

# Streethockey – Trainingsformen: Sich als Goalie dynamisch verschieben und den Angriff kontrolliert abwehren: Doppelgänger

Die Goalies führen verschiedene Bewegungsformen dynamisch und abgeklärt aus.

## Lies nach, was du in dieser Erscheinungsform beobachten kannst

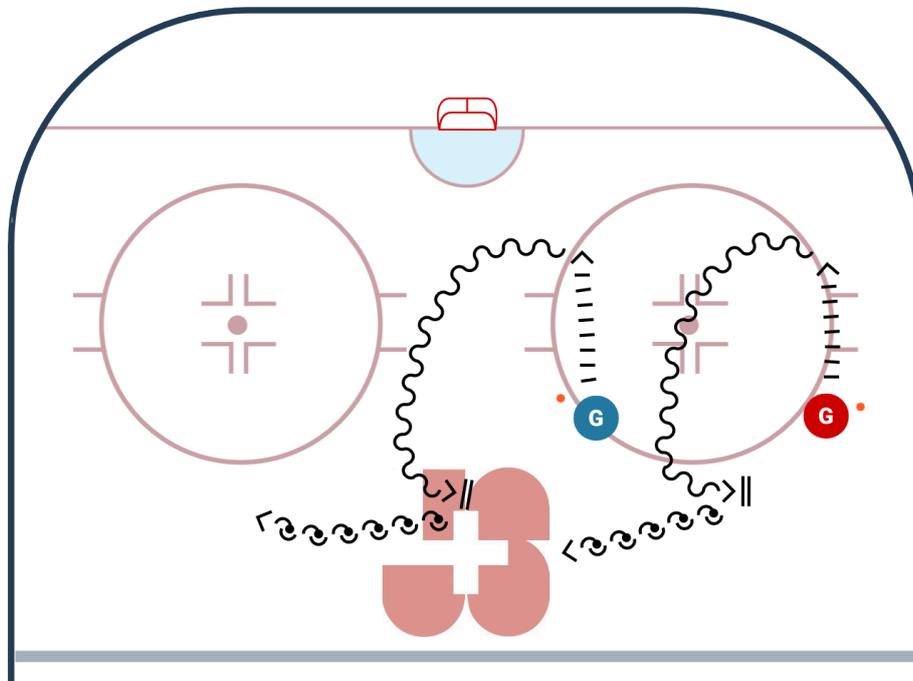
Die Grundposition, das Winkelspiel und die Verschiebungen haben grossen Einfluss darauf, wie viele Bälle eine Goalie abwehren kann. Dazu richtet sie sich laufend anhand einer imaginären Linie zwischen Ball und Tormitte aus. Sie bleibt dank einer dynamischen Verschiebetechnik optimal zum Ball ausgerichtet. Durch den Abstand zur eigenen Grundlinie sowie die Position der Fang- und Deckhand variiert die abzudeckende Fläche. Goalies wehren die Bälle kontrolliert ab, indem sie diese fangen oder so ablenken, dass es zu keinem gefährlichen Nachschuss kommt. Mithilfe ihres Stocks nehmen sie aktiv am Spielgeschehen teil und steuern das Abwehrverhalten des Teams mit klaren Anweisungen.

### Keypoints

- Festige deine Grundposition: Die Hände sind neben dem Oberkörper etwas nach vorne geschoben, der Stock am Boden.
- Wende die Verschiebetechnik korrekt an: Zuerst bewegst du ein Bein zum Ball, erst dann ziehst du das andere nach.
- Fixiere den Ball mit den Augen und verfolge diesen bis zum Schluss.
- Verkleinere den Winkel zur Schussabgabe gezielt.
- Wehre den Ball kontrolliert zur Seite ab.

### Entwicklungsfragen

- Wie deckst du möglichst viel Fläche ab?
- Wie kannst du dich flink und flüssig in alle Richtungen bewegen?
- Wie gewinnst du Zeit, um dich auf den Abschluss vorzubereiten?
- Wie stellst du sicher, dass abzuwehrende Bälle da landen, wo du es willst?



Bedeutung der Symbole

Zwei Goalies sind auf dem Feld. Einer ahmt simultan alle Bewegungen des anderen nach.

## einfacher

- Bewegungen vorzeigen, dann nachmachen

## schwieriger

- Im Hindernisparcours die Bewegungsformen ausführen und nachmachen

## Streethockey: Trainingsformen zu den Erscheinungsformen

Von der Trainerbank oder den Publikumsplätzen kannst du verschiedene Dinge beobachten. Die Erscheinungsformen beschreiben das von aussen Sichtbare des Spiels. Für dich als Trainerin oder Trainer sind sie wegweisend und bilden die Grundlage, auf der du deine Trainings planst und durchführst. Hier findest du eine Übersicht zu den Erscheinungsformen im Streethockey mit Verlinkung zu den entsprechenden Trainingsformen.

[Mehr](#)



## Alle Trainingsformen zu dieser Erscheinungsform

Mehr



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**