

Technik

1 gegen 1-Handlungen

Bildreihe 12: Traditionelle Technik des Überziehers mit halbkreisförmiger



Aktionen zur Wurfarmgegensseite

Im Unterschied zum meist standardisierten Bewegungsablauf bei 1 gegen 1-Aktionen zur Wurfarmseite sind Durchbrüche zur Wurfarmgegensseite deutlich komplexer. Die Spieler können hier bei Schrittfolge und Wurfarmführung auf unterschiedliche Technikvariationen zurückgreifen (von denen keine ausschließlich Vorteile bietet). In den Bildreihen 12 und 13 beginnt der Durchbruch mit einem Überkreuzschritt (jeweils Bilder 2 bis 4). Da der seitliche Raumgewinn begrenzt ist, besteht gegen agile Verteidiger die Gefahr eines Angreiferfouls! In Bildreihe 12 ist der Spieler in der Grundstellung aufgrund der tiefen Wurfarmführung torungefährlich (Bilder 1 und 2). Mit dem Überkreuzschritt führt er den Wurfarm über den Kopf des Gegenspielers zur Gegen-

seite (Bilder 2 bis 4). Diese „kurbelartige Überzieherbewegung“ hat den Vorteil, dass der Gegenspieler Wurfarm und Ball kaum attackieren kann. Nachteilig ist, dass der Angreifer erst sehr spät die Wurfarmlage einnimmt (Ausholbewegung in Bild 7) und infolge der tiefen Armhaltung phasenweise (Bilder 5 und 6) nicht in der Lage ist, situationsgerecht zu handeln.

Anders in Bildreihe 13: Hier agiert der Spieler bereits in der Grundstellung in einer torgefährlichen Wurfarmlage (Bild 1) und führt den Wurfarm mit dem Überkreuzschritt hoch am Abwehrspieler vorbei (= Überlegen des Wurfarms). Aufgrund der dabei erforderlichen geringen Distanz zum Verteidiger kann dieser den Angreifer mit Körperkontakt stoppen – ein Nachteil, den die frühzeitige Wurfarmlage und die permanente Handlungsfähigkeit des Angreifers wieder aufwiegt.

Bildreihe 13: Überlegen des Wurfarms mit hoher Wurfarmführung

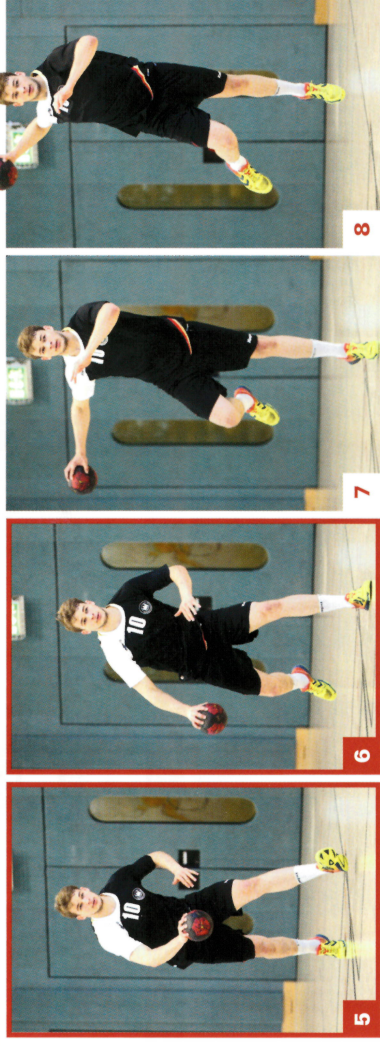


Technik

1 gegen 1-Handlungen

Wurfarmführung

Paul Druх



Info 9: Variationen in der Wurfarmführung

Ball über den Kopf des Gegners führen (Reihe 12)

- ⊕ größere Handlungsmöglichkeiten (z. B. Pässe, Wurf, kooperative Aktionen)
- ⊕ Ball wird schnell aus dem Einflussbereich des Gegenspielers geführt
- ⊖ Gefahr von Angreiferfouls

Durchstecken des Wurfarms (Reihe 14)

- ⊕ Ball wird schnell nach vorn am Gegner vorbei geführt
- ⊕ Möglichkeit, mit dem Kreisspieler zu kooperieren
- ⊕ Abwehrspieler hat geringe Chance, den Ball regelgerecht anzugreifen
- ⊖ Eingeschränkte Handlungsmöglichkeiten während der Wurfarmführung