche konditionelle und koordinative Kompetenzen altersgerecht zu vermitteln.

ALTER		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Koordinative Kompetenz	Orientierung										
	Differenzierung										
	Gleichgewicht										
	Reaktion										
	Rhythmisierung										
Konditionelle Kompetenz	Ausdauer										
	Kraft										
	Schnelligkeit										
	Beweglichkeit										

Die athletischen Inhalte befinden sich noch in Erstellung.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch
Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung
Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse
Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt
Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung
Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDEB520

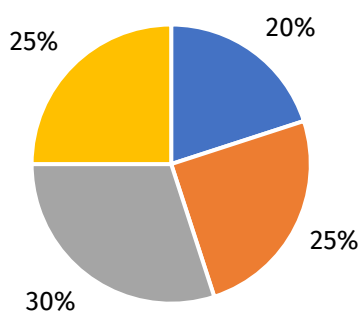
eingetragen
AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Anteile der Trainingsinhalte auf den Entwicklungsstufen pro Training

Damit das Zusammenspiel der Trainingsschwerpunkte über die Alters- und Entwicklungsstufen hinweg gesichert ist, gibt die Rahmentrainingskonzeption Orientierungswerte für Umfänge und Gewichtungen.

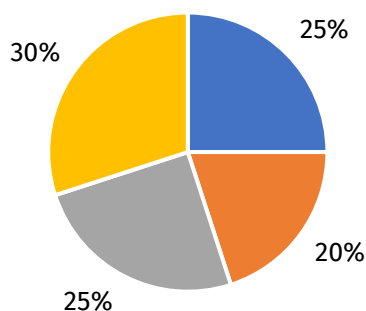
Diese dienen als Leitplanken und sind nicht als starre Vorgaben zu verstehen, die unverändert umgesetzt werden müssen. Ab der Stufe Aufbautraining 1 ist die Rede von gezieltem, integrierten Athletiktraining, welches über rein polysportive Elemente bzw. Übungen zu motorischen Grundlagen hinausgeht.

Basisschulung



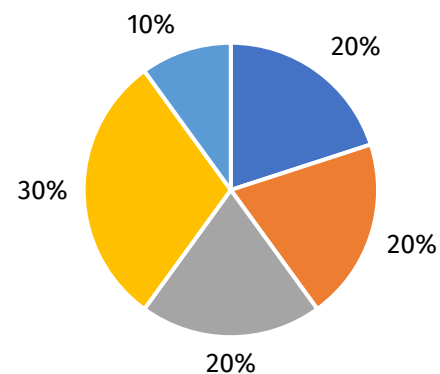
- Stocktechnik
- Polysport/Motorische Grundlagen
- Kleinfeldspiele freies Spiel
- Spielformen Individualtaktik

Grundlagentraining



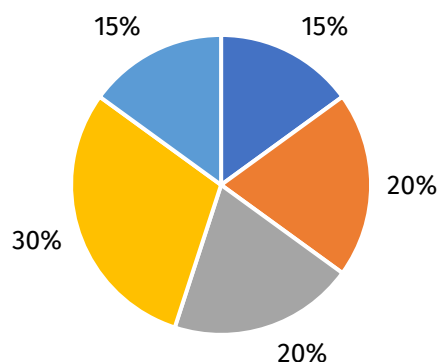
- Stocktechnik
- Polysport/Motorische Grundlagen
- Freies Spiel Großfeld/Kleinfeld
- Spielformen Individualtaktik

Aufbautraining 1



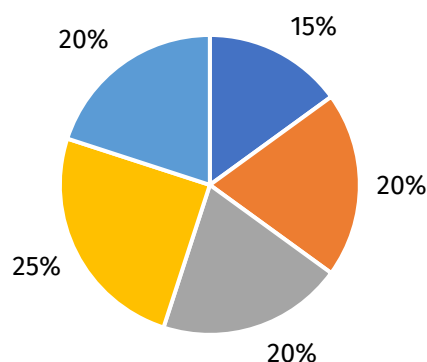
- Stocktechnik
- Athletik
- Freies Spiel Großfeld/Kleinfeld
- Spielformen Individualtaktik
- Teamtaktik

Aufbautraining 2



- Stocktechnik
- Athletik
- Freies Spiel Großfeld/Kleinfeld
- Spielformen Individualtaktik
- Teamtaktik

Anschlussstraining



- Stocktechnik
- Athletik
- Freies Spiel Großfeld/Kleinfeld
- Spielformen Individualtaktik
- Teamtaktik

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Die Grafiken stellen dabei eine „durchschnittliche“ Trainingseinheit der jeweiligen Entwicklungsstufe dar. Für Athlet:innen, die auf Spitzenniveau kommen möchten, benötigt es zwingend zusätzliche Trainings außerhalb der besuchten Teamtrainings, die ihre Inhalte nach oben gezeigten Schwerpunkten allokatieren.

In folgender Tabelle sind Richtwerte für den Wochenumfang (in Stunden) dargestellt, die Spieler:innen in den Bereichen Floorball und Athletik absolvieren sollten, um mittelfristig nationales Spitzenniveau zu erreichen. Die gezeigten Umfänge orientieren sich an der Lebensrealität von Spieler:innen in den Top-4 Nationen und wurden an die aktuell vorliegenden Strukturen im deutschen Floorball angepasst. In der Basisschulung und im Grundlagentraining sollen zudem polysportive bzw. allgemeine sportliche Aktivitäten den gezeigten Wochenumfang ergänzen. Jene allgemeinen sportlichen Aktivitäten nehmen im weiteren Verlauf ab, sollten jedoch auch auf der Stufe des Aufbau- oder Anschlussstrainings in geringem Maße präsent sein. Ab Stufe des Aufbautrainings müssen die Spieler:innen in der Regel zusätzliche Trainings mit den Schwerpunkten Stocktechnik (zählt auf Stundenkontingent „Floorball“ ein) und Athletik wahrnehmen, um ihren Wochenumfang an Trainingsstunden zu erhöhen.

Schwerpunkt / Entwicklungsstufe	Floorball	Athletik/motorische Grundlagen	Allg. sportliche Aktivitäten
Basisschulung	3	1	5
Grundlagentraining	4	2	4
Aufbautraining 1	6	3	3
Aufbautraining 2	8	3	2
Anschlussstraining	10	4	1

Angabe in Stunden/Woche

Floorball-Verband Deutschland e. V.
vertreten durch

Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)
Kontakt

Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDE33

eingetragen

AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Wettspiele in den Ausbildungsstufen

Die Wettspielformate sind alters- und leistungsadaptiert und dienen zur Steuerung des Trainingsprozesses. Klein- und Großfeldspiele werden eingesetzt, um in frühen Phasen die Motivation und Spielkompetenz der Spieler:innen zu fördern sowie in späteren Phasen die taktische Entscheidungsfähigkeit. Spielfeldgröße, Mannschaftsstärke und Regeln passen sich systematisch dem Entwicklungsstand an. Wettspiele dienen als integraler Bestandteil der Trainingsplanung und sind elementar für die Entwicklung der Spieler:innen.

Teamtaktische Vorgaben spielen bis zum Aufbautraining 1 im Großfeld- sowie im Kleinfeld-Spielformat eine untergeordnete Rolle. Vielmehr **steht die individualtaktische Entwicklung und das Erlernen von Spielprinzipien im Vordergrund**. Spielprinzipien bilden die Grundlage für teamtaktische Vorgaben und können als Bewegungen und Angewohnheiten den Spieler:innen bereits in der Basisschulung, dem Grundlagentraining und dem Aufbautraining 1 vermittelt werden. Damit soll eine fundierte Basis gelegt werden, auf der später die Teamtaktik aufbauen kann. Nachfolgend werden beispielhafte Prinzipien für die Stufen der Basisschulung bis zum Aufbautraining 1 aufgezeigt. Die Spielphasen sind dem [Anhang 1: Spielphasen im Floorball](#) zu entnehmen. Erläuterungen zu den Spielerrollen sind dem [Anhang 2: Spielerrollen und deren Aufgaben im Floorball](#) zu entnehmen.

Basisschulung – Beispielhafte Prinzipien	
Spielfreude entwickeln	Selbst Torchancen kreieren durch gewonnene Zweikämpfe mit Ball
Immer Druck auf den Ballführenden: nächster Spieler verteidigt Kelle vs. Kelle	Erster Gedanke: Kann ich ein Tor erzielen / zweiter Gedanke: kann ein Mitspieler ein Tor erzielen
Grundlagentraining	
Spielphase	Aufgaben
Organisierte Defensive	Höchst möglicher Druck auf Ballführenden, Gegenspieler mit Kommunikation übergeben, manorientierte Verteidigung
Organisierte Offensive	Tiefe und Breite sicherstellen, Auslösungen in Bewegung, Bewegung nach Pass
Defensiv-Transition	Ballnähester Spieler macht Druck auf Ball; Spieler ohne Ball sofort in Rückwärtsbewegung und schnellstmöglich Mitte schließen
Offensiv-Transition	Spieler mit Ball wendet das Spiel mit der ersten Aktion vorwärts

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Aufbautraining 1	
Spielphase	Aufgaben
Organisierte Defensive	Raum-Mann orientierte Verteidigung; Gegenspieler mit Kommunikation übergeben; Gegenspieler in ungefährlichen Zonen halten
Organisierte Offensive	Von der Bewegung in die Bewegung spielen; Spielerrolle 2 reagiert auf Bewegungen von Mitspielern (Make the Space, fill the Space)
Defensiv-Transition	Ballnähester Spieler macht Druck auf Ball; Spieler ohne Ball Gegenspieler zuteilen nach Priorität; Support durch Kommunikation mit Goalie
Offensiv-Transition	Spieler mit Ball wendet das Spiel vorwärts; Spielerrolle 2 reagiert: sofort Tiefe und eine ballnahe Anspielstation schaffen
Überzahl	Grundaufstellung und Abschlusspositionen besprechen; Abstand zur Bande; nah vor das Tor kommen
Unterzahl	Grundaufstellung besprechen; nach Ballgewinn versuchen zu Torchancen zu kommen; aktive Schläger und tiefe Körperposition: jeder verteidigt einen Gegenspieler und einen Pass

Floorball-Verband Deutschland e. V.
vertreten durch

Remo Hubacher

Leonie Buhl

Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner

Goesselstraße 55

28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland

Postfach 71 30

26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)
Kontakt

Tel: +49 5132 873630

Fax: +49 5132 8736319

info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank

IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00

BIC: DEUTDEB520

eingetragen

AG Leipzig VR3945

St.-Nr.: 60/146/11590

UST-ID: DE267630079

Sportpsychologie

Der Floorball-Verband Deutschland verfügt seit September 2025 über ein sportpsychologisches Konzept für die A-Nationalteams, sprich die Herren- und Damen-Nationalmannschaft. Dieses Konzept umfasst die sportpsychologischen Grundlagen im Sinne des Handelns und Leistens im Floorball sowie eine Darstellung der Anforderungsprofile der handelnden Akteure auf dem Feld. Das Konzept beinhaltet außerdem eine psychologische Grundhaltung, die in der Konzeption mit den Teams umgesetzt werden soll. Dabei handelt es sich um den Acceptance-Commitment-Ansatz. Bei diesem Ansatz steht nicht die Veränderung oder Eliminierung „negativer“ Gedanken und Gefühle, sondern die Förderung von psychologischer Flexibilität im Zentrum. Wird der ACT-Ansatz mit einer leistungssportlichen Relevanz betrachtet, geht es um die Stabilisierung und Optimierung der Gesamtleistung der Spieler:innen. Mit Fokus auf die mentale Gesundheit geht es um den Schutz vor Stress, Angst, Burnout und Identitätsproblemen.

Acceptance-Commitment-Modell (ACT) im Leistungssport

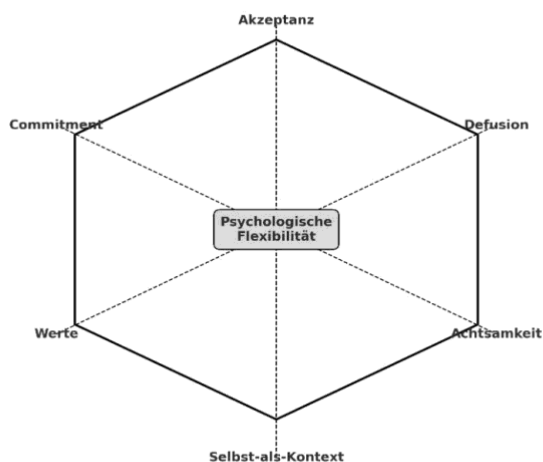


Abbildung: Das Hexaflex-Modell (Hayes et al., 2012)

Die Umsetzung des Konzepts startet mit dem WM-Jahr der Herren-Nationalmannschaft im Jahr 2026 und ist auf den Zeitraum bis zur Damen WM Ende 2029 ausgelegt. Während dieses Zeitraums erfolgt eine ständige Evaluation durch den zuständigen Sportpsychologen Dr. Oliver Stoll.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Prävention sexualisierter Gewalt

Floorball Deutschland sieht in seinen Vereinen elementare Orte des sportlichen und sozialen Zusammenlebens. Der Spitzenverband weiß um die Verantwortung aller Mitarbeiter:innen - sowohl im Erwachsenenbereich als auch in den Jugendabteilungen - für die ihnen von den Eltern anvertrauten Kinder und Jugendlichen. Das Wohl aller Menschen (Kinder, Jugendliche und Erwachsene) bei Floorball Deutschland gilt es zu schützen. Die Trainer:innen tragen eine große Verantwortung im alltäglichen Umgang mit jungen Menschen. Als wichtig gilt die Förderung einer Kultur des Hinsehens, die zwingend in die Entwicklung von Konzepten und Leitfäden zur Prävention sexualisierter, physischer und seelischer Gewalt mündet – orientiert an den jeweiligen Strukturen der Vereine. Dabei sind insbesondere unterschiedliche Formen der Beteiligung von Kindern und Jugendlichen zu berücksichtigen. Ein offener Umgang mit dem Thema Kindeswohl sowie Prävention jeglicher Form von Gewalt und eine offene Kommunikation mit diesen Themen gelten auf allen Ebenen als Selbstverständlichkeit. **Wir fördern eine Kultur des Hinsehens!**

Ansprechpersonen bei Floorball Deutschland:

Leonie Buhl (Vizepräsidentin): l.buhl@floorball.de

Niklas Wangnet (Vorstandsmitglied): n.wangnet@floorball.de

Weiterführende Informationen auf der Website von Floorball Deutschland:

<https://floorball.de/praevention-sexualisierter-gewalt/>

Informationen durch den DOSB:

<https://safesport.dosb.de/>

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Anti-Doping

Floorball Deutschland steht für einen sauberen Sport. Deshalb unterstützt FD alle zielführenden Aktivitäten im Kampf gegen Doping und engagiert sich in der Dopingprävention. Wir unterstützen das nationale Präventionsnetzwerk GEMEINSAM GEGEN DOPING, vertreten Werte wie Fair Play und Chancengleichheit und setzen uns für die Gesundheit unserer Athlet:innen ein. Dabei arbeiten wir mit der Nationalen Anti Doping Agentur Deutschland (NADA) zusammen und halten für unsere Nationalspieler:innen regelmäßig Workshops mit der NADA ab. Insbesondere den Landeskadern wird empfohlen, ihre Athlet:innen bereits frühzeitig über das Thema Anti-Doping zu informieren. Denn nur so können wir die positiven Werte des Sports bewahren. Im Rahmen von GEMEINSAM GEGEN DOPING bieten wir Athlet:innen, Trainer:innen, Eltern und allen Interessierten wichtige Hilfestellungen für einen sauberen Sport.

Weiterführende Informationen auf der Website von Floorball Deutschland:

https://floorball.de/downloads/?filter_type=all&download_tag=112

Mehr Informationen zur Initiative GEMEINSAM GEGEN DOPING:

<https://www.gemeinsam-gegen-doping.de>

e-Learning Kurs zur Dopingprävention:

<https://www.gemeinsam-gegen-doping.de/angebote/e-learning>

Ansprechperson bei Floorball Deutschland:

Sebastian Blink (Sportdirektor): s.blink@floorball.de

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Sportler:innen zu Persönlichkeiten entwickeln

Für die sportliche und persönliche Entwicklung von Spieler:innen ist es entscheidend, jede Ausbildungsstufe bewusst zu durchlaufen. Die Erfahrungen aus den vorherigen Phasen bilden das Fundament für die nächste Entwicklungsstufe. Zwar kann nicht jeder Schritt vollständig abgeschlossen sein, bevor der nächste beginnt – aber je solider die Basis, desto leichter gelingt der Fortschritt.

Floorball ist schnell, kreativ, teamorientiert und erfordert sowohl körperliche als auch geistige Fähigkeiten. Diese Eigenschaften machen die Sportart zu einem idealen Umfeld für Persönlichkeitsentwicklung – von der Begeisterung für Bewegung im Kindesalter bis hin zu mentaler Stärke und Eigenverantwortung im Erwachsenenalter. Nachfolgend werden für jede Stufe Schwerpunkte in der Persönlichkeitsentwicklung definiert sowie Handlungsempfehlungen für die Athlet:innen, Trainer:innen und Eltern ausgesprochen.

Basisschulung (7–10 Jahre)

Ziel: Begeisterung für Bewegung, Spaß am Spiel, erste Wertevermittlung.

Schwerpunkte

- Freude am Bewegen und Spielen wecken
- Grundlegende soziale Werte (Fairness, Respekt, Teamwork) spielerisch einführen
- Kreativität, Neugier und Eigeninitiative fördern
- Erste Regeln und Entscheidungsfindung erleben
- Selbstvertrauen durch positives Feedback aufbauen

Athlet:innen: Spiele mit Freude und Neugier. Probiere viele Bewegungen aus und habe Spaß mit deinem Team. Es geht nicht ums Gewinnen, sondern darum, dein Bestes zu geben.

Trainer:innen: Schaffe ein positives, wertschätzendes Umfeld. Gestalte das Training spielerisch, abwechslungsreich und ohne Leistungsdruck. Fördere Selbstvertrauen und soziale Kompetenzen.

Eltern: Unterstützt euer Kind, unabhängig von sportlichen Leistungen. Seid positiv, hört zu und gebt Gelegenheiten zu vielfältiger Bewegung – auch außerhalb der Halle.

Grundlagentraining (11–12 Jahre)

Ziel: Breite motorische und mentale Basis aufbauen, erste bewusste Zielsetzung.

Schwerpunkte

- Entwicklung koordinativer und konditioneller Grundlagen
- Einführung einfacher mentaler Techniken (Konzentration, Atemübungen)
- Erkennen des Zusammenhangs zwischen Trainingseinsatz und Fortschritt
- Förderung von Arbeitsmoral, Teamfähigkeit und Respekt
- Ermutigung, Verantwortung für das eigene Lernen zu übernehmen

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDE33HAN30	UST-ID: DE267630079

Athlet:innen: Lerne, dich zu konzentrieren, Ziele zu setzen und aus Fehlern zu lernen. Arbeite an deiner Technik, aber auch an deiner Einstellung.

Trainer:innen: Baue mentale Elemente ins Training ein. Vermittle Grundlagen von Zielsetzung und Selbstreflexion. Fördere die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen.

Eltern: Betont Einsatz und Lernfortschritt statt nur Ergebnisse. Unterstützt soziale Werte wie Teamgeist und Fairness.

Aufbautraining 1 (13–14 Jahre)

Ziel: Grundlagen vertiefen, mit steigenden Trainingsanforderungen umgehen.

Schwerpunkte

- Systematische Weiterentwicklung mentaler Fähigkeiten (Fokus, Motivation, Umgang mit Druck)
- Einführung von Visualisierung, Selbstgesprächen und Routinen
- Erkennen, dass Rückschläge Lernchancen sind
- Bewusstes Trainieren von Kommunikation und Zusammenarbeit
- Stärkung der Eigenverantwortung im Training

Athlet:innen: Nutze mentale Techniken, um dich zu fokussieren. Entwickle Routinen für Training und Spiel. Lerne, Feedback konstruktiv anzunehmen.

Trainer:innen: Integriere mentales Training fest in den Trainingsplan. Unterstütze Athlet:innen beim Umgang mit Druck und Wettbewerb. Fördere Reflexion nach Spielen.

Eltern: Helft, mit sportlichen Herausforderungen umzugehen, ohne zusätzlichen Druck zu erzeugen. Unterstützt positive Selbstgespräche und Motivation.

Aufbautraining 2 (15–16 Jahre)

Ziel: Leistung stabilisieren, mentale Stärke für Wettkampfsituationen entwickeln.

Schwerpunkte

- Vertiefung sportpsychologischer Techniken (Stressmanagement, Aufmerksamkeitssteuerung)
- Planung und Durchführung von Wettkampfroutinen
- Bewusstsein für Regeneration und gesunde Lebensführung stärken
- Umgang mit Erwartungshaltung trainieren
- Förderung der Selbstorganisation

Athlet:innen: Plane deine Vorbereitung bewusst. Nutze Routinen, aber bleib flexibel für unerwartete Spielsituationen. Achte auf Regeneration, Ernährung und Schlaf.

Trainer:innen: Setze Prozessziele im Wettkampf. Unterstütze bei der Erstellung individueller Vorbereitungsstrategien. Achte auf ausgewogene Wettkampfplanung, um Überlastung zu vermeiden.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse	Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland	Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30	Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg	info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Eltern: Unterstützt, indem ihr Interesse zeigt und positive Rückmeldungen gebt. Achtet auf die Balance zwischen Sport, Schule/Ausbildung und Erholung.

Anschlusstraining (17–18 Jahre)

Ziel: Eigenverantwortliche Leistungssteuerung und Übergang in den Spitzenbereich.

Schwerpunkte

- Selbstständige Trainingsplanung und Zielsetzung
- Hohe Eigenverantwortung in Wettkampfvorbereitung und -reflexion
- Balance zwischen Sport, Ausbildung/Beruf und Privatleben
- Motivation langfristig aufrechterhalten
- Pflege einer gesunden sportlichen Identität

Athlet:innen: Übernimm Verantwortung für deine Entwicklung. Plane, reflektiere und optimiere eigenständig – in enger Abstimmung mit deinem Trainerteam.

Trainer:innen: Agiere als Mentor. Unterstütze die Athlet:innen beim Übergang in höhere Leistungsklassen. Fördere Selbstreflexion und Entscheidungsfähigkeit.

Eltern: Gebt Raum für Eigenständigkeit, bleibt aber verlässliche Unterstützung. Achtet auf die langfristige Freude am Sport.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Torhüterspiel

Die in diesem Abschnitt formulierten Inhalte beziehen sich explizit auf die Torhüter:innen. Die Ziele der jeweiligen Entwicklungsstufe sowie die Empfehlungen für Trainer:innen, die im weiteren Verlauf der RTK ausgeführt werden, sind ebenso auf die Torhüter:innen übertragbar. Da die Ausbildungsphilosophie nicht ohne Weiteres auf das Torhüterspiel übertragbar ist, ist die Struktur in diesem Kapitel abweichend von der auf den Entwicklungsstufen der Feldspieler:innen. Inhalte zu den weiteren Entwicklungsstufen im Torhüterspiel befinden sich aktuell in Erstellung.

Basisschulung

Alter: 7-11 Jahre bzw. U9 & U11

Ziele

Im Rahmen der Basisschulung sollen Spieler:innen an die Torhüterposition herangeführt werden. Es werden die Grundlagen des Torhüterspiels vermittelt und die Kinder finden Spaß an der Position im Tor. In der Basisschulung soll keine Selektion vorgenommen werden, jedoch erste Potenziale erkannt werden. Alle Spieler:innen, die Interesse an der Torhüterposition haben, sollen diese ausprobieren dürfen.

Ausbildungsziele

Technik: Fangen, Werfen, vereinfachte Grundposition, erste Bewegungsformen im Tor

Koordination: Förderung der Hand-Augen Koordination, Reaktions- und Gleichgewichtsfähigkeit

Beweglichkeit: Schulung der allgemeinen Beweglichkeit, Förderung dynamischer Bewegungen

Mentales: Ballangst abbauen, Selbstvertrauen stärken

Sichtung: Erste Talenterkennung: wer eignet sich langfristig für diese Position?

Methodik

Polysportive Ausbildung: Vielseitige Sportarten und Ballarten einsetzen (z.B. Handball, Indiacca, Tennis etc.)

Bewegung vor Spezialisierung: Motorische Grundlagen vor torwärtspezifischen Techniken trainieren

Spielerorientiertes Lernen: Spiele zum Aufwärmen, spielnahe Übungen, Motivation durch Spielspaß

Vorbildwirkung des Trainers: Aktives Mitmachen, Vorzeigen, Freude zeigen

Kleine Gruppen & viel Aktivität: Max. 3-4 Torhüter:innen pro Trainer:in, viele Wiederholungen sicherstellen

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Trainingsinhalte und Schwerpunkte

1. Grundtechniken

- Fangen und Werfen (unterschiedliche Höhen, Distanzen, Ballarten)
- Grundposition (vereinfacht): V-Stellung, Knie leicht gebeugt, Hände vor dem Körper
- Bewegung im Tor: seitliches Verschieben (Knieschritt), Ausgangsposition (Aufstehen/Kniehocke und nicht am Tor anlehnen), Orientierung im Tor

2. Koordination und Beweglichkeit

- Seilspringen (ein- und beidbeinige Varianten)
- Balanceübungen (Einbeinstand, instabile Unterlagen)
- Ballgewöhnung (Softball fangen, Jonglieren mit 2 Bällen, Floorbälle und Tennisbälle werfen und fangen)

3. Warm-Up Spiele

- Schnappballvarianten
- Tippball-Varianten
- Indiacca
- Leibchenfangen

4. Spielnahe Trainingsformen

- Bälle aus verschiedenen Richtungen werfen (stehend, kniend, gerollt)
- Werfen auf Ziele (Kasten, Eimer, Hütchen, Zonen)
- Reaktion auf akustische oder visuelle Signale
- Teamspiele mit Torhüterbeteiligung (z.B. Small Games)

5. Fazit

- Fokus auf Vielfalt, Freude und Entwicklung
- Keine frühe Spezialisierung: Spieler:innen sollen sich im Tor ausprobieren
- Viele spielerische und polysportive Inhalte fördern die nachhaltige motorische Entwicklung
- Torhüter:innen sollen unbedingt in das Teamtraining eingebunden werden
- Torhüterposition wird bewusst als etwas Positives hervorgehoben – als spannende und wichtige Aufgabe im Team

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Spielprinzipien der Ausbildungsphilosophie

In folgender Tabelle werden die Spielprinzipien der Ausbildungsphilosophie dargestellt. Diese Prinzipien sind maßgeblich für die im späteren Verlauf abgeleiteten Ausbildungsinhalte pro Entwicklungsstufe.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDEB520

eingetragen

AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Prinzip	Fähigkeit	Definition	Beispielsituationen
Antizipation	Komplex denken / Folgeschritte beachten	...im Spiel die gesamte Situation zu erkennen und mindestens einen Schritt vorzuplanen.	Auslösungen Abschlussituationen kreieren Gegnerische Pässe antizipieren
Decision-Making	Nutzen-Risiko einschätzen	...meine Entscheidungen derartig zu treffen, dass ein großer Nutzen für mein Team entsteht.	Risikoabwägungen bei der Entscheidung für einen auslösenden Pass Risikoabwägungen bei Finalpässen Risiko im defensiven Zweikampf
Zweikampfverhalten	Offensives Zweikampfverhalten	...ein optimales offensives Zweikampfverhalten im Spiel mit Ball	Offensivspieler im 1:1 Duell mit Ball in der Tasche Verteidiger in der Spieleröffnung
	Defensives Zweikampfverhalten	...ein optimales defensives Zweikampfverhalten im Spiel gegen den Ball	Defensivspieler im 1:1 in der Defensivzone Stürmer im 1:1 im Forechecking
Raumverständnis	Gegenspieler binden / zuordnen	...mit oder ohne Ball bewusst Gegner zu binden, um Raum für andere Mitspieler oder Passwege zu kreieren.	Ballführender Spieler kann Gegner auf sich ziehen Durch Positionsspiel können Gegner in bestimmte Räume gezogen werden Laufwege in gefährliche Zonen, um Raum für andere Spieler zu kreieren, die den Raum anschließend besetzen Übergeben von Gegenspielern in der Defensivzone und damit Reaktion auf Bewegungen der Gegenspieler ohne Ball Priorisieren von Gegenspielern in der Defense aufgrund des Raumes in der Mittelzone
	Freie Räume erkennen	...zu erkennen, wo sich auf dem Spielfeld freie Räume befinden und wie diese genutzt werden können.	Auslösungen Abschlussituationen vorbereiten oder finden Bewusste Seitenverlagerungen, um Mitspieler Zeit zu geben Unter Druck einen freien Mitspieler finden Dribbling bei Stellungsfehlern des Gegners
Individuelle Fähigkeiten	Technische Fähigkeiten	...die eigenen technischen Fertigkeiten situationsabhängig so einzusetzen, dass ich meine spielerischen Ziele erreichen kann.	Beherrschung verschiedener Abschlussarten (z.B. Direktabschlüsse nahe am Tor, gezogene Schüsse aus Distanz) Fähigkeit unter Druck präzise Pässe zu spielen

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Geschäftsführung

Postadresse

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Bankverbindung

eingetragen

Remo Hubacher

Roland Büttner

Floorball Deutschland

Tel: +49 5132 873630

Deutsche Bank

AG Leipzig VR3945

Leonie Buhl

Goesselstraße 55

Postfach 71 30

Fax: +49 5132 8736319

IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00

St.-Nr.: 60/146/11590

Daniel Kehne

28215 Bremen

26051 Oldenburg

info@floorball.de

BIC: DEUTDE3303

UST-ID: DE267630079

	Athletische Fähigkeiten*	... die eigenen athletischen Fertigkeiten situationsabhängig so einzusetzen, dass ich meine spielerischen Ziele erreichen kann.	Durch besseres Körperbewusstsein später und effizienter bremsen können bei offenen Bällen Schnelligkeit im offensiven Zweikampfverhalten zum Vorteil nutzen Mentale Seite: durch ausgeprägte Athletik dominieren
--	--------------------------	---	--

*Athletik-Inhalte aktuell in Erstellung.

Floorball-Verband Deutschland e. V.
vertreten durch

Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)
Kontakt

Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDE33HAN30

eingetragen

AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Entwicklungsstufen im Floorball

Nachfolgende Übersicht stellt die Entwicklungsstufen der vorab definierten Prinzipien dar. Im Idealfall können die Entwicklungsstufen in der jeweiligen Altersstufe durchlaufen werden. Die Entwicklungsschritte sind nicht als rigide festgelegt zu verstehen, sondern sollen vielmehr die Vielseitigkeit der Prinzipien erläutern. Dadurch ist es in einzelnen Fällen denkbar, dass Elemente der nächsten Entwicklungsstufe bereits angeeignet wurden, ohne die Elemente der vorangegangenen Entwicklungsstufe vollständig zu beherrschen. Falls mit dem Übergang in die nächste Altersstufe die Entwicklungsstufe noch nicht abgeschlossen ist, gilt der Fokus immer der ganzheitlichen Ausbildung der Athlet:innen. Priorität hat somit immer die individuelle Entwicklung der Athlet:innen.

Prinzip/Entwicklungsstufe	Basisschulung (7-10 Jahre)	Grundlagentraining (11-12 Jahre)	Aufbautraining 1 (13-14 Jahre)	Aufbautraining 2 (15-16 Jahre)	Anschlusstraining (17-18 Jahre)
Antizipation	Ich und mein Gegner	2-2	3-3	4-4	5-5
Decision-Making	Vielseitige Erfahrungen sammeln und reflektieren, jedoch ohne präzise Risikoeinschätzung	Gewinn-Risiko Abschätzung findet in der unmittelbaren Spielumgebung statt	Gewinn-Risiko Abschätzung findet angepasst an die Spielsituation statt; Entscheidungen faken	In der Gewinn-Risiko Abschätzung wird die nächste Spielsituation bereits mitbedacht	In der Gewinn-Risiko Abschätzung wird der Spielstand und die Spielzeit berücksichtigt.
Offensives Zweikampfverhalten: Ball abschirmen	Physische und technische Grundlagen; in Bewegung bleiben	Ballabschirmen mit Körper; Scanning schon vor der Situation	Körper-Ball-Position optimieren: Volles Bewegungsspektrum zwischen enger/weiter Ballführung situationsangepasst ausschöpfen	Durch Körper- und Schlägertäuschungen die Situation lösen	Durch Körper- und Schlägertäuschungen Torchancen kreieren
Offensives Zweikampfverhalten: Offener Zweikampf	Physische und technische Grundlagen; Kopf oben	Körper zum Ball abschirmen nutzen; Körper und Kopf für Finten nutzen	Körper-Ball-Position optimieren: Volles Bewegungsspektrum zwischen enger/weiter Ballführung situationsangepasst ausschöpfen; Gegner schneiden	Repertoire an Fake Moves erweitern und unterschiedliche Feldpositionen und Spielsituationen simulieren	Durch Körper- und Schlägertäuschungen Torchancen kreieren; nächste Aktion initiieren

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch
Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung
Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse
Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt
Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung
Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDE330303

eingetragen
AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Defensives Zweikampfverhalten Spielerrolle 3	Physische Grundlagen; Kelle vs. Kelle; Körper vs. Körper	Timing im Zweikampf; Körperposition; Blockverhalten	Inside verteidigen und gefährlichste Option schließen	Inside verteidigen und Gegner in eine Richtung steuern/lenken	Taktisch inside verteidigen (gewünschten Raum schließen)
Defensives Zweikampfverhalten Spielerrolle 4	Physische Grundlagen; Gegenspieler markieren	Körperposition, um Gegner inside zu decken; Gegenspieler durch Kommunikation übergeben	Körperposition auf Ball und eigenen Gegenspieler ausgerichtet	Körperposition an Spielsituation ausgerichtet (1v2 in meinem Raum; Pressing erfordert aggressiveres Decken)	Körperposition an nächste Spielsituation ausgerichtet
Raumverständnis: Gegner binden	Gesamtes Spielfeld nutzen, Raum für mich finden: ballfernes und ballnahes Denken	Raum für meinen Mitspieler kreieren; Verständnis über Raumorientierung	Raum für einen „dritten“ Mitspieler kreieren	Raum taktisch für die eigene Linie kreieren	Raum für nächste Spielsituation kreieren
Raumverständnis: freie Räume erkennen (offensiv)	Eigenen Raum erkennen, Entscheidung anhand Raumes fällen (Schuss/Pass/Dribbling)	Räume für mich und einen Mitspieler erkennen (2-Spieler Kooperation)	Räume für mich und zwei Mitspieler erkennen (3- Spieler Kooperation)	Räume für mich und meine Linie erkennen	Raum für nächste Spielsituation antizipieren
Raumverständnis: freie Räume erkennen (defensiv)	Raum für meinen Gegenspieler reduzieren	Raum für einen zweiten Gegenspieler reduzieren	Raum für einen dritten Gegenspieler reduzieren und eigene Spielposition anpassen	Raum als Linie reduzieren	Spielposition taktisch anpassen
Raumverständnis: Gegner zuordnen	Eigenen Gegenspieler finden	Wechseln der Gegenspieler mit Kommunikation	Wechseln der Spielposition mit Kommunikation	Taktische Zuordnung in der Spielsituation (Deals, Positionen)	Reaktion auf nächste Spielsituation
Individuelle Fähigkeiten	Grundlagentechnik, Kopf oben	Schussbahnen/Passlinien finden; Tempodribblings mit Fokus Vorhand	Abschluss am Block vorbei; mit Technik Strategie anzeigen; Rhythmuswechsel beim Dribbling	Technik situationsangepasst nutzen (Block verschieben; Aktion verstecken; auf Gegenspieler reagieren)	Nächste Spielsituation initiiieren

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch **Geschäftsführung**
 Remo Hubacher Roland Büttner
 Leonie Buhl Goesselstraße 55
 Daniel Kehne 28215 Bremen

Postadresse
 Floorball Deutschland
 Postfach 71 30
 26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt
 Tel: +49 5132 873630
 Fax: +49 5132 8736319
 info@floorball.de

Bankverbindung
 Deutsche Bank
 IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
 BIC: DEUTDE33HAN30

eingetragen
 AG Leipzig VR3945
 St.-Nr.: 60/146/11590
 UST-ID: DE267630079

Basisschulung

Alter: 7-11 Jahre bzw. U9 & U11

Ziele

In der Altersstufe U9 und U11 sollten Trainer:innen ihren Fokus auf die nachfolgend aufgeführten Fähigkeiten richten. Eine positive Trainingsatmosphäre, in der die Kinder vielseitige Erfahrungen sammeln können, trägt maßgeblich zur optimalen Entwicklung bei. Die Kinder sollen positive Erfahrungen sammeln und den Spaß am Floorball finden. Dies gilt gewissermaßen für alle Altersstufen, aber insbesondere auch für jüngere Kinder als in der hier beschriebenen Altersstufe. Die Kinder sollen sich durch positive Unterstützung zu selbstbewussten Spieler:innen entwickeln. Dazu gehört, dass alle Kinder im Training Erfolgserlebnisse sammeln können. Der Ausbildungsgedanke steht an erster Stelle. Alle Kinder sollen im Wettkampf gleichermaßen Einsatzzeit erhalten. Dadurch sollen die Kinder erste Wettkampferfahrungen erleben, ohne dass eine resultatbezogene Zielsetzung erkennbar ist.

Fokus:

- Freude am Floorball entwickeln
- Viele kleine Spielformen, um Spielfähigkeit und technische Grundlagen spielnah auszubilden
- Möglichst hohe Bewegungszeit und Ballkontakte pro Spieler:in → je nach Anzahl an Kindern im Training mehrere Spielfelder möglich
- Individualtaktische Ausbildung (beginnend mit Spielerrolle 1 & 3; anschließend ergänzt um Spielerrolle 2 & 4)
- Spieler:innen lernen selbstbewusst Tore zu schießen und ballführende Gegenspieler immer unter Druck zu setzen
- Ganzheitliche Ausbildung: keine Fixierung auf eine Spielposition
- Vielseitiges polysportives Training

Merkmale Altersstufe – Empfehlungen für Trainer:innen

Die Kinder verfügen über ein ausgeprägtes Koordinationsvermögen. Diese Stufe bietet sehr gute Entwicklungsmöglichkeiten der Motorik, was für das Erlernen vielseitiger Bewegungen sehr wertvoll ist. Die Leistungsbereitschaft ist hoch. Die Kinder sind meist ichbezogen, suchen aber zunehmend eine Gemeinschaft und werden teamfähig. Die Aufmerksamkeitsspanne ist noch gering, was bei Instruktionen und Feedback zu berücksichtigen ist.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDE33HAN30	UST-ID: DE267630079

Ausbildungsprinzipien

Antizipation: 1-1 Situationen / 2-2 Situationen

Vor allem auf der Stufe U9 liegt der Fokus auf der Entwicklung der Spielerrolle 1. Die Kinder lernen die Folgen ihrer Entscheidungen in dieser Spielerrolle kennen. Das Prinzip der Antizipation beschränkt sich entsprechend auf dieser Stufe noch auf die eigenen Handlungen sowie auf die Handlungen des direkten Gegenspielers. Ebenfalls wird somit die Spielerrolle 3 fokussiert.

In der Übergangsstufe U11 lernen die Kinder Situationen über das 1-1 hinauszubetrachten. Die Komplexität der Situation wird auf 2-2 angehoben. Entsprechend fallen in das Prinzip der Antizipation das Vorausdenken bzw. Lesen der Spielsituation von Aktionen meines Mitspielers bzw. seines Gegenspielers. In diesem Zuge gewinnen die Spielerrollen 2 und 4 an Relevanz.

Decision-Making: Vielseitige Erfahrungen sammeln ohne Risikoeinschätzung

Die Kinder sollen vielseitige Erfahrungen sammeln und dazu ermutigt werden, immer eine Entscheidung zu treffen. Die präzise Risikoeinschätzung steht dabei nicht im Vordergrund. Die Kinder treffen selbstbewusste Entscheidungen, um selbst Tore zu erzielen und spielen mutig in 1:1 Situationen. Sofern sie nicht selbst ein Tor erzielen können, sind sie dazu angehalten, nach Mitspielern zu suchen, die in einer besseren Position sind.

Die Kinder sollen insbesondere auf Stufe U11 mit den Folgen ihrer Entscheidung konfrontiert werden, um einen Reflexionsprozess über die eigenen Entscheidungen auf dem Feld anzustoßen. Spieler:innen beginnen mit der Risikoabschätzung in der eigenen Spielfeldzone.

Zweikampfverhalten offensiv: Physische und individualtaktische Grundlagen schaffen

Für einen erfolgreichen offensiven Zweikampf müssen die Kinder stabil, schnell und agil sein. Es benötigt eine sichere Ballführung sowie die Fähigkeit, den Ball vom Gegenspieler abzuschirmen und unter Druck zu behaupten.

In der Basisschulung soll beim offensiven Zweikampfverhalten das Ballgefühl und die Beinarbeit verbessert werden. Der Fokus des offensiven Zweikampfverhaltens liegt also auf der Spielerrolle 1.

Vor allem unter Druck und in Situationen, in denen der Ball abgeschirmt wird, sollen die Kinder lernen, den Kopf hochzunehmen und das Spielfeld zu scannen. Um diese Inhalte zu vermitteln, eignen sich kleine Gleichzahl-Spielformen (v.a. 1v1, 2v2; jeweils ohne Joker), in denen die Kinder viele offensive Zweikämpfe führen müssen.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Zweikampfverhalten defensiv: Physische und individualtaktische Grundlagen schaffen

Um einen Gegenspieler im Zweikampf kontrollieren zu können, müssen die Kinder stabil im Zweikampf sein und agil auf die Bewegungen des Gegenspielers reagieren können.

In der Basisschulung soll beim defensiven Zweikampfverhalten die Körper- und Stockarbeit verbessert werden. Insbesondere soll das Prinzip „Körper vs. Körper“ und „Kelle vs. Kelle“ im individualtaktischen Defensivverhalten in Spielerrolle 3 vermittelt werden. Die Kinder sollen lernen, ballführende Spieler:innen immer unter Druck zu setzen und aktiv mit dem Schläger zu verteidigen sowie eine aktive Beinarbeit. Um diese Inhalte zu vermitteln, eignen sich kleine Gleichzahl-Spielformen (v.a. 1v1, 2v2; jeweils ohne Joker), in denen die Kinder viele defensive Zweikämpfe führen müssen.

Raumverständnis: Raum für direkten Gegenspieler reduzieren und freien Raum für sich finden

Das Prinzip Raumverständnis kann sowohl offensiv als auch defensiv interpretiert werden. In der Basisschulung sollen die Kinder lernen, Entscheidungen anhand des vorhandenen Raumes in Spielerrolle 1 zu fällen. Die Kinder sind auch ohne Ball immer aktiv und nutzen freien Raum auf dem Spielfeld. Dabei soll ein Gespür für eine gute Raumaufteilung geschult werden. Die Kinder suchen nach freiem Raum für sich, in dem sie angespielt werden können bzw. den sie mit Ball an der Kelle anstecken können. Im Defensivverhalten ist unter dem Begriff Raumverständnis in der Basisschulung vor allem zu verstehen, dass die Kinder Raum für ihren direkten Gegenspieler reduzieren.

Technische Fähigkeiten: Basisfertigkeiten der Stocktechnik erlernen

Die Stocktechnik, in der RTK untergliedert in die Bereiche Schuss, Pass und Dribbling, gilt als Grundbaustein, um im Floorball entscheidungsfähig zu sein. Ohne eine möglichst optimale technische Ausbildung würde die weitere Entwicklung stark beeinträchtigt. Vor allem in der Basisschulung soll der Fokus darauf liegen, den Kindern die richtige Stockhaltung beizubringen und falsche Haltungen zu korrigieren. Grundlagen der Stocktechnik, die die Kinder in diesem Alter erlernen, lassen sich später sehr schwer aufholen bzw. falsch antrainierte Bewegungsmuster sind sehr mühsam bis nahezu nicht mehr möglich zu korrigieren. Beim Erlernen von technischen Inhalten ist darauf zu achten, dass die Kinder die erlernten Bewegungen in kleinen Spielformen anwenden können. Dabei sollen die Spielformen so gewählt werden, dass gewünschte technische Muster möglichst häufig abgerufen werden. Trainer:innen können die Bewegung vormachen, allerdings sollten nicht alle Teilbereiche lange erklärt werden. Das führt zu Langeweile und Überforderung bei den Kindern. Viel wichtiger sind das individuelle Coaching und die Korrektur in der Ausführung. Um technische Fähigkeiten zu erlernen, benötigen die Kinder eine möglichst hohe Wiederholungszahl pro Training.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Grundlagen Material: Schläger

- **Schlägereigenschaften:** Der Schläger besteht aus den einzelnen Komponenten: Schaft, Kelle und Griffband. Die Schaftlänge beträgt max. 104cm. Der Flex des Schaftes indiziert, wie viele mm der Schaft gebogen werden kann, sprich wie flexibel er ist. Je höher der Flex, desto weicher ist der Schläger. Das Griffband sollte gewechselt werden, wenn kein optimaler Halt mehr gewährleistet ist.
- **Auslegerseite:** Es ist zu unterscheiden in Links- (linke Hand unten) und Rechtsausleger (rechte Hand unten). Häufig spielen Rechtshänder als Linksausleger und vice versa. Um im Kindesalter herauszufinden, womit sich die Kinder wohl fühlen bzw. welche Auslegerseite sich für sie am natürlichsten anfühlt, empfiehlt es sich, einen Schläger vor den Kindern umkippen zu lassen. Die Kinder sollen den Schläger beim Umkippen fangen. Die Hand, mit der sie einen Schläger greifen, ist in der Regel die obere Hand am Schläger.
- **Schlägerlänge:** Die optimale Länge des Schlägers ist individuell zu ermitteln. Als Faustregel gilt, dass das obere Ende des Schlägers bis zum Bauchnabel bzw. maximal bis zum Brustbein gehen sollte. Die richtige Schlägerlänge ist maßgeblich dafür, dass die Kinder die technischen Grundlagen erlernen.
- **Schaufel:** Die Schaufel sollte auf dieser Altersstufe möglichst wenig konkav sein. Außerdem ist es in der Altersstufe der Basisschulung nicht notwendig, die Kelle manuell zu biegen (max. sind jedoch 3cm erlaubt gemäß Regelwerk). Ein Vorteil einer relativ geraden Schaufel ist, dass die Kinder alle technischen Grundlagen erlernen können und sich nicht zu früh an eine zu hohe Schaufelbiegung / -konkavität gewöhnen.
- **Flex:** Der Flex sollte hoch gewählt werden. Auf dieser Stufe sind mindestens 32mm zu empfehlen. Auch weichere Schläger sind gerade auf der Stufe U9 zu empfehlen. Da viele Kinder den Flex noch nicht nutzen können, hilft ein weicher Schläger, um zu sehen, wie der Schläger reagiert, wenn Druck auf ihn ausgeübt wird.

Schuss

Die Kinder sollen lernen, in Bewegung zu schießen. Auf dieser Altersstufe sollte der gezogene Schuss vorrangig geübt werden. Dieser hilft, das allgemeine Ballgefühl zu verbessern und die Kinder lernen, den Flex ihres Schlägers zu nutzen. Diese Skills werden auf den folgenden Stufen relevant und helfen, übergreifende Technikinhalte zu vermitteln. Die Trainer:innen sollen auf altersgerechte Schläger achten (Länge und Flex). Auf dieser Stufe steht die Entwicklung von Schuss-Skills im Vordergrund: die Kinder schießen am liebsten Tore, sodass diese Eigenmotivation bestmöglich genutzt werden soll.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Für den gezogenen Schuss sind folgende Keypoints wichtig:

- Ball wird neben/hinter dem Körper geführt
- Stockfernes Bein ist vorne
- Fuß des stockfernen Beines zeigt Richtung Tor
- Schussdruck startet, wenn Ball und Kelle in einer Linie zum Tor sind und der Ball ca. auf Höhe des Außenfußes ist → untere Hand gibt den Druck (nach vorne, nicht Richtung Boden)
- Oberkörper rotiert Richtung Tor und Gewicht ist über dem Ball (Oberkörper nicht aufrecht)
- Gewicht verlagert sich auf das vordere Bein
- Blick vor Schussabgabe auf das Tor gerichtet
- Schläger schwingt aus und zeigt in Zielrichtung (Ausschwungbewegung endet nicht auf Kniehöhe)

Pass

Die Kinder sollen lernen, in Bewegung zu passen und in Bewegung Pässe anzunehmen. Die Kinder spielen pro Spiel viel mehr Pässe als sie Torschüsse abgeben. Die Relevanz eines präzisen Passspiels ist entsprechend sehr groß.

Für die Passannahme sind folgende Keypoints wichtig:

- Athletische Grundposition, Knie leicht gebeugt
- Lockere Handgelenke
- Ball mit dem Stock abholen und in Pass- bzw. Bewegungsrichtung abfedern
- Die Passannahme leitet die nächste Aktion ein
- Scanning vor der Passannahme

Für das Passspiel sind folgende Keypoints wichtig:

- Blick auf Mitspieler gerichtet, welcher den Pass erhalten soll (später: Faken möglich)
- Schaufel zeigt nach Passabgabe in Zielrichtung
- Ball wird neben dem Körper geführt
- Gewicht verlagert sich über den Ball

Dribbling

Die Kinder sollen auch im technischen Grundlagenbereich des Dribblings möglichst vielfältige Erfahrungen sammeln. Dazu gehört in der Basisschulung das Dribbling mit Vorhand und Rückhand sowie Bewegungen in alle Richtungen (vorwärts, rückwärts, seitlich). Die Kinder lernen, beim Dribbling den Blick vom Ball zu lösen und den Oberkörper immer offen zum Feld zu behalten.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Für das Dribbling sind folgende Keypoints wichtig:

- Ball neben dem Körper: immer entscheidungsfähig bleiben
- Oberkörper zeigt zum Feld, auch bei Dribbling seitwärts und rückwärts
- Gleichzeitig möglichst vielfältig dribbeln und Ballkontrolle in unterschiedlichen Positionen trainieren (Ball nah am Körper / Ball weit entfernt vom Körper / große Bewegung Vorhand auf Rückhand usw.)

Weiteres: Taktik

In dieser Altersstufe ist das primäre Ziel, den Kindern Freude am Floorball zu vermitteln und ihnen vielfältige Lernarrangements zu ermöglichen. Grundlegende individualtaktische Fertigkeiten sind als deutlich wichtiger zu anzusehen als taktische Vorgaben. Taktische Vorgaben spielen auf dieser Stufe keine Rolle und können gar kontraproduktiv wirken.

Der Fokus einer möglichst hohen Bewegungszeit bzw. möglichst vieler Ballkontakte pro Kind lässt sich auch auf den Wettkampf übertragen. Die Kinder sollten stets aktiv und mutig spielen – mit dem Ball in der Offensive und gegen den Ball in der Defensive.

Beispielhafte Spielprinzipien, die diesen Fokus unterstützen und auch für ältere Stufen relevant werden, sind auszugsweise:

- Offensive: Höchstmöglicher Druck auf das gegnerische Tor → zielstrebig und mutig Richtung Tor spielen
- Defensive: Höchstmöglicher Druck auf den Ball → der ballführende Gegenspieler wird immer unter Druck gesetzt

Weiteres: Polysportive Elemente

Das Erleben von vielseitigen Lernarrangements beschränkt sich nicht nur auf die floorballspezifischen Inhalte im Training in der Basisschulung. Die Kinder erlernen wichtige motorische, koordinative und konditionelle Fähigkeiten, indem sie polysportiv ausgebildet werden. In der Basisschulung sollen daher regelmäßig Ballspiele sowie Auszüge anderer Sportarten in das Training integriert werden.

Good Practice

Beispielhafte Trainingsformen für die Basisschulung sind im [Anhang 3: Good Practice Beispiele für Trainingsformen auf den Entwicklungsstufen](#) finden.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Grundlagentraining

Alter: 11-13 Jahre bzw. U13

Ziele

In der Altersstufe U13 sollten die Trainer:innen auf die nachfolgend aufgeführten Fähigkeiten richten. Die Spieler:innen sollen neue Erfahrungen sammeln und bereits erworbene Kompetenzen aus der Basisschulung festigen. Die Freude und der sich entwickelnde Ehrgeiz stehen im Zentrum des Trainings. Die Kinder lernen einen adäquaten Umgang mit Sieg und Niederlagen im Wettkampf. Trainer:innen begleiten die jugendlichen Kinder in ihrer Persönlichkeitsentwicklung.

Fokus:

- Freude am Floorball weiterentwickeln
- Positive Fehlerkultur: Fehler nutzen, um davon zu lernen
- Technische und taktische Elemente in Spielformen integrieren
- Möglichst hohe Bewegungszeit und Ballkontakte pro Spieler:in
- Koordinative und konditionelle Grundlagen erarbeiten
- Ganzheitliche individueltaktische Ausbildung aller Spielerrollen auf allen Positionen
- Kleingruppen-taktische Elemente: Spielen mit einem Mitspieler

Merkmale Altersstufe – Empfehlungen für Trainer:innen

Die Kinder zeigen weiterhin eine hohe Lernfähigkeit. Es entwickelt sich langsam ein taktisches Verständnis. In der körperlichen Entwicklung sind durch die erste pubertäre Phase große Wachstumsunterschiede zu erkennen (Berücksichtigung biologisches vs. kalendarisches Alter). Die Anerkennung durch die Gruppe wird wichtiger und es können steigende Vergleichstendenzen und Cliquenbildung beobachtet werden. Vor allem in dieser Phase sollen Spieler:innen ermutigt werden, aktiv zu spielen und Fehler als Teil des Lernprozesses zu verstehen. Trainer:innen sollen positiv auf die Kinder einwirken, Vertrauen zeigen und Geduld aufbringen. Die Eigeninitiative soll gefördert werden und das Verantwortungsbewusstsein geschärft werden.

Ausbildungsprinzipien

Antizipation: 2-2 Situationen

Die Kinder lernen nach der Basisschulung, in welcher der Schwerpunkt der Antizipation auf der nächsten Aktion des direkten Gegenspielers lag, die nächsten Aktionen ihres Mitspielers bzw. eines anderen Gegenspielers in 2-2 Situationen zu antizipieren. Die Kinder lernen, das Spiel mit einem Mitspieler zu

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

spielen und zu lesen. Insbesondere, wie sie reagieren, wenn sie den Ball abspielen und nicht selbst in Ballbesitz sind.

Decision-Making: Gewinn-Risiko Abwägung in der unmittelbaren Spielumgebung

Die Kinder sollen weiterhin vielseitige Erfahrungen sammeln und dazu ermutigt werden, immer eine Entscheidung zu treffen. Die Kinder lernen in der eigenen, unmittelbaren Spielumgebung eine Abwägung gemäß des Gewinn-Risiko Prinzips zu machen. Dabei ist das Decision-Making eng verknüpft mit den Prinzipien Antizipation und Raumverständnis. Die Kinder berücksichtigen beispielsweise bei einer Passentscheidung gemäß der Gewinn-Risiko Abwägung die nächste mögliche Aktion ihres Mitspielers, wenn er den Ball erhält. Speziell sollen Entscheidungen zwischen Pass und Schuss geschult werden: in welchen Situationen sollten sich die Spieler:innen für den Schuss entscheiden und wann für den Pass. Dies ist für jede Spielsituation individuell zu betrachten und zu coachen. Nach einem erfolgreichen Pass führen die Kinder große Bewegungen aus. Wichtig ist auf dieser Stufe, dass die Kinder zur Reflexion ihrer Entscheidung animiert werden (Welche Folge hatte die Entscheidung; was wäre die Alternative; wieso wäre die Alternative die bessere/schlechtere Entscheidung).

Zweikampfverhalten offensiv: Ballabschirmen und den Körper für Finten nutzen

Für einen offensiven Zweikampf sollen die Kinder im Grundlagentraining lernen, den Kopf oben zu halten und den Ball sicher und eng an der Schaufel auf der Vorhandseite zu führen. Unter Gegnerdruck kann der Ball mit Hilfe des Körpers geschützt werden. Die Kinder lernen im mit Finten 1:1-Situationen zu lösen.

Um den Ball unter Druck abzuschirmen, soll auf eine tiefe Körperpositionen (Knie gebeugt, tiefer Körperschwerpunkt) geachtet werden. Der Ball wird weit entfernt vor dem Körper abgeschirmt, sodass er nicht durch den Stockeinsatz des Gegenspielers verloren wird. Dabei sollen die Kinder das Spielfeld scannen und einfache Anspielmöglichkeiten suchen, um den Druck zu lösen. Außerdem kann der Druck mit Finten gelöst werden.

Die Kinder lernen offensive Zweikämpfe mit Hilfe von Täuschungen zu gewinnen. Für eine erfolgreiche Täuschung muss es für den Verteidiger so aussehen, als würde der Spieler mit Ball die getäuschte Bewegung tatsächlich ausführen. Entscheidend sind hierfür die Bewegung und Position des Kopfes/Blick und der Schultern. Der erste Teil der Täuschung leitet die Täuschung ein: dabei wird die zu täuschende Bewegung möglichst imitiert. Im zweiten Teil der Täuschung folgt eine rasche Bewegung, beispielsweise mit Richtungswechsel (Vorhand antäuschen und über Rückhand bewegen). Nach Ausführung der Täuschung muss sofort beschleunigt werden und ein Tempowechsel stattfinden. Zum Training vom offensiven 1:1-Verhalten eignen sich vor allem Gleichzahl-Spielformen, in denen die Kinder viele Zweikämpfe führen müssen (1v1, 2v2, 3v3).

Die Kinder lernen, dass sie in Spielerrolle 2 einen Vorteil für ihr Team kreieren: sie gewinnen ihre Duelle ohne Ball und lösen sich von ihrem Gegenspieler. Sie lernen, in Spielerrolle 2 freien Raum auf dem Spielfeld

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

zu erkennen und Raum für ihr Team zu gewinnen. Die Kinder sind in Spielerrolle 2 immer aktiv und in das Spiel involviert.

Zweikampfverhalten defensiv: Inside verteidigen und Körperposition anpassen

Um einen Gegenspieler im Zweikampf kontrollieren zu können, müssen die Kinder stabil im Zweikampf sein und agil auf die Bewegungen des Gegenspielers reagieren können.

Im Grundlagentraining soll beim defensiven Zweikampfverhalten die Körperposition, das Timing im Zweikampf und das Blockverhalten verbessert werden. Die Kinder lernen in einer tiefen Körperposition auf die Bewegungen des Gegenspielers zu reagieren. Der Stock wird aktiv zum Verteidigen genutzt und mit der eigenen Kelle wird immer die Kelle des Gegenspielers verteidigt. Die Kinder lernen ein korrektes Blockverhalten. Dabei verlieren die Spieler:innen die Angst vor dem Blocken und verstehen die Relevanz des Blockverhaltens. Der Block wird gestellt, wenn nicht mehr 1:1 verteidigt werden kann (beispielsweise aufgrund zu großen Abstandes zum Gegenspieler). Die Körperposition ist tief und in einem Ausfallschritt. Der Oberkörper zeigt zum Ball. Dadurch wird möglichst viel Fläche generiert, um den Ball zu blocken. Das Timing im Zweikampf wird so verbessert, dass die Kinder ein Gespür dafür bekommen, in welchen Situationen sie auf Ballgewinn spielen können und durch „Anstechen“ den Ball erobern können.

In Spielerrolle 4 ist die Inside-Linie elementar. Die Kinder verteidigen ihren Gegenspieler ohne Ball in der gedachten Linie zwischen Gegenspieler und eigenem Tor. Die Kinder lernen, ihre Feldposition so anzupassen, dass sie inside verteidigen und auf Bewegungen des Gegenspielers reagieren können. Die Kinder bekommen ein Verständnis dafür, dass sie auch ohne Ball immer aktiv verteidigen müssen und wichtige Aufgaben auf dem Spielfeld haben.

Raumverständnis: Raum für einen zweiten Gegenspieler reduzieren und freien Raum für eigenen Mitspieler kreieren

Das Prinzip Raumverständnis kann sowohl offensiv als auch defensiv interpretiert werden. Im Grundlagentraining lernen die Kinder Räume für einen eigenen Mitspieler zu erkennen. Sie lernen mit einem Mitspieler auf dem Feld zu kooperieren und verstehen, wie ihre Bewegungen Räume für den Mitspieler beeinflussen (2-Spieler-Kooperation). Die Kinder verstehen, dass sie Bewegungen in Spielerrolle 2 nicht zwingend für sich ausführen, sondern dass sie notwendig sind, um freien Raum für Mitspieler zu kreieren (make the space, fill the space).

In der Defensive übergeben die Kinder ihre Gegenspieler mit Kommunikation. Sie können den Raum in Absprache mit einem zweiten Mitspieler reduzieren und kooperieren auch in der Defensive mit ihren Mitspielern.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDE33HAN30	UST-ID: DE267630079

Technische Fähigkeiten: Erlerntes festigen und Defizite durch vielseitige Lernarrangements ausgleichen

Im Grundlagentraining liegt der Fokus der technischen Ausbildung darauf, die erlernten Fähigkeiten zu festigen und gezielt an sich herauskristallisierenden Defiziten zu arbeiten. Neben dem isolierten Üben von technischen Elementen ist unbedingt darauf zu achten, dass die Kinder die erlernten Bewegungen in kleinen Spielformen anwenden können. Dabei sollen die Spielformen so gewählt werden, dass gewünschte technische Muster möglichst häufig abgerufen werden müssen (bsp. via Belohnungssystem: Tor durch bestimmte Schussart zählt mehrfach Punkte / bsp. via Regel: Pässe nur seit- oder rückwärts erlaubt). Trainer:innen können die Bewegung vormachen, allerdings sollten nicht alle Teilbereiche lange erklärt werden. Das führt zu Langeweile und Überforderung bei den Kindern. Viel wichtiger sind das individuelle Coaching und die Korrektur in der Ausführung. Bei Feedback kann mit Video gearbeitet werden. Dabei ist sowohl Videofeedback denkbar, in dem die Kinder ihre eigenen Ausführungen reflektieren, als auch die Nutzung von Videos, um Idealzustände zu zeigen. Um technische Fähigkeiten zu erlernen, benötigen die Kinder eine möglichst hohe Wiederholungszahl pro Training.

Schuss

Die Kinder sollen ihr technisches Repertoire an Schussarten erweitern. Auf dieser Altersstufe soll daher der Handgelenkschuss und Direktabschlüsse vorrangig geübt werden. Mit zunehmendem Spieltempo und wachsendem Gegnerdruck werden Schussarten relevant, die schnell ausführbar sind und eine entsprechend hohe Chance auf Torerfolg bieten. Der Fokus liegt zunehmend auf der Präzision beim Abschluss. Die Spieler:innen lernen freie Stellen der Torhüter:innen zu erkennen und ihre Schusshöhe daran anzupassen.

Für den Handgelenkschuss sind folgende Keypoints wichtig:

- Ball wird neben dem Körper geführt
- Oberkörper zeigt mit leichter Vorlage zum Ziel
- Untere Hand gibt den Druck (nach vorne, nicht Richtung Boden)
- Gewicht des Oberkörpers ist über dem Ball (Oberkörper nicht aufrecht)
- Gewicht verlagert sich auf das ballnahe Bein
- Das ballferne Bein wird zur Balance genutzt
- Blick vor Schussabgabe auf das Tor gerichtet
- Handgelenke rotieren

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Für Direktabschlüsse sind folgende Keypoints wichtig:

- Körperposition tief in den Knien
- Oberkörper geöffnet: zwischen Pass- und Schusslinie
- Untere Hand gibt den Druck (nach vorne, nicht Richtung Boden)
- Gewicht verlagert sich auf das vordere Bein (ballfernes Bein)
- Blick vor Schussabgabe auf das Tor gerichtet
- Handgelenke rotieren

Pass

Im Grundlagentraining spielt die Ausbildung des Passspiels eine große Rolle. Die Kinder spielen pro Spiel viel mehr Pässe als sie Torschüsse abgeben. Die Relevanz eines präzisen Passspiels ist entsprechend sehr groß. Aufgrund des körperlichen Wachstums und der zunehmend verbesserten Grundlagentechnik kann auf dieser Stufe mit der Passdistanz variiert werden. Die Kinder sollen lernen, lange Pässe und somit technisch anspruchsvolle Pässe zu spielen. Es ist unbedingt eine hohe Passschärfe einzufordern. Das soll den Kindern dabei helfen, den Flex ihres Stocks auch beim Passspiel korrekt zu nutzen. Die einhändige Passannahme soll trainiert werden und in Verbindung damit, nach der Annahme schnellstmöglich eine entscheidungsfähige Spielposition einzunehmen (Ball auf Vorhand → Dribbling/Pass/Schuss möglich).

Dribbling

Die Kinder sollen im technischen Grundlagenbereich des Dribblings möglichst vielfältige Erfahrungen sammeln. Im Grundlagentraining wird vermehrt das Dribbling mit der Vorhand geübt. Die Kinder sollen bei höchstem Tempo den Ball sicher auf der Vorhand führen können. Dabei ist auf die Entscheidungsfähigkeit zu achten: Ball-Körper-Position so wählen, dass möglichst viele Optionen möglich sind. Dies hat den Vorteil, dass die Spieler:innen stets entscheidungsfähig sind.

Weiteres: Taktik

In dieser Altersstufe ist das primäre Ziel, den Kindern Freude am Floorball zu vermitteln und ihnen vielfältige Lernarrangements zu ermöglichen. **Grundlegende individualtaktische Fertigkeiten sind als deutlich wichtiger zu anzusehen als taktische Vorgaben.**

Der Fokus einer möglichst hohen Bewegungszeit bzw. möglichst vieler Ballkontakte pro Kind lässt sich auch auf den Wettkampf übertragen. Die Kinder sollten stets aktiv und mutig spielen – mit dem Ball in der Offensive und gegen den Ball in der Defensive.

Sobald Teams auf dem Großfeld spielen, steigt gewissermaßen die Relevanz der Gruppentaktik. Wie auch in der Basisschulung überwiegt die individuelle Ausbildung der Spieler:innen dem Resultat zu jeder Zeit. Trainer:innen sind dazu angehalten, ihre teamtaktischen Prinzipien so zu wählen, dass sie den Kindern eine sehr gute Möglichkeit zur individuellen Entwicklung gibt. Daher sind vor allem aktive defensive

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDE330520	UST-ID: DE267630079

Spielsysteme zu empfehlen, die die Kooperation der Kinder fördern. Die Kinder sollen lernen, dass sie als Team in der Defensive das Spiel bestimmen und den Gegner aktiv lenken können.

Beispielhafte Spielprinzipien, die diesen Fokus unterstützen und auch für ältere Stufen relevant werden, sind auszugsweise:

- Offensive: Höchstmöglicher Druck auf das gegnerische Tor → zielstrebig und mutig Richtung Tor spielen / Kräftige Bewegung nach dem eigenen Pass (Give-n-Go)
- Defensive: Höchstmöglicher Druck auf den Ball → der ballführende Gegenspieler wird immer unter Druck gesetzt / Slot wird eng gedeckt

Good Practice

Beispielhafte Trainingsformen für das Grundlagentraining sind im [Anhang 3: Good Practice Beispiele für Trainingsformen auf den Entwicklungsstufen](#) zu finden.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Aufbautraining 1

Alter: 13-15 Jahre bzw. U15

Ziele

In der Altersstufe U15 sollten Trainer:innen ihren Fokus auf die nachfolgend aufgeführten Fähigkeiten richten. Neben der Freude an neuen Erfahrungen nimmt die Persönlichkeitsentwicklung der Jugendlichen eine wichtige Rolle in diesem Alter ein. Die Spieler:innen lernen, im Wettkampfumfeld zu bestehen.

Fokus:

- Konditionelle Fähigkeiten trainieren
- Entwicklung der Spielfähigkeit: Spielverständnis schulen
- Positive Fehlerkultur: Fehler nutzen, um davon zu lernen
- Ganzheitliche individueltaktische Ausbildung aller Spielerrollen
- Trainingsbegeisterung vermitteln – Bereitschaft für Mehrtrainings fördern
- Grundlegende teamtaktische Elemente vermitteln – individuelle sportliche Schulung im Vordergrund

Merkmale Altersstufe – Empfehlungen für Trainer:innen

Durch das Wachstum nehmen oftmals die koordinativen Fähigkeiten ab. Die Jugendlichen weisen große Unterschiede in der körperlichen Entwicklung auf. Durch den Beginn der Pubertät zeigt sich außerdem ein verstärkter Wunsch nach eigener Identität, einhergehend mit Selbstzweifeln und Autoritätsproblemen. Trainer:innen sind dazu angehalten, die psychische wie physische Phase der Spieler zu akzeptieren und zu berücksichtigen. Neben klaren Leitplanken in der Teamführung soll ausreichend Raum für Individualität gegeben werden. Den Jugendlichen soll ein Mitspracherecht gewährt werden, während gleichzeitig klare Regeln festgelegt und durchgesetzt werden.

Ausbildungsprinzipien

Antizipation: 3-3 Situationen

In der ersten Stufe des Aufbautrainings lernen die Jugendlichen die Aktionen ihrer Mitspieler sowie deren Gegenspieler in 3-3 Situationen zu antizipieren. Die Jugendlichen lernen, das Spiel als Kleingruppe zu spielen und zu lesen.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDE33	UST-ID: DE267630079

Decision-Making: Gewinn-Risiko Abwägung angepasst an die Spielsituation

Im Aufbaustraining lernen die Spieler:innen die Gewinn-Risiko Abwägung unter Berücksichtigung der Spielsituation vorzunehmen. Dabei ist das Decision-Making eng verknüpft mit den Prinzipien Antizipation und Raumverständnis. Die Spieler:innen berücksichtigen bei ihrer Entscheidung die potenziellen Konsequenzen in Anbetracht der Spielsituation. Beispielsweise wird bei einer Passentscheidung die nächste Aktion des Gegenspielers mitbedacht, falls der Pass abgefangen wird. Insbesondere soll das Decision-Making auf engem Raum geschult werden. Die Kinder sollen lernen, dass sie Entscheidungen treffen, die das eigene Spiel voranbringen. Es soll geschult werden, dass die Spieler:innen Entscheidungen abhängig von im Spiel identifizierten Mustern treffen (bsp. Gegenspieler:in hat eine konkrete Schwäche; welche Entscheidungen haben im Spiel funktioniert / welche nicht).

Zweikampfverhalten offensiv: Körper-Ball-Position optimieren

Im Aufbaustraining 1 lernen die Jugendlichen die Position von Körper und Ball zu optimieren. Dabei soll das gesamte Bewegungsspektrum zwischen enger und weiter Ballführung situationsangepasst genutzt werden. Beim Abschirmen des Balles können die Spieler:innen mit ausreichend Abstand zur Bande bremsen, um somit mehr Raum zwischen Körper, Ball und Bande zu gewinnen. Die Jugendlichen antizipieren die Situation im Voraus, sodass das Feld bereits gescannt wird, bevor der Gegner Druck aufbauen kann. Die Spieler:innen nutzen bereits Fake Moves, um dem anbahnenden Druck zu entkommen (z.B. Fake mit dem Stock in eine Richtung, um dann auf anderer Seite herauszulaufen). Sie spielen diese Duelle mit Ball physisch und nutzen die freie Hand, um sich Raum zu verschaffen. Das Ziel sollte sein, den Druck zu lösen bevor er aufgebaut wird, sofern für die Spielsituation zuträglich. Dabei ist zu berücksichtigen, dass die Spieler:innen mit Ball bewusst Gegenspieler auf sich ziehen können, um den dadurch entstehenden freien Raum und die neuen Passlinien zu ihrem Vorteil zu nutzen.

Bei offenen Zweikämpfen auf dem Feld optimieren die Spieler:innen ihre Finten. Erlernte Bewegungen werden optimiert und neue Finten in das Repertoire aufgenommen. Die Positionierung des Körpers bei der Finte spielt eine zunehmend wichtige Rolle, um mit dem Körper den Abstand von Gegenspieler zum Ball an der eigenen Kelle zu erhöhen. Mithilfe von einhändigen Finten lassen sich diese Keypoints trainieren (z.B. Laufspiel auf Vorhand antäuschen → einhändiges Ausdrehen über Backhand mit Körper zwischen Ball und Gegner; Laufspiel auf Backhand → einhändiges Ausdrehen über Vorhand Richtung Spielfeldmitte).

Zweikampfverhalten defensiv: Inside verteidigen und gefährlichste Option schließen

Auf der ersten Stufe des Aufbaustrainings lernen die Jugendlichen konsequent die Inside-Linie (gedachte Linie zwischen Ball und eigenem Tor) zu ihrem direkten Gegenspieler zu verteidigen und gleichzeitig die gefährlichste Option des Gegners zu schließen.

Die Spieler:innen lernen in Unterzahl-Situationen („Odd-Man-Rush“, z.B. 1v2, 2v3) die gefährlichste Option zu lesen und diese priorisiert zu verteidigen. Dabei werden Parameter wie Distanz zum Tor, Feldposition

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

der Mitspieler, Auslegerseite des Spielers mit Ball und der Gegenspieler ohne Ball berücksichtigt. Die Priorisierung passiert in Kooperation mit dem Goalie. Die Spieler:innen werden dazu ermutigt, physische Zweikämpfe zu führen. Dabei soll insbesondere das Körperspiel forciert werden. Es werden Trigger besprochen, wann Druck auf den Gegenspieler mit Ball aufgebaut werden kann (bsp. bei Verlust der Ballkontrolle; Laufspiel über Zentrallinie).

In Spielerrolle 4 verteidigen die Spieler:innen so, dass sie den Ball und ihren direkten Gegenspieler sehen können. Dabei ist auf eine tiefe Körperposition zu achten. Gegenspieler werden mit Kommunikation übergeben (verbal, Handzeichen). Die Gegnerorientierung steigt und die Ballorientierung in der Verteidigung nimmt ab. Grundsätzlich gilt: je näher Gegenspieler am eigenen Tor sind, desto enger werden sie gedeckt. Die Distanz zum Gegenspieler ist dabei so anpassbar, dass zugleich die gefährlichste Option des Spielers mit Ball verteidigt wird als auch der eigene Gegenspieler. Die Jugendlichen lernen, auch in Spielerrolle 4 physische Zweikämpfe zu führen. Sie werden geschult für den Wechsel von Rolle 4 zu Rolle 3 auch mental bereit zu sein.

Raumverständnis: Zu dritt Raum gewinnen und verteidigen

Im Aufbautraining lernen die Kinder Räume für einen eigenen Mitspieler zu erkennen. Sie lernen mit einem Mitspieler auf dem Feld zu kooperieren und verstehen, wie ihre Bewegungen Räume für den Mitspieler beeinflussen (3-Spieler-Kooperation).

Die Spieler:innen lernen, sich auf dem Feld so zu positionieren, dass eine optimale Spielfortsetzung möglich ist. Die Körperposition spielt dabei eine sehr wichtige Rolle. Sie sollte so gewählt werden, dass die Spieler:innen möglichst viel vom Feld sehen, wenn sie den Ball bekommen („offen zum Feld stehen“). Somit ist es möglich, die nächste Aktion direkt einzuleiten. Die Körperposition ist dabei sehr eng mit Scanning verknüpft. Durch die Optimierung dieser beiden Aspekte soll die nächste Aktion unmittelbar eingeleitet werden. Es soll vermieden werden, dass die Jugendlichen den Ball erhalten und erst mit Ballannahme mögliche nächste Aktionen geprüft werden.

In der Defensive können die Spieler:innen nicht mehr nur Gegenspieler übergeben, sondern auch ihre Spielpositionen wechseln. Dies passiert durch eine optimale Kommunikation mit den Mitspieler:innen. Die Spieler:innen schließen in der Defensive Räume als Gruppe und kreieren in der Offensive freien Raum. Ein relevanter Aspekt in der defensiven Kooperation liegt im Doppeln. Zwar lässt sich auf Elite-Niveau beobachten, dass das Doppeln aufgrund der zunehmend verbesserten 1:1 Fähigkeiten der Spieler:innen an Bedeutung verliert, jedoch lehrt das Doppeln nach wie vor wichtige Grundsätze im defensiven Zweikampfverhalten. Die Jugendlichen können ihre Mitspieler im Zweikampf unterstützen, sofern sie ihren Gegenspieler kontrollieren. Beim Doppeln soll unbedingt darauf geachtet werden, dass der Gegenspieler unter Druck sich nicht kontrolliert aus dem Doppeln befreit (kontrollierter Pass, eigenes Laufspiel).

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Technische Fähigkeiten: Erlerntes festigen und Defizite durch vielseitige Lernarrangements ausgleichen

In der ersten Stufe des Aufbautrainings liegt der Fokus der technischen Ausbildung darauf, die erlernten Fähigkeiten zu festigen und gezielt an sich herauskristallisierenden Defiziten zu arbeiten. Neben dem isolierten Üben von technischen Elementen ist unbedingt darauf zu achten, dass die Jugendlichen die erlernten Bewegungen in kleinen Spielformen anwenden können. Dabei sollen die Spielformen so gewählt werden, dass gewünschte technische Muster möglichst häufig abgerufen werden müssen. Es empfiehlt sich, technische Inhalte mit Videos zu vermitteln (Positivbeispiele von anderen Top-Spieler:innen sowie für das eigene Feedback). Die Aufmerksamkeitsspanne der Jugendlichen wird größer, sodass entsprechend mehr Zeit für Inputs und Theorie aufgebracht werden kann – jedoch nie auf Kosten einer ausreichenden Bewegungszeit und Wiederholungszahl. Die Jugendlichen lernen beim Techniktraining aus ihrer Komfortzone zu kommen und sich selbst herauszufordern. Trainer:innen sollen die Spieler:innen ermutigen, ihre Limits zu finden und Fehler zu machen → aus der Komfortzone in die Lernzone.

Schuss

Die Jugendlichen sollen ihr technisches Repertoire an Schussarten erweitern. Auf dieser Altersstufe soll daher der Schlagschuss und Direktabschlüsse vorrangig geübt werden. Mit zunehmendem Spieltempo und wachsendem Gegnerdruck werden Schussarten relevant, die schnell ausführbar sind und eine entsprechend hohe Chance auf Torerfolg bieten. Direktabschlüsse nehmen auch aufgrund der zunehmenden Mannorientierung in der Verteidigung einen hohen Stellenwert ein, da die Spieler:innen immer höherem Gegnerdruck ausgesetzt sind. Daher müssen die technischen Fähigkeiten auch auf engstem Raum ausführbar sein. Direktabschlüsse sollen aus unterschiedlichen Momenten geübt werden: in Vorwärts- / Rückwärts- / Seitwärtsbewegung. Essenziell ist eine rechtzeitige Schussvorbereitung. Der Schlagschuss verliert zwar zunehmend an Relevanz auf Top-Niveau, jedoch ist er aufgrund seiner schweren technischen Ausführung ein guter Schuss zu lernen. Abläufe sind auf andere Schussarten übertragbar (bsp. Nutzung des Flex und Arbeit der unteren Hand; Kraft erzeugen durch Oberkörper). Der Fokus liegt zunehmend auf der Präzision beim Abschluss und die Schusshärte. Die Spieler:innen können ihren Schuss anhand freier Stellen beim Torhüter wählen. Um an einer funktionalen Schusstechnik zu arbeiten, sollen die Jugendlichen die erlernten technischen Inhalte in Spielformen anwenden können (z.B. Tore nur via Direktschüsse erlaubt; viele Shooter als Anspielstationen; Sicherstellen von vielen Wiederholungen). Die Distanz zum Tor soll variiert werden. Die Jugendlichen lernen, ihre Technik über zunehmend größere Distanzen zu schulen.

Für den Schlagschuss sind folgende Keypoints wichtig:

- Ausholen mit dem Stock bis zur Hüfte
- Unterer Arm ist fast ausgestreckt
- Gewichtsverlagerung von hinteren auf vorderen Fuß

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

- Oberkörper rotiert zum Tor und ist über dem Ball
- Schaufel trifft ca. 20cm vor dem Ball den Boden / auf Höhe des Vorderfußes
- Kontrolliertes Ausschwingen (darf keinen Gegenspieler gefährden)

Für Direktabschlüsse sind auf dieser Stufe folgende Keypoints wichtig:

- Vielseitige und zugleich spielnahe Abschlusspositionen trainieren
- Distanz zum Tor verändern → aus der Komfortzone kommen und große Distanzen trainieren
- Fußarbeit: Arbeit mit Vorderfuß & kleine Schritte nutzen, um optimale Körper-Ball Position zu finden
- Tiefe Körperposition, ggf. großer Schritt vor Abschluss, um noch tiefer zu kommen und nicht optimale Pässe trotzdem direkt zu schießen

Pass

Mit steigendem Spieltempo sollen die Jugendlichen lernen, auch unter Druck eine funktionale Technik beizubehalten. Die Relevanz eines präzisen Passspiels nimmt mit jeder Stufe zu. Aufgrund des körperlichen Wachstums und der zunehmend verbesserten Grundlagentechnik kann auf dieser Stufe mit der Passdistanz variiert werden. Es ist unbedingt auf eine hohe Passschärfe zu achten. Die Passschärfe beschleunigt das eigene Spiel nicht nur, sondern wird essenziell, um unter Berücksichtigung die athletische Entwicklung der Spieler:innen überhaupt spielfähig zu bleiben. Dafür soll das Direktpassspiel geschult werden und in Ballbesitz-Spielformen eine funktionale Technik ausgebildet werden. Die Jugendlichen sollen außerdem lernen, mit schlechten Pässen umzugehen und schnellstmöglich in eine entscheidungsfähige Spielposition zurückkommen. Die Jugendlichen lernen aus der Bewegung scharfe und präzise Pässe zu ihren Mitspielern zu spielen.

Dribbling

Im Aufbautraining lernen die Jugendlichen ihre Dribblings mit Rhythmuswechslern durchzuführen. Sie optimieren ihre Finten (Körper- und Schlägerfinten), um in Spielerrolle 1 Raum für sich zu kreieren. Es wird der Umgang mit der Rückhand geübt, immer mit dem Ziel, möglichst wieder in eine entscheidungsfähige Spielposition zu gelangen, in der mit dem Ball auf Vorhand Entscheidungen getroffen werden können.

Weiteres: Taktik

Auch im Aufbautraining stehen die individuelle Spielerentwicklung und damit verbunden die individueltaktische Ausbildung im Vordergrund. Um als Gruppe spielfähig zu werden, bedarf es jedoch auch einer spielerischen Ausbildung auf dem Großfeld. Im Training sollen Elemente aus den Spielphasen eingebaut und trainiert werden. Das soll über verschiedene Spielformen erfolgen. Sofern im Training 5v5 trainiert wird, soll dieser Spielteil immer mit dem Trainingsziel verknüpft werden. Wenn ein freier Spielteil durchgeführt wird, soll das immer bewusst geschehen. Dadurch soll sichergestellt werden, dass die

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Spieler:innen die erlernten Inhalte im Spiel umsetzen können. Dies wird durch ein spielnahes Training gewährleistet. In Trainings auf dem Großfeld liegt der Fokus auf der Entwicklung der Spielfähigkeit der Spieler:innen. Teamtaktische Absprachen sollen auf ein Minimum reduziert sein.

Beispielhafte Spielprinzipien, die diesen Fokus unterstützen und auch für ältere Stufen relevant werden, sind auszugsweise:

- Offensive: Ganzes Feld nutzen und Abschlusspositionen in der Offensivzone besetzen / In Bewegung das Spiel eröffnen / Gesamte Breite und Tiefe des Feldes nutzen
- Defensive: Höchstmöglicher Druck auf den Ball → der ballführende Gegenspieler wird immer unter Druck gesetzt: Zeit und Raum der Gegenspieler minimieren / Spielsystem wählen, das auf eine aktive Spielweise gegen den Ball abzielt

Good Practice

Beispielhafte Trainingsformen für das Aufbautraining 1 sind im [Anhang 3: Good Practice Beispiele für Trainingsformen auf den Entwicklungsstufen](#) zu finden.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Aufbautraining 2

Alter: 15-17 Jahre bzw. U17

Ziele

In der Altersstufe U17 sollten die Trainer:innen auf die nachfolgend aufgeführten Fähigkeiten richten. Die Spieler:innen sollen bereits erworbene Kompetenzen festigen. Die Sportler:innen sollen sich sowohl als Spieler:innen als auch Jugendliche entwickeln.

Fokus:

- Hohe Trainingsqualität und -intensität vermitteln und einfordern
- Entwicklung der Spielfähigkeit: Spielverständnis schulen und lernen als Team zu spielen
- Ganzheitliche individualtaktische Ausbildung aller Spielerrollen
- Grundlegende teamtaktische Elemente vermitteln – individuelle sportliche Schulung im Vordergrund
- Wettkampforientierung in Trainingsformen

Merkmale Altersstufe – Empfehlungen für Trainer:innen

Die Jugendlichen sind vermehrt einer hohen Belastung durch Schule und Ausbildung ausgesetzt. Es entwickeln sich zunehmend Interessen neben des Floorballs und die soziale Aktivität außerhalb der Trainings verändert sich. Trainer:innen sollten den Jugendlichen vermehrt Lob und Anerkennung zugestehen und die Selbstverantwortung weiterhin fördern. Trainer:innen sind dazu angehalten, soziale Unterstützung zu bieten und eine positive Gruppendynamik zu fördern. Die Jugendlichen sind teilweise bereits körperlich sehr weit entwickelt und zeigen eine hohe Leistungsfähigkeit.

Ausbildungsprinzipien

Antizipation: 4-4 Situationen

In der zweiten Stufe des Aufbautrainings lernen die Jugendlichen die Aktionen ihrer Mitspieler sowie deren Gegenspieler in 4-4 Situationen zu antizipieren. Die Jugendlichen lernen, das Spiel als Gruppe zu spielen und zu lesen. Dabei arbeiten die Spieler:innen vermehrt mit Videomaterial, um wiederkehrende Muster schneller zu verarbeiten. Bei der Nutzung von Video ist zu beachten, dass die individuelle Entwicklung der Spieler:innen im Vordergrund steht.

Decision-Making: Gewinn-Risiko Abwägung angepasst an die nächste Spielsituation

Im Aufbautraining lernen die Spieler:innen die Gewinn-Risiko Abwägung unter Berücksichtigung der nächsten Spielsituation vorzunehmen. Dabei ist das Decision-Making eng verknüpft mit den Prinzipien

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Antizipation und Raumverständnis. Die Spieler:innen berücksichtigen bei ihrer Entscheidung die potenziellen Konsequenzen in Anbetracht der nächsten Spielsituation. Beispielsweise, welche Reihe als nächstes auf das Feld kommt oder als Verteidiger zu erkennen, was passiert, wenn der Gegner eine Auslösung spielt – was muss in der neuen Situation bedacht werden? Das Decision-Making wird in den Gameplan integriert und potenziell unterschiedliche Aufgaben von Reihen berücksichtigt (z.B. eine Linie soll stets mit Ball auf das Feld wechseln; eine Linie spielt ein anderes Forechecking/Pressing als eine andere).

Zweikampfverhalten offensiv: Durch Körper- und Schlägertäuschungen die Situation lösen

Im Aufbautraining 2 lernen die Jugendlichen beim Abschirmen des Balles durch Körper- und Schlägertäuschungen die Situation zu lösen. Beim Abschirmen des Balles lernen die Spieler:innen nicht nur mit Ball zu überleben und den Ball nicht zu verlieren, sondern vielmehr den Druck des Gegners zu nutzen, um sich aus der Situation zu lösen. Dafür ist essenziell, dass sie die Distanz zum Gegenspieler und die Auslegerseite des Gegenspielers kennen. Außerdem wird die taktische Ausrichtung des Gegners in der Spielsituation berücksichtigt. So reagieren die Spieler:innen entsprechend auf erkannte teamtaktische Absprachen des Gegners, sich zu lösen (z.B. Gegner verteidigt Zentrallinie → Spieler:innen wählen ihre Fake Moves so, dass sie über Zentrallinie kommen).

Bei offenen Zweikämpfen auf dem Feld optimieren die Spieler:innen ihre Finten. Im modernen Floorball nimmt das Zweikampfverhalten aufgrund der vermehrten 1:1-Situationen einen hohen Stellenwert ein, sodass die Spieler:innen auf jeder Entwicklungsstufe dazu angehalten sind, an ihren 1:1-Fähigkeiten zu arbeiten. Im Aufbautraining wird das Kreieren von Torchancen durch 1:1-Situationen zunehmend relevant. Nach (fast) gewonnenen, offenen Zweikämpfen lernen die Spieler:innen ihre Gegenspieler zu schneiden. Sie brechen die Inside-Linie und kommen dadurch vor ihre Gegenspieler und kreieren eine kurzzeitige Überzahlsituation. Dabei ist wichtig, dass die Spieler:innen mit Ball bereit sind, physisch mit Ball zu spielen. Beim Durchbrechen der Inside-Linie arbeiten sie mit der freien Hand und dem tornahen Bein, um sich vor den Gegner zu schieben.

Zweikampfverhalten defensiv: Inside verteidigen und Gegner steuern

Auf der zweiten Stufe des Aufbautrainings lernen die Spieler:innen konsequent die Inside-Linie zu ihrem direkten Gegenspieler zu verteidigen. Dazu können die Spieler:innen ihre Gegenspieler bewusst steuern – in eine ungefährliche Zone auf dem Feld (z.B. an die Bande oder Ecke) bzw. im Forechecking gemäß teamtaktischer Absprache. Um die Gegenspieler zu kontrollieren und bewusst zu steuern, ist die Körperposition und insbesondere die Brustposition entscheidend. Als Verteidiger soll auf eine agile Fußposition geachtet werden (versetzt, Gewicht auf Vorderfuß, Ferse in der Luft). Die Brustposition wird so gewählt, dass dem Gegenspieler die Richtung angeboten wird, in die er gesteuert werden soll. Der Schläger

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

wird genutzt, um Passlinien zu schließen bzw. den Raum für den Gegenspieler zu verkleinern und ihn somit in den gewünschten Raum zu lenken.

Die Spieler:innen wurden auf den vorangegangenen Entwicklungsstufen individuelltaktisch in Spielerrolle 4 so ausgebildet, dass sie ihren Gegenspieler ohne Ball kontrollieren können. Auf dieser Stufe lernen die Spieler:innen, die Körperposition an die Spielsituation anzupassen. Beispielsweise erfordert ein hohes Pressing des eigenen Teams, dass die Spieler:innen vor ihrem Gegenspieler verteidigen, um den Abstand zu den Stürmern gering zu halten. Die Spieler:innen kennen die Unterschiede zwischen Manndeckung, Mann-Raum-Deckung und Raumdeckung und können ihr Zweikampfverhalten, insbesondere den Abstand zum Gegenspieler, entsprechend anpassen.

Raumverständnis: Raum als Linie kontrollieren

Im Aufbautraining lernen die Jugendlichen Räume als Linie zu kontrollieren. Sie lernen mit ihren Mitspielern auf dem Feld zu kooperieren und verstehen, wie ihre Bewegungen Räume für ihre Linie beeinflusst.

Technische Fähigkeiten: Technik situationsangepasst nutzen

Auf der zweiten Stufe des Aufbautrainings liegt der Fokus der technischen Ausbildung darauf, die erlernten Fähigkeiten situationsangepasst zu nutzen. Neben dem isolierten Üben von technischen Elementen ist unbedingt darauf zu achten, dass die Jugendlichen die erlernten Bewegungen in kleinen Spielformen anwenden können. Der Fokus liegt auf dieser Stufe auf der Ausbildung einer funktionalen Technik, die die Spieler:innen in Spielsituationen anwenden und zu ihrem Vorteil nutzen können. Dabei sollen die Spielformen so gewählt werden, dass gewünschte technische Muster möglichst häufig abgerufen werden müssen. Es empfiehlt sich, technische Inhalte mit Videos zu vermitteln (Positivbeispiele von anderen Top-Spieler:innen sowie für das eigene Feedback).

Schuss

Die Jugendlichen sollen ihr technisches Repertoire an Schussarten erweitern und an ihre Gegenspieler anpassen können. Dies erfordert im Wesentlichen, dass die Spieler:innen lernen, um den Block der Gegenspieler zu schießen. Die Schussarten Insweeper und Outsweeper helfen dabei und stehen daher auf dieser Stufe im Zentrum des Schustrainings. Weiterhin soll an Direktabschlüssen gearbeitet werden. Als neuer Keypoint wird im Aufbautraining 2 die Tiefe des Körpers trainiert. Spieler:innen können aus einer tiefen Position heraus Direktabschlüsse schießen. Durch die veränderte Tiefe wird die Range erhöht, in der die Spieler:innen Pässe erhalten können, um direkt abzuschließen. Dies ist beispielsweise relevant, wenn Pässe nicht perfekt auf die Vorhand kommen, sondern etwas zu weit vor / hinter dem Körper. Außerdem kennen die Jugendlichen die Grundsätze, wohin sie beim Direktabschluss zielen sollten:

- Schneller Querpass über Zentrallinie: halbhoch an kurzen Pfosten zielen
- Langsamer Querpass über Zentrallinie: halbhoch an langen Pfosten zielen

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

- Je näher am Tor, desto näher an Pfosten zielen

Um an einer funktionalen Schusstechnik zu arbeiten, sollen die Jugendlichen die erlernten technischen Inhalte in Spielformen anwenden können (z.B. Anspielstationen mit Shooter-Option wählen; Sicherstellen von vielen Wiederholungen). Die Spieler:innen sollen auch im Techniktraining Entscheidungen treffen müssen und innerhalb der Trainingsformen möglichst mehrere Optionen haben. Somit wird sichergestellt, dass das Decision-Making und damit die Funktionalität der Technik geschult wird.

Für den Insweeper sind folgende Keypoints wichtig:

- Großer Schritt nach vorne mit ballfermem Bein
- Frei gewordener Platz wird genutzt, um die Schaufel dorthin zu bringen
- Stock wird zum Körper gezogen
- Untere Hand gibt Druck
- Gewichtsverlagerung auf vorderen Fuß
- Blick vor Schussabgabe auf das Tor gerichtet

Für den Outsweeper sind folgende Keypoints wichtig:

- Ball wird neben/hinter dem Körper geführt
- Wenn Schussweg geblockt ist für den Sweeper Shot, noch einen Schritt mehr machen
- Gewicht auf das äußere Bein
- Schussdruck startet, wenn Ball und Kelle in einer Linie zum Tor sind und der Ball ca. auf Höhe des Außenfußes ist → untere Hand gibt den Druck (nach vorne, nicht Richtung Boden)
- Oberkörper rotiert Richtung Tor und Gewicht ist über dem Ball (Oberkörper nicht aufrecht)
- Blick vor Schussabgabe auf das Tor gerichtet

Pass

Mit steigendem Spieltempo sollen die Jugendlichen lernen, auch unter Druck eine funktionale Technik beizubehalten. Die Relevanz eines präzisen Passspiels nimmt mit jeder Stufe zu. Aufgrund des körperlichen Wachstums und der zunehmend verbesserten Grundlagentechnik kann auf dieser Stufe mit der Passdistanz variiert werden. Der Fokus im Passspiel soll auf langen Pässen liegen. Die Spieler:innen müssen dafür den Flex ihres Schlägers korrekt nutzen. Es ist unbedingt auf eine hohe Passschärfe zu achten. Außerdem soll weiterhin das Direktpassspiel geschult werden und in Ballbesitz-Spielformen eine funktionale Technik ausgebildet werden. Auch hier sollen die Passdistanzen variiert werden und spielnah ausgebildet werden. Die Jugendlichen lernen aus der Bewegung scharfe Pässe in die Bewegung ihrer Mitspieler zu spielen.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Dribbling

Im Aufbautraining lernen die Jugendlichen ihre Dribblings mit Rhythmuswechseln durchzuführen. Erlernte Bewegungen werden gefestigt und optimiert. Der Blick geht beim Dribbling gänzlich weg vom Ball und das Feld wird kontinuierlich gescannt. Die Ballführung wird so angepasst, dass die Spieler:innen möglichst viel vom Feld sehen. Das Dribbling wird zunehmend als Mittel zum Zweck für die Entscheidungsfindung gesehen.

Weiteres: Taktik

Auch im Aufbautraining stehen die individuelle Spielerentwicklung und damit verbunden die individualtaktische Ausbildung im Vordergrund. Um als Gruppe spielfähig zu werden, bedarf es jedoch auch einer spielerischen Ausbildung auf dem Großfeld. Im Training sollen Elemente aus den Spielphasen eingebaut und trainiert werden. Das soll über verschiedene Spielformen erfolgen. Sofern im Training 5v5 trainiert wird, soll dieser Spielteil immer mit dem Trainingsziel verknüpft werden. Wenn ein freier Spielteil durchgeführt wird, soll das immer bewusst geschehen. Dadurch soll sichergestellt werden, dass die Spieler:innen die erlernten Inhalte im Spiel umsetzen können. Dies wird durch ein spielnahes Training gewährleistet. In Trainings auf dem Großfeld liegt der Fokus auf der Entwicklung der Spielfähigkeit der Spieler:innen. Die Spieler:innen lernen mit teamtaktischen Absprachen zu arbeiten.

Beispielhafte Spielprinzipien, die diesen Fokus unterstützen und auch für ältere Stufen relevant werden, sind auszugsweise:

- Offensive: Ganzes Feld nutzen und Abschlusspositionen in der Offensivzone besetzen / In Bewegung das Spiel eröffnen
- Defensive: Höchstmöglicher Druck auf den Ball → der ballführende Gegenspieler wird immer unter Druck gesetzt / Spielsystem wählen, das auf eine aktive Spielweise gegen den Ball abzielt

Good Practice

Beispielhafte Trainingsformen für das Aufbautraining 2 sind im [Anhang 3: Good Practice Beispiele für Trainingsformen auf den Entwicklungsstufen](#) zu finden.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Anschlussstraining

Alter: 17-19 Jahre bzw. U19

Ziele

In der Altersstufe U19 sollen die Spieler:innen zu Spitzenathleten ausgebildet werden. Entsprechend steht in diesem fortgeschrittenen Trainingsabschnitt die Festigung des leistungsorientierten Spielverhaltens sowie die Entwicklung von Top-Spieler:innen im Mittelpunkt. Parallel dazu beginnt die gezielte Profilbildung der Athlet:innen, indem individuelle Stärken ausgebaut und Verbesserungspotenziale systematisch angegangen werden. Ergänzend spielen Athletiktraining und mentales Training eine zentrale Rolle. Bei Kader- und Spitzenspieler:innen wird zudem auf eine leistungsfördernde, sportartspezifische Ernährung und Regeneration geachtet, um Training und Wettkampf optimal zu unterstützen.

Fokus:

- Sehr hohe Trainingsqualität und -intensität vermitteln und einfordern
- Professionellen Leistungssport-Gedanken vermitteln (Ernährung, Regeneration sowie Mentaltraining berücksichtigen und in Alltag integrieren)
- Entwicklung der Spielfähigkeit in unterschiedlichen Spielsystemen: Spielverständnis schulen und lernen als Team zu spielen
- Individuelle individualtaktische Ausbildung unter Berücksichtigung der Spielposition
- Teamtaktische Elemente vermitteln

Merkmale Altersstufe – Empfehlungen für Trainer:innen

Die Jugendlichen sind oftmals einer hohen Belastung durch Schule und Ausbildung ausgesetzt. Es entwickeln sich zunehmend Interessen neben des Floorballs und die soziale Aktivität außerhalb der Trainings nimmt zu. Trainer:innen sind dazu angehalten, klare Ziele und ihre Vorstellungen der Teamführung zu kommunizieren. Es ist eine enge Zusammenarbeit mit dem Trainerteam der ersten Mannschaft nötig. Die Jugendlichen sind körperlich weit entwickelt und zeigen eine hohe Leistungsfähigkeit. Die Pubertät wird langsam abgeschlossen und die Koordination der Spieler:innen verbessert sich. Die Spieler:innen werden als Erwachsene behandelt und verstehen die Gegebenheiten des Leistungssports. Trainer:innen unterstützen in der Entwicklung, jedoch verstehen die Spieler:innen, dass ihre Entwicklung in ihrer Verantwortung liegt. Die Spieler:innen bestehen im Umfeld des Leistungssports im Hinblick auf Umgang mit Niederlagen, Trainerentscheidungen und Rückschlägen. Die Spieler:innen verstehen ihre individuelle Verantwortung für das Team und werden befähigt, ihren Alltag auf den Leistungssport auszurichten.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Ausbildungsprinzipien

Antizipation: 5-5 Situationen

Im Anschlussstraining lernen die Spieler:innen die Aktionen ihrer Mitspieler sowie deren Gegenspieler in 5-5 Situationen zu antizipieren. Die Spieler:innen lernen, das Spiel auf dem Großfeld als Gruppe zu spielen und zu lesen. Dabei arbeiten die Spieler:innen vermehrt mit Videomaterial, um wiederkehrende Muster schneller zu verarbeiten. In Verbindung mit der Antizipation spielt die Adaptionfähigkeit der Spieler:innen eine ebenso wichtige Rolle auf dieser Stufe: beispielsweise die Adaption an das Spielniveau des Gegners und das Spieltempo.

Decision-Making: Gewinn-Risiko Abwägung angepasst an den Gesamtkontext des Spiels

Im Anschlussstraining lernen die Spieler:innen die Gewinn-Risiko Abwägung unter Berücksichtigung gesamten Spielkontexts vorzunehmen. Dabei ist das Decision-Making eng verknüpft mit den Prinzipien Antizipation und Raumverständnis. Es spielen in der Entscheidungsfindung die Faktoren Spielstand und Spielzeit eine Rolle. Wenige Minuten vor Spielende können Entscheidungen gemäß der Gewinn-Risiko Abwägung anders bewertet werden als beispielsweise im zweiten Drittel. Beispielsweise kann bei einem Rückstand bereits eine geringere Aussicht auf Erfolg der Aktion zum Ausführen der Aktion führen, wohingegen bei einem knappen Vorsprung kurz Schluss die Belohnung gemäß Gewinn-Risiko Abschätzung größer ausfallen muss als bei einem Rückstand, um z.B. Ballverluste zu vermeiden und das Spiel mit Ball zu kontrollieren. Weitere beispielhafte Faktoren für den Kontext des Spiels wären der Ermüdungsstand der Spieler:innen, das Momentum im Spiel oder die generelle Bedeutung des jeweiligen Spiels.

Zweikampfverhalten offensiv: durch Täuschungen Torchancen kreieren und die nächste Spielsituation initiieren

Im Anschlussstraining lernen die Spieler:innen die Position mit Hilfe eines optimalen offensiven Zweikampfverhaltens die nächste Spielsituation zu initiieren.

Die Spieler:innen passen ihr Zweikampfverhalten so an, dass für ihre Reihe ein Vorteil entsteht. Dabei wird auf die Absprachen und Aktionen des Gegners reagiert. Die Spieler:innen erkennen Schwachstellen im individuellen Zweikampfverhalten einzelner Gegenspieler und wissen diese zu ihrem Vorteil zu nutzen. Außerdem können die Spieler:innen ihr offensives Zweikampfverhalten an die Teamtaktik des Gegners anpassen und zu ihrem Vorteil nutzen (z.B. gegnerische Flügel spielen Raumdeckung: Verteidiger gewinnt Duelle in Spielerrolle 2, um eine Überzahl in der Mittel- bzw. Offensivzone zu kreieren / Verteidiger mit Ball erkennt Raum, den die gegnerischen Flügel verteidigen und setzt Fake Moves gezielt ein, um diesen Raum mit Ball für sich zu gewinnen).

Bei offenen Zweikämpfen auf dem Feld optimieren die Spieler:innen ihre Finten und ihr Körperspiel im offensiven 1:1. Im modernen Floorball nimmt das Zweikampfverhalten aufgrund der vermehrten 1:1-

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Situationen einen hohen Stellenwert ein, sodass die Spieler:innen auf jeder Entwicklungsstufe dazu angehalten sind, an ihren 1:1-Fähigkeiten zu arbeiten.

Zweikampfverhalten defensiv: Taktisch Inside verteidigen

Im Anschlusstraining lernen die Spieler:innen taktisch inside zu verteidigen. Sie schließen den gewünschten Raum vor dem Hintergrund teamtaktischer Absprachen. Teamtaktische Elemente haben beispielsweise im Forechecking vermehrt Einfluss auf das Zweikampfverhalten der Spieler:innen. Wenn vermehrt Räume verteidigt werden, können Situationen auf dem Spielfeld entstehen, in denen die Spieler:innen die höchste Priorität nicht zwingend auf eine Inside-Position legen, sondern darauf den Gegenspieler aktiv in Zonen zu lenken (bsp. Forechecking: Flügel machen nicht über Inside-Linie Druck auf den Ball, sondern über Bande oder Verteidiger möchten Zentrallinie verteidigen: Druck kommt nicht unbedingt auf die Vorhandseite des Gegenspielers, sondern so, dass Gegenspieler nicht hinter dem Tor durchziehen kann).

Die Spieler:innen lernen ihre Körperposition an die nächste Spielsituation anzupassen. Beispielsweise ändert sich die Körperposition, wenn in der Verteidigung ein Ballgewinn antizipiert wird (Bewegung vorwärts, bereit für Konterstart). Die Spieler:innen können ihre Körperposition und Feldposition an die Spielsituation anpassen: bei Pressing des eigenen Teams ändert sich zum Beispiel die Position eines Verteidigers (von linkem Verteidiger im 2-1-2 zu Spieler in zweiter Reihe im 1-2-2).

Raumverständnis: Raum für nächste Spielsituation antizipieren und kreieren

Im Anschlusstraining lernen die Spieler:innen den freien Raum für die nächste Spielsituation zu antizipieren und zu kreieren. Sie lernen mit ihren Mitspielern auf dem Feld zu kooperieren und verstehen, wie ihre Bewegungen Räume für ihre Linie in der nächsten Spielsituation beeinflusst.

Technische Fähigkeiten: Technik perfektionieren und im Wettkampf anwenden können

Bereits im Aufbautraining lernten die Spieler:innen ihre Technik situationsangepasst zu nutzen. Die Weiterentwicklung der technischen Fertigkeiten spielt auch im Anschlusstraining noch eine zentrale Rolle. Technische Fertigkeiten – wie präzises Passen, Ballführung unter Gegnerdruck oder gezielte Abschlüsse – sollen in variablen Spielsituationen und unter taktischen Gesichtspunkten flexibel eingesetzt werden können. Taktische Abläufe werden gezielt gefestigt, verfeinert und auf unterschiedliche Spielszenarien angepasst. Das isolierte Üben einzelner Elemente bleibt zwar sinnvoll, allerdings sollte der Schwerpunkt vermehrt auf der Anwendung der Technikelemente unter Drucksituationen / Wettkampfsituationen und in höchstmöglichem Tempo liegen, ohne dass die Qualität der Ausführung sinkt. Während auf der vorangegangenen Entwicklungsstufe des Aufbautrainings vor allem das Bewältigen von Raum-, Zeit- und Gegnerdruck im Vordergrund stand, gewinnt nun die Verbindung von Technik mit taktischen Überlegungen zunehmend an Bedeutung. Die Aufgabe der Trainer:innen besteht weniger im Vorzeigen, sondern vielmehr im Schaffen von Lernsituationen, die den Spieler:innen eigenständige Lösungsfindungen ermöglichen.

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDE330303103	UST-ID: DE267630079

Schuss

Die Spieler:innen sollen im Anschlusstraining ihr technisches Repertoire an Schussarten perfektionieren. Je nach Spielposition können in Kleingruppen-Trainings unterschiedliche Abschlusspositionen geübt werden (z.B. Verteidiger Sweeper Shot aus großer Distanz; Stürmer Direktabschlüsse im High Slot etc.).

Pass

Auf der Stufe des Anschlusstrainings soll die Passtechnik perfektioniert werden. Dabei können positionsspezifische Trainingsformen gewählt werden. Dem spielnahen Üben wird ein hoher Stellenwert beigemessen.

Dribbling

Im Anschlusstraining lernen die Spieler:innen wie ihr Tempo im Dribbling den Spielrhythmus bestimmt. Der Rhythmus ist eng mit dem Gameplan verknüpft. Die Spieler:innen können den Gameplan umsetzen und unter Berücksichtigung der gesamte Spielsituation den Rhythmus des Spiels wie gewünscht steuern.

Weiteres: Taktik

Die Trainings sind vermehrt auf die Spielphasen ausgerichtet. Im Anschlusstraining stehen die individuelle Spielerentwicklung und damit verbunden die individualtaktische Ausbildung zwar immer noch im Vordergrund. Gleichzeitig sollen Trainingsmethoden eingesetzt werden, wie sie im Hochleistungstraining Anwendung finden. Um als Gruppe spielfähig zu werden, bedarf es einer spielerischen Ausbildung auf dem Großfeld. Sofern im Training 5v5 trainiert wird, soll dieser Spielteil immer mit dem Trainingsziel und Spielkontext verknüpft werden. Wenn ein freier Spielteil durchgeführt wird, soll das immer bewusst geschehen. Dadurch soll sichergestellt werden, dass die Spieler:innen die erlernten Inhalte im Spiel umsetzen können. Dies wird durch ein spielnahes Training gewährleistet. Die Spieler:innen lernen vermehrt mit teamtaktischen Absprachen zu arbeiten und das Coaching passt sich entsprechend daran an.

Good Practice

Beispielhafte Trainingsformen für das Anschlusstraining sind im [Anhang 3: Good Practice Beispiele für Trainingsformen auf den Entwicklungsstufen](#) zu finden.

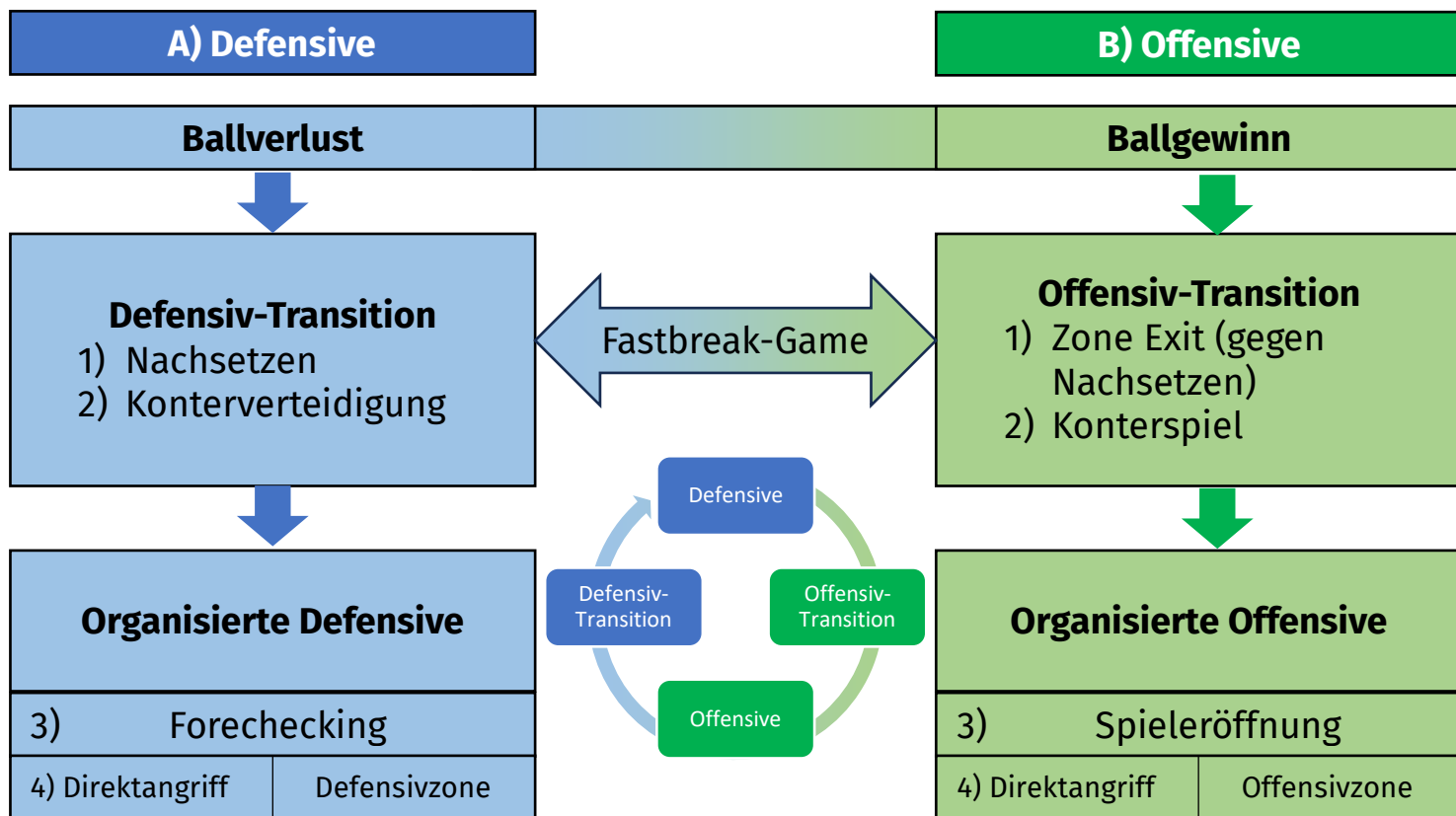
Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDE33HAN30	UST-ID: DE267630079

Anhang 1: Spielphasen im Floorball



Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch
Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung
Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse
Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt
Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung
Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDEB520

eingetragen
AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Anhang 2: Spielerrollen und deren Aufgaben im Floorball

Spielerrolle 1 - Spieler:in mit Ball

- Versuch ein Tor zu schießen
- Triff eine Entscheidung, die das Spiel voranbringt (Torchance, Raum- oder Zeitgewinn)
- Ball abdecken, Dribbeln, Täuschungen, Schießen, Passen
- Vorausdenken: was ist das Resultat meiner Entscheidung (Gewinn-Risiko)

Spielerrolle 2 – Angreifende Mitspieler:innen ohne Ball

- Freilaufen, Raum kreieren
- Sei bereit angespielt zu werden (Körperposition, Stocksprache, Vorhand gewinnen)
- Antizipation: Spiel lesen und vorausdenken
- Scanning

Spielerrolle 3 – Spieler:in, die Gegenspieler:in mit Ball verteidigt

- Direkten Weg zum Tor stoppen, Inside verteidigen
- Gefährlichste Option verteidigen
- Mitte schließen
- Kelle vs. Kelle und Körper vs. Körper verteidigen

Spielerrolle 4 – Spieler:innen, die Gegenspieler:innen ohne Ball verteidigen

- Inside verteidigen
- Kommunizieren, zuteilen
- Räume und Passwege schließen
- Antizipation: bereit sein für Offensiv-Transition
- Scanning



Floorball-Verband Deutschland e. V.

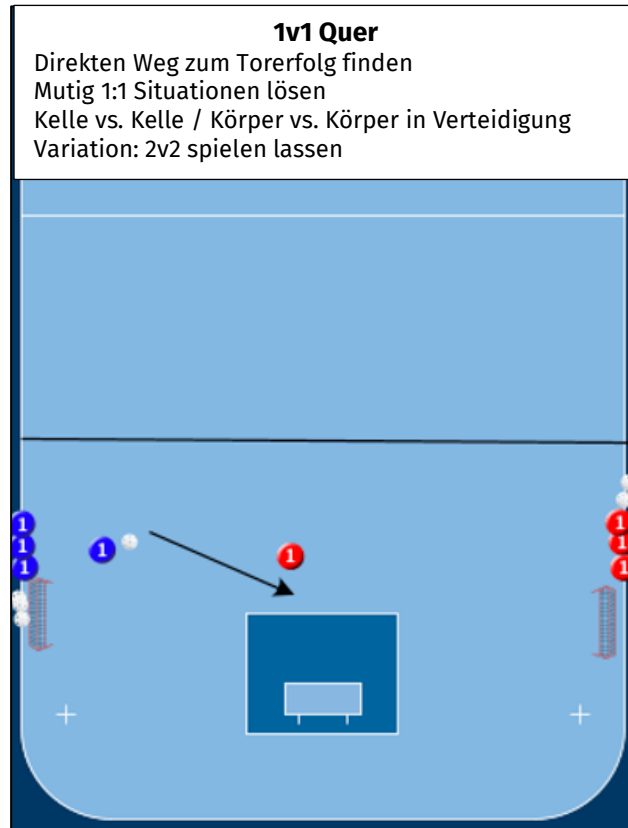
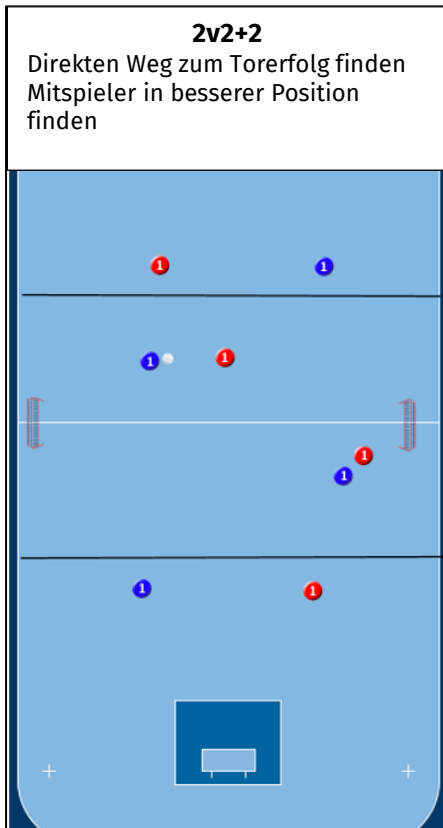
vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

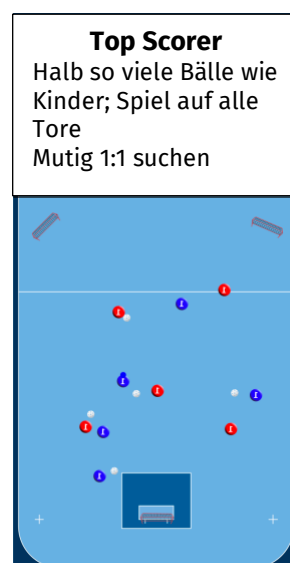
Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Anhang 3: Good Practice Beispiele für Trainingsformen auf den Entwicklungsstufen

Basisschulung Antizipation



Decision-Making



Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Remo Hubacher

Leonie Buhl

Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner

Goesselstraße 55

28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland

Postfach 71 30

26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Tel: +49 5132 873630

Fax: +49 5132 8736319

info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank

IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00

BIC: DEUTDE33

eingetragen

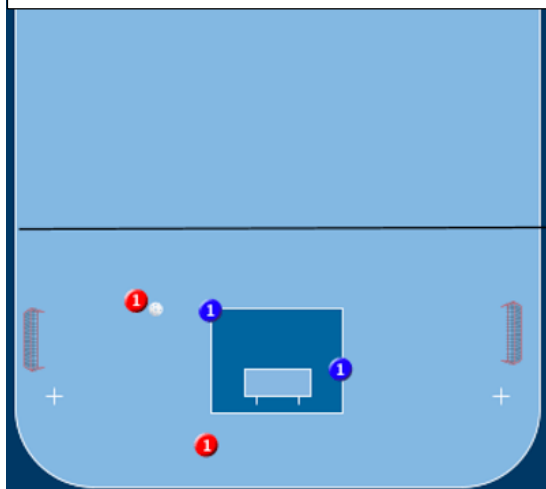
AG Leipzig VR3945

St.-Nr.: 60/146/11590

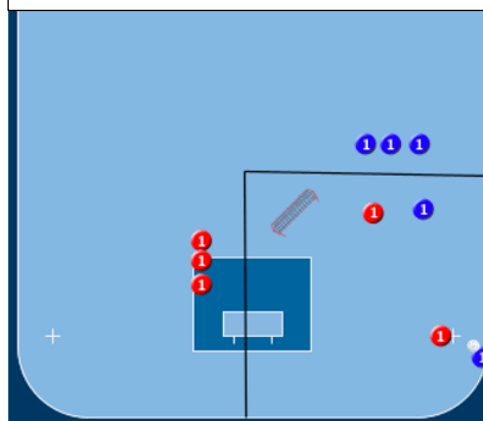
UST-ID: DE267630079

Zweikampfverhalten offensiv
2v2

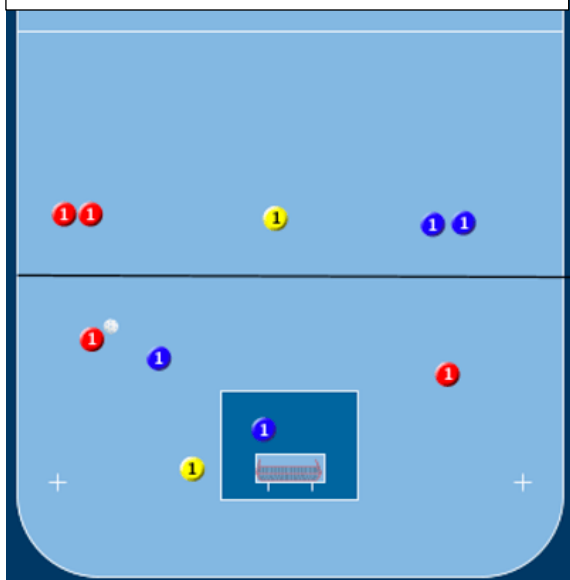
Direkten Weg zum Torerfolg finden
Ball behaupten, wenn unter Druck und keine Passoption vorhanden


Zweikampfverhalten defensiv
2v2 Eckenspiel

Kelle vs. Kelle verteidigen (eine Hand am Schläger, aktiv mit Schläger verteidigen, nah an Kelle vom Gegner)
Tiefe Knieposition; Beine versetzt und aktiv
Körper vs. Körper


Raumverständnis
2v2 + Joker

Spielerrolle 1: schnellsten Weg zum Torerfolg finden; Entscheidung reflektieren
Spielerrolle 2: immer aktiv; Stock am Boden und jederzeit spielbereit


Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Remo Hubacher

Leonie Buhl

Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner

Goesselstraße 55

28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland

Postfach 71 30

26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Tel: +49 5132 873630

Fax: +49 5132 8736319

info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank

IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00

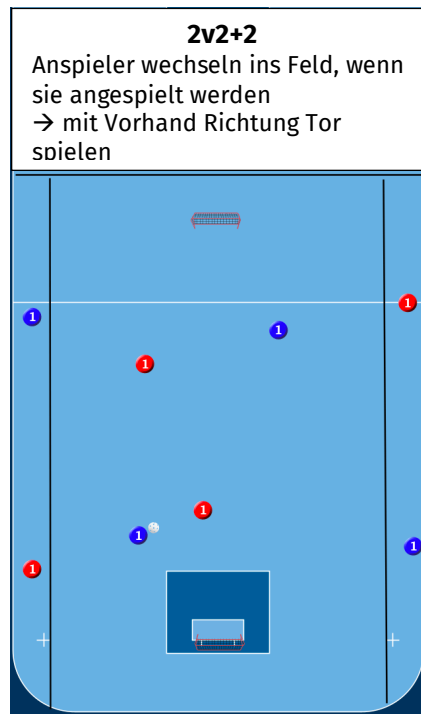
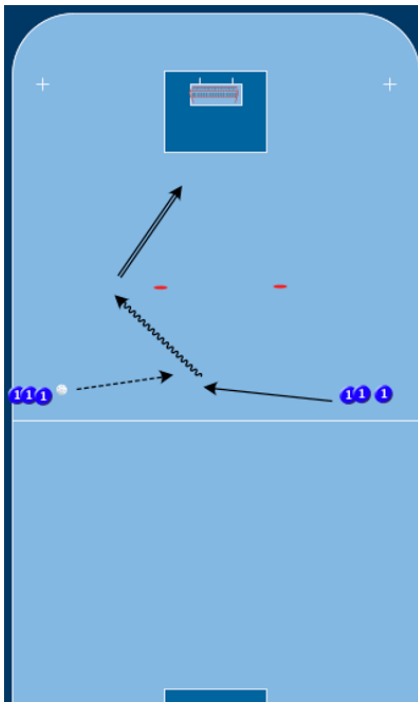
BIC: DEUTDEB520

eingetragen

AG Leipzig VR3945

St.-Nr.: 60/146/11590

UST-ID: DE267630079

Gezogener Schuss

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch
Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung
Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse
Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt
Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

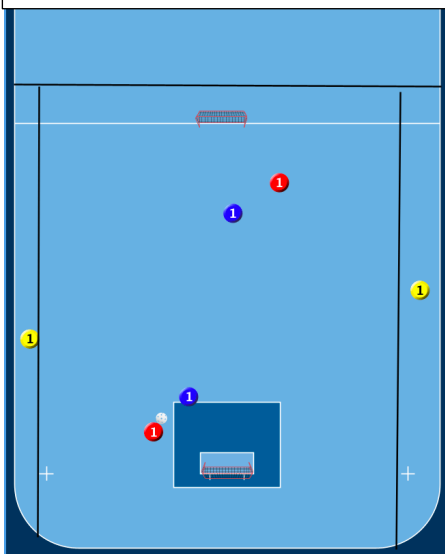
Bankverbindung
Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDEB520

eingetragen
AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Grundlagentraining Antizipation

2v2+2 Joker

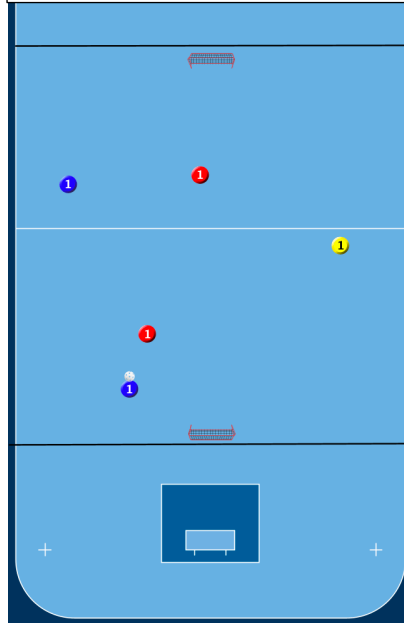
Nach einem erfolgreichen Pass:
große Bewegung und stets
anspielbar
Reagieren auf Bewegung von
Mitspieler (make the space, fill the space)



Decision-Making

2v2+Joker

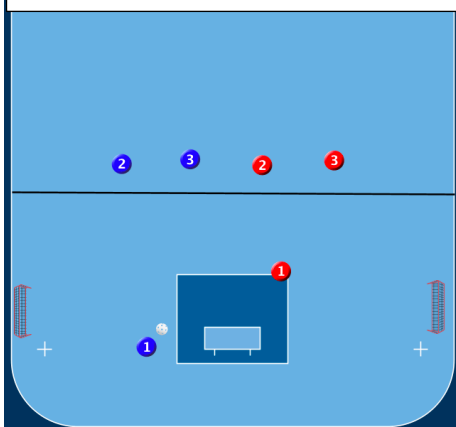
Bei Passentscheidung: gib
deinem Mitspieler einen Vorteil
Wann ist der Schuss/Pass die
bessere Option?



Zweikampfverhalten offensiv

1v1>2v2>3v3

Start mit 20s 1v1 -> nach 20s Pfiff
und weiter 2v2 -> nach wiederum 20s Pfiff
und 3v3; im nächsten Durchgang
startet Spielerr. 2 mit dem 1v1 usw.
Spielerrolle 1: Mit Finten das 1:1 lösen
Spielerrolle 2: Duell gewinnen und
von Gegenspieler lösen; immer aktiv



Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDEB520

eingetragen

AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Zweikampfverhalten defensiv

2v2 Defense
 Kelle vs. Kelle
 Tiefe Knieposition
 Inside verteidigen und Gegner in ungefährlichen Zonen halten
 SR4: inside halten – Gegner & Ball im Blick

1v1 Defense
 Kelle vs Kelle; tiefe Knieposition
 Inside-Linie verteidigen
 Möglichst lange vermeiden zu blocken
 Falls Block: Oberkörper zum Ball; Ausfallschritt tief

Raumverständnis

2v2+2 Offensive
 Immer abschlussbereit sein; Kelle Richtung Boden
 Reagieren auf Bewegung von Mitspieler -> make the space, fill the space

Direktabschlüsse

2v2+4
 Mit allen Anspielern spielen; im Feld nur Direktabschlüsse
 Tiefe Knie für erhöhte Range

Aufbautraining 1
Antizipation

3v3+Joker
Give n Go nach erfolgreichem Pass →
Big Move
Make the space, fill the space
Spiel lesen und einen Schritt vorausdenken

Decision-Making

3v3+2
Spiel auf beide Tore erlaubt
Triff eine Entscheidung, die das Spiel voranbringt
Entscheidungen faken

Zweikampfverhalten offensiv

3v3
Ball muss angenommen werden/kein Direktspiel erlaubt
Ball abschirmen, wenn keine Anspielstation vorhanden:
Abstand zur Bande halten
Nicht einklemmen lassen:
Scanning und Fake Moves nutzen, um sich von Bande zu lösen bevor Druck kommt

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Zweikampfverhalten defensiv

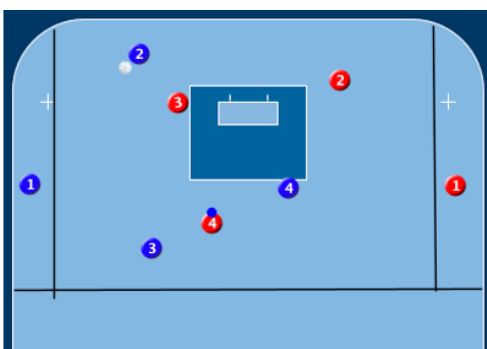
3v2/3

3v2 mit Backcheck nach Angriff;
ballnächster Spieler macht Druck
hinters Tor
Schnell eine klare Entscheidung treffen

3v3 Manndeckung

Physische Zweikämpfe in Rolle 3 und Rolle 4 führen
Gegenspieler mit Kommunikation übergeben
Distanz zum Gegenspieler anpassen, je nach Feldposition
Mental bereit für Wechsel von Rolle 4 zu 3 und vice versa
Doppeln wenn eigener Gegenspieler unter Kontrolle falls gewünscht

Raumverständnis



3v3+2 Rondo

Von Seite zu Seite spielen; Spieler
an Bande neutral
Körperposition so wählen, dass die
nächste Aktion direkt eingeleitet
wird
Gesamte Tiefe & Breite nutzen
Sofort Support-Positionen finden

3v3 Raumverständnis

Je ein Spieler pro
Feldabschnitt
Passlinien öffnen und
Spiel lesen in Rolle 2
Nach Pass in Rolle 1
freien Raum finden

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

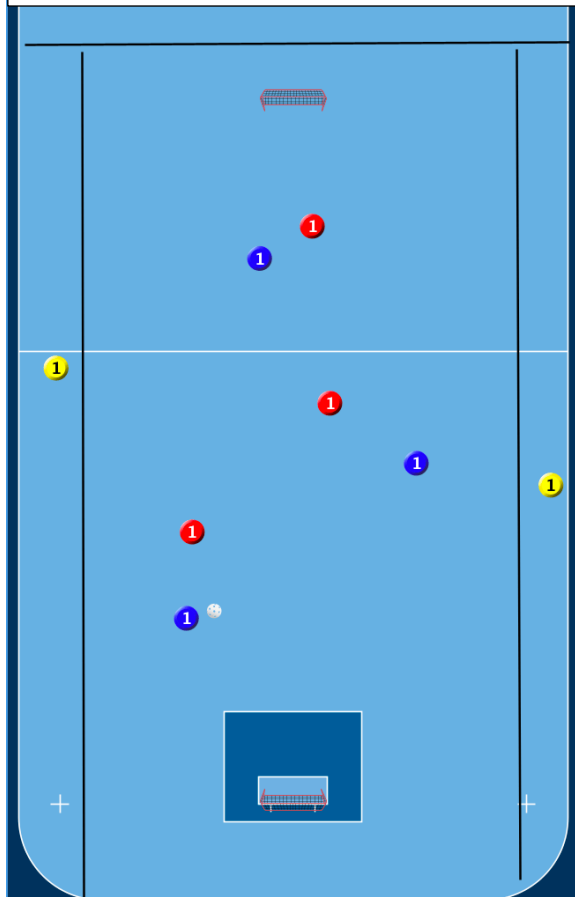
Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Direktabschlüsse

3v3+2 Joker

Im Feld nur Direktabschlüsse
 Spiel lesen und in Abschlusspositionen
 kommen
 1v0 Konter erlaubt ohne Direktabschluss



Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung	Postadresse
Remo Hubacher	Roland Büttner	Floorball Deutschland
Leonie Buhl	Goesselstraße 55	Postfach 71 30
Daniel Kehne	28215 Bremen	26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt	Bankverbindung	eingetragen
Tel: +49 5132 873630	Deutsche Bank	AG Leipzig VR3945
Fax: +49 5132 8736319	IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00	St.-Nr.: 60/146/11590
info@floorball.de	BIC: DEUTDEB520	UST-ID: DE267630079

Aufbautraining 2

Antizipation

4v4

Freies 4v4
Immer Druck auf Ball
Give n Go
Spiel als Gruppe lesen und spielen
Anpassbar an aktuelle Schwerpunkte

Decision-Making

4v4 + Joker

Ggf. mit Szenarien spielen (Team Blau führt mit 0,5/1/2 Toren)

Zweikampfverhalten offensiv

3v3 Offensiv

Bewegungen vor dem Tor üben
Von Gegenspieler lösen; Duelle in Rolle 2 gewinnen
Mit Finten in Rolle 1 arbeiten
Vor den Gegenspieler kommen und Inside-Linie brechen (Laufweg des Gegenspielers „schneiden“)
Defensive: Gegner in ungefährliche Zone steuern & halten

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Remo Hubacher

Leonie Buhl

Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner

Goesselstraße 55

28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland

Postfach 71 30

26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Tel: +49 5132 873630

Fax: +49 5132 8736319

info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank

IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00

BIC: DEUTDE33HAN30

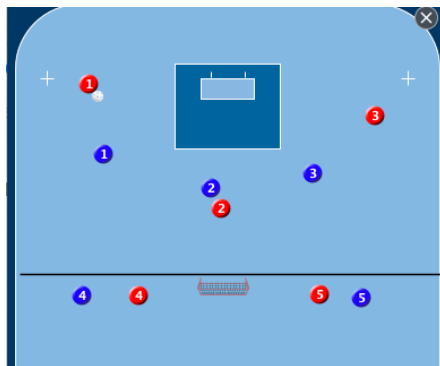
eingetragen

AG Leipzig VR3945

St.-Nr.: 60/146/11590

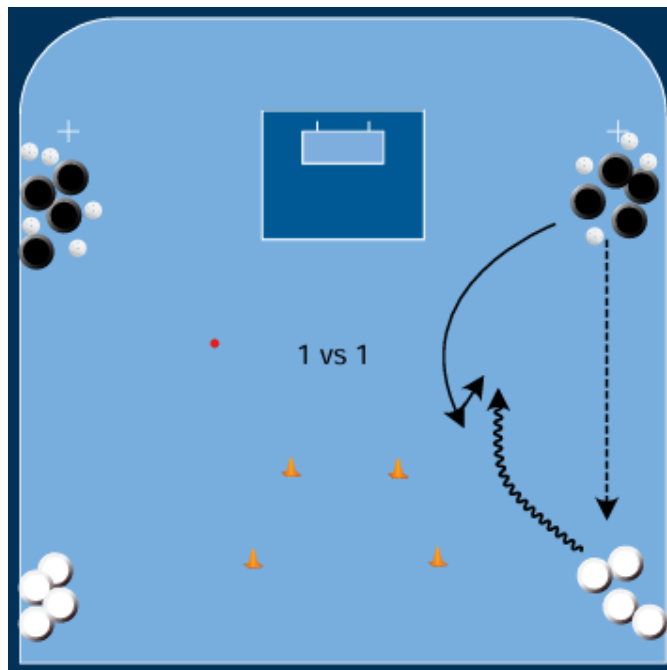
UST-ID: DE267630079

Zweikampfverhalten defensiv

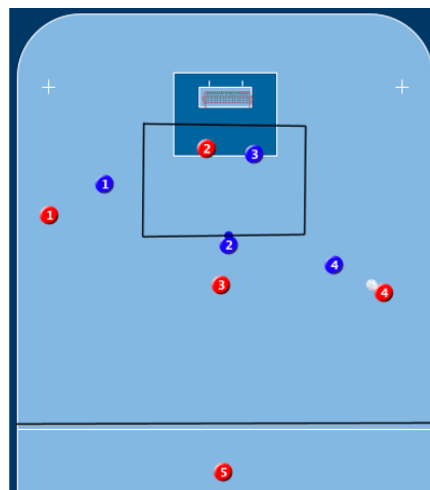


3v3 SR4 Defensive

Inside verteidigen
 Körperposition: Ball und
 Gegenspieler im Blick
 Wechsel Rolle 3 zu Rolle 4:
 weiterhin Inside physisch
 verteidigen; Laufweg des
 Gegners zum Slot stoppen
 („Box-Out“)



Raumverständnis



4v4+1 Target Zone

Ein Spieler immer in „Target
 Zone“ aber max. 4s derselbe
 Spieler
 Tiefe und Breite nutzen
 Nach Pass in Tiefe: Bewegung
 Richtung Slot
 Bewegungen im Rücken des
 Gegners forcieren

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Remo Hubacher

Leonie Buhl

Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner

Goesselstraße 55

28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland

Postfach 71 30

26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Tel: +49 5132 873630

Fax: +49 5132 8736319

info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank

IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00

BIC: DEUTDE33

eingetragen

AG Leipzig VR3945

St.-Nr.: 60/146/11590

UST-ID: DE267630079

Direktabschlüsse

3v3 Direktabschlüsse

Spiel auf beide Tore erlaubt, aber Tore sind nur via Direktabschlüsse erlaubt

In-/Outsweeper

2v2+3

Anspieler: um Block herum schießen
Schusstechnik an Spielsituation anpassen

Pressing
4v3 -> 4v4 Pressing

Ball wird von Torhüter eingeworfen
Verteidiger schauen aus dem Feld (später ins Feld)
Grundlinie muss mit Dribbling überquert werden (später frei)
Team, das Pressing löst, darf 5s auf das Tor spielen; erzielte Tore zählen doppelt
Coaching Keys anpassbar an eigenes Pressing

Floorball-Verband Deutschland e. V.
vertreten durch

Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)
Kontakt

Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDEB520

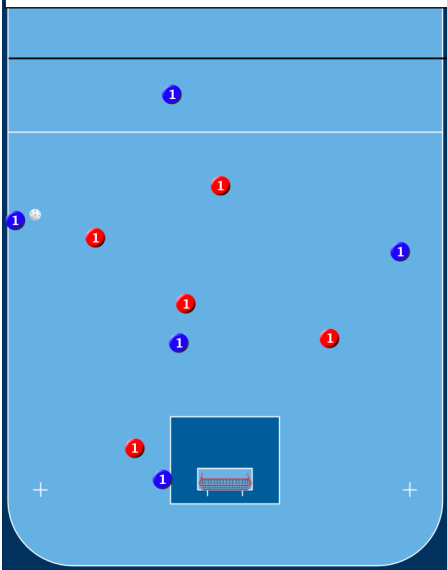
eingetragen

AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Anschlussstraining Antizipation

5v5 Rondo

Ballbesitz 5v5
Spiel lesen und einen Schritt vorausdenken
Variation: Team mit größer Pass-Streak gewinnt



5v5 Konterstart

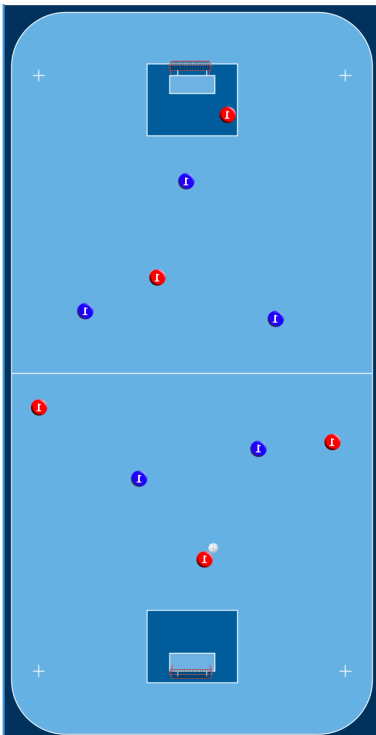
Torhüter wirft Ball zum Offensiv-Team
Defense-Team: vom Ball weit entfernte Spieler lesen das Spiel und antizipieren Ballgewinn von Mitspieler → schon ein paar Schritte vorwärts nehmen und bei Ballgewinn nach vorne explodieren; Konter ausspielen



Decision-Making

5v5 Szenarien

Decision-Making anpassen an Spielsituation: z.B. Team Blau führt mit 0,5/1/2 Toren Vorsprung
Was verändert sich in kontrollierten/unkontrollierten Situationen?
Wie verändert sich die Risikoabwägung / Gewinn-Risiko-Abschätzung der Spieler:innen?



Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch
Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung
Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse
Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt
Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung
Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDEB520

eingetragen
AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079

Zweikampfverhalten offensiv

1v0->2v2

1v0->1v1->2v1->2v2
 Finten nutzen, um 1v1 Situationen zu lösen
 Inside-Linie brechen; Gegner schneiden
 Entscheidungen faken
 Zug zum Tor hoch

Zweikampfverhalten defensiv

2x 1v1

Stürmer kann von allen
 Außenspielern Bälle erhalten
 und auf beide Tore spielen
 Mentalität in Defense;
 ohvsisch spielen

3v3+Joker Def

Spielerrolle 4: Gefährlichste
 Option priorisieren
 klare Entscheidung in Defense
 treffen
 Gegenspieler mit Kommunikation
 übergeben

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch	Geschäftsführung
Remo Hubacher	Roland Büttner
Leonie Buhl	Goesselstraße 55
Daniel Kehne	28215 Bremen

Postadresse
 Floorball Deutschland
 Postfach 71 30
 26051 Oldenburg

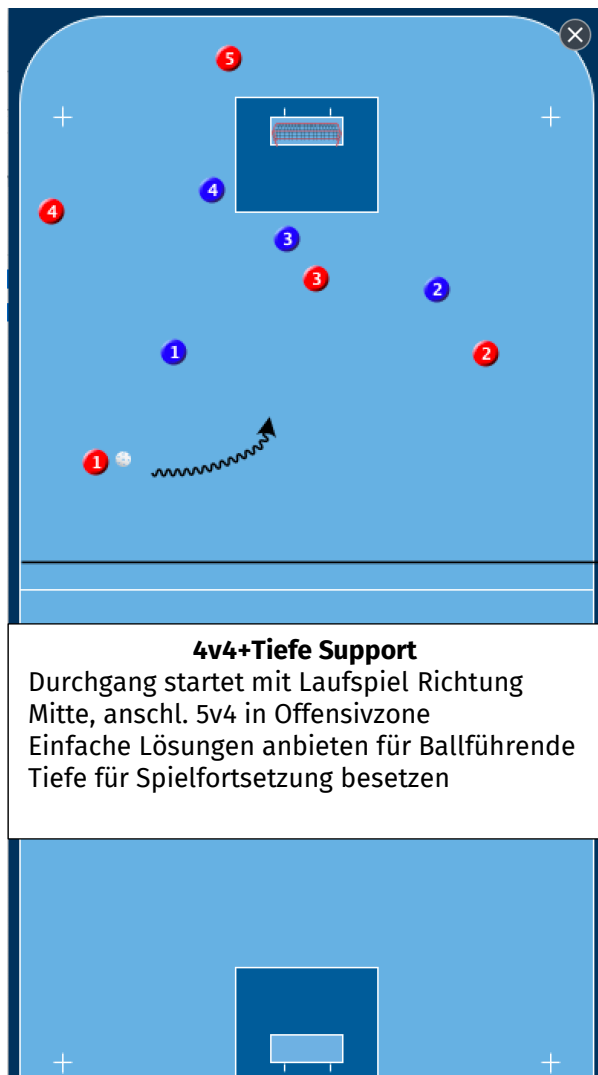
Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt
 Tel: +49 5132 873630
 Fax: +49 5132 8736319
 info@floorball.de

Bankverbindung
 Deutsche Bank
 IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
 BIC: DEUTDEB520

eingetragen
 AG Leipzig VR3945
 St.-Nr.: 60/146/11590
 UST-ID: DE267630079

Raumverständnis



4v4+Tiefe Support

Durchgang startet mit Laufspiel Richtung Mitte, anschl. 5v4 in Offensivzone
Einfache Lösungen anbieten für Ballführende
Tiefe für Spielfortsetzung besetzen

Floorball-Verband Deutschland e. V.

vertreten durch

Remo Hubacher
Leonie Buhl
Daniel Kehne

Geschäftsführung

Roland Büttner
Goesselstraße 55
28215 Bremen

Postadresse

Floorball Deutschland
Postfach 71 30
26051 Oldenburg

Floorball Deutschland ist Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Kontakt

Tel: +49 5132 873630
Fax: +49 5132 8736319
info@floorball.de

Bankverbindung

Deutsche Bank
IBAN: DE06 5207 0024 0226 3960 00
BIC: DEUTDEB520

eingetragen

AG Leipzig VR3945
St.-Nr.: 60/146/11590
UST-ID: DE267630079