



Die Bedeutung unserer Spielphilosophie

Unsere Spielphilosophie definiert die Spielqualität. Sie gibt uns die Kriterien für die Beobachtung und die Analyse der Spiele auf allen Stufen.

Unsere Spielphilosophie orientiert das Denken und Handeln von Spielern und Trainern an einer gemeinsamen Zielvorstellung und ermöglicht dadurch die Entwicklung einer Fussballkultur. Gleichzeitig konzentriert sie unsere Kräfte.

Unsere Spielphilosophie ist Ausgangs- und Zielpunkt der Ausbildung, denn, so wie man spielen will, muss man trainieren und so wie man trainiert, so wird man spielen.



Kennzeichen unserer Spielphilosophie

Wir spielen ein dynamisches und offenes Zonenspiel.

Dynamik

Unsere Spieler laufen, kämpfen und geben alles, um unser Spiel durchzusetzen.

Offensive

Unsere Spieler greifen an und suchen bei jeder Gelegenheit den Abschluss.

Zonenspiel

Unsere Teams sind gut organisiert, kompakt und zwingen den Gegner zu Fehlern.



Kinderfussball F / E

Spielnachmittage

5 : 5 / 7 : 7

*Soviele Spiele und Turniere wie möglich
Technikparcours*



Trainings-Inhalte

*Spielformen in kleinen Gruppen
4er-Drills*

Grundausbildung (Préformation) D / C / U-15

Spielbetrieb

9 : 9 / 11 : 11

*Differenzierte Leistungsklassen
C-Juniorencup und Hallenfussball*



Trainings-Inhalte

*Spielformen in kleinen Gruppen
viele Technikformen
Technikwettbewerb*

Grundausbildung (Préformation) D / C Junioren-Breitenfussball B / A

Spielbetrieb

7 : 7 / 9 : 9 / 11 : 11

*Differenzierte Leistungsklassen
Meisterschaft und Cup*



Trainings-Inhalte

*Spielformen
Übungsformen
für KO, TE und TA*

Nachwuchsförderung U-16 / 18 / 21

Spielbetrieb

*Meisterschaft und Cup
Internationale Spiele und Turniere
Hallenturniere*



Trainings-Inhalte

*Training sämtlicher
Leistungsfaktoren*

Spitzenfussball (Nationalliga)

Spielbetrieb

*Meisterschaft und Cup
Europacup*



Trainings-Inhalte

*Training sämtlicher
Leistungsfaktoren*

Aktive / Senioren

Spielbetrieb

11 : 11

Meisterschaft und Cup



Trainings-Inhalte

*Spielformen
Übungsformen
für KO, TE und TA*

Veteranen

Spielbetrieb

11 : 11 / 7 : 7



Trainings-Inhalte

*Spielformen
Gesundheitstraining
(Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit)*

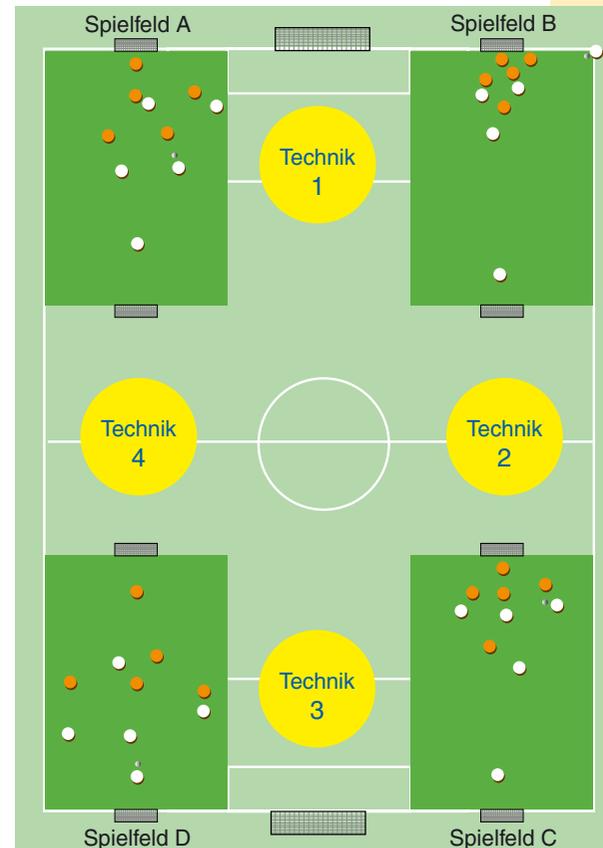


Prinzipien für die Spielnachmittage

- Spielfreude steht über allem
- Jedes Kind kommt soviel wie möglich zum Spielen (kleine Teams, viele Spiele und Turniere ohne Meisterschaftscharakter)
- Ergänzender Technikparcours (Beidfüssigkeit)

Spielpositionen

- Alle Positionen spielen mit abwechselnder Aufgabenstellung
- Jeder sollte auch als Torhüter spielen
- Spiel-Erfahrung und Selbständigkeit entwickeln



Trainingsschwerpunkte

Kollektive Ausbildungsschwerpunkte:

- Spielen steht im Vordergrund (Spiele auf Tore)
- Zusammenspiel und Raumaufteilung

Individuelle Ausbildungsschwerpunkte:

- Spielen ist das Wichtigste (Tore 3–5 m)
- Ballgewöhnungsarbeit (jeder hat seinen eigenen Ball)
- Polysportive Formen mit Ball und anderen geeigneten Geräten
- Fang-, Lauf- und Koordinationsspiele

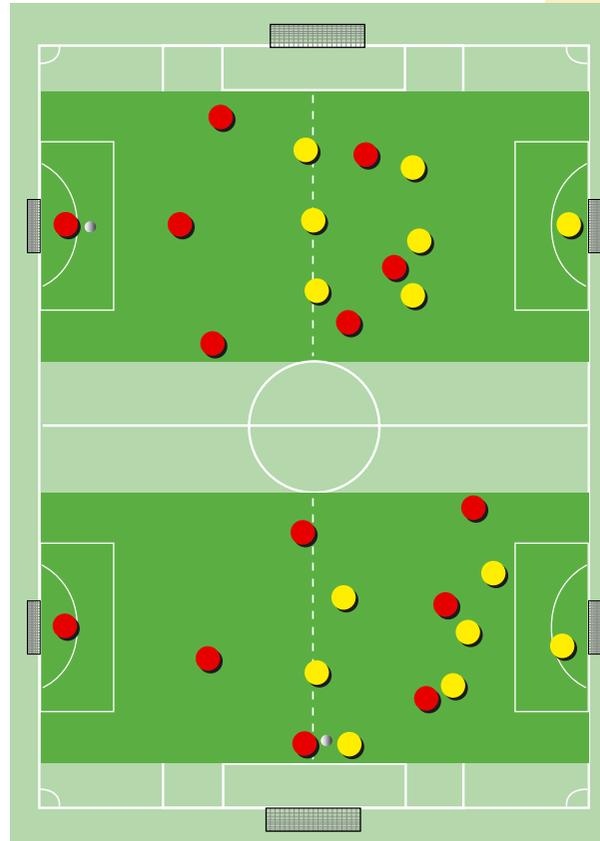


Prinzipien für das Spiel

- Spielfreude, Optimismus, Mut zum Risiko
- Überzahl in Ballnähe (Bewegung)
- Konsequentes Angriffsspiel
- Kombinationsspiel
- Spiel über die Aussenzonen

Spielpositionen

- Flexibles 3 - 3 als Grundordnung (auf 2 Linien)
- Spiel ohne Libero
- Auf vielen Positionen spielen, Lieblingsposition finden
- Kompaktheit
- Alle Spieler beteiligen sich am Angriffsspiel
- Spiel defensiv in der Zone. Alle Spieler beteiligen sich am Defensivspiel, schliessen die Zonen und versuchen den Ball zu erobern
- Torhüter ins Spiel einbeziehen



Trainingsschwerpunkte

Kollektive Ausbildungsschwerpunkte:

- Spielen auf grosse Tore steht im Vordergrund
- Spielaufbau von hinten
- Flügelspiel
- Abschluss aus allen Lagen
- Zonendeckung

Individuelle Ausbildungsschwerpunkte:

- Drill- und Übungsformen (4er-Drills)
- Beidfüssigkeit
- Dribblings und Zweikampfverhalten im 1 : 1, 1 : 2, 2 : 1 defensiv und offensiv
- Freilaufen, anbieten 3:1
- Kreativität, Mut zum Risiko
- «Hausaufgaben» im Bereich der Grob-Technik (jeder sollte zu Hause einen Fussball besitzen)
- Polysportive Ausbildung (beim Training in der Halle): z.B. Unihockey, Badminton
- Laufschulung

Grundausbildung 9 : 9 (Préformation)

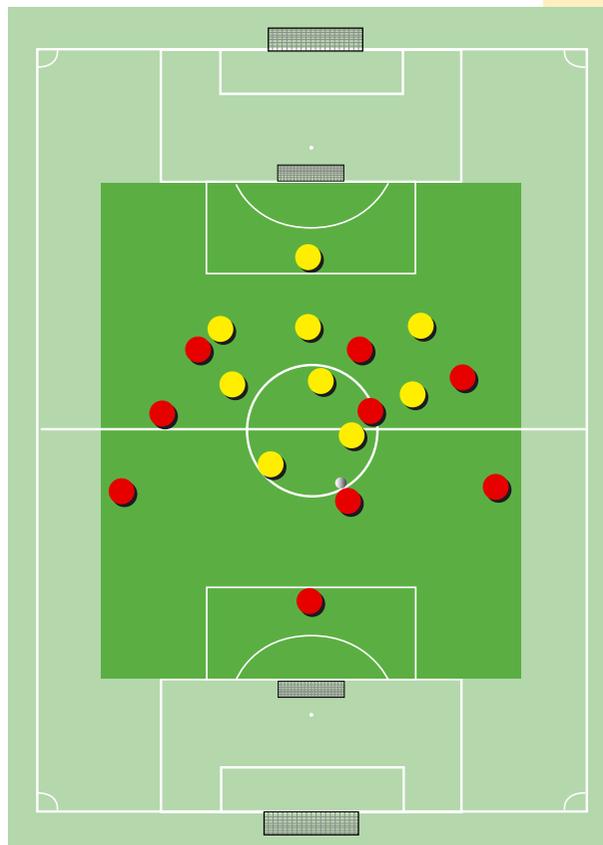


Prinzipien im Spiel

- Spielfreude und Mut zum Risiko
- Konsequent den gezielten Abschluss suchen
- Raum schaffen durch Bewegung für ein flüssiges, offensives Kombinationsspiel
- Aussenzonen nützen
- Alle greifen an, alle verteidigen

Spielpositionen

- Flexibles 3 - 3 - 2, 2 - 3 - 3 oder 3 - 2 - 3 (auf 3 Linien)
- Organisation ohne Libero
- Alle Spieler, inkl. Torhüter, beteiligen sich offensiv und defensiv am Spiel
- Die Spieler in den Aussenzonen schaffen Breite und Tiefe
- Die Spieler im Zentrum schaffen Überzahl und Unterstützung
- Stürmer und Mittelfeldspieler schaffen Tiefe



Trainingsschwerpunkte

Kollektive Ausbildungsschwerpunkte:

- Vom 3 - 3 - 2 zum 2 - 3 - 3
- Übergang von der Verteidigung in den Angriff (erster Pass und angreifen)
- Die Angriffe konsequent abschliessen
- Spielaufbau von hinten, kombinieren
- Spiel über die Aussenzonen
- Zonendeckung
- Dynamik und Einsatz

Individuelle Ausbildungsschwerpunkte:

- Zweikämpfe, Dribblings und Unterstützung (1 : 1 / 2 : 1 / 1 : 2 / 2 : 2)
- Technische Grundschulung (Beidfüssigkeit)
- Kreativität (Dribblings, Finten)
- Spezifisches Torhütertraining
- Koordination, Laufschulung
- Schnelligkeit und Gewandtheit mit und ohne Ball
- Spielfreude, Mut zum Risiko und Selbstvertrauen

Grundausbildung 11 : 11

(Meistergruppen, Regionalauswahlen und U-15)

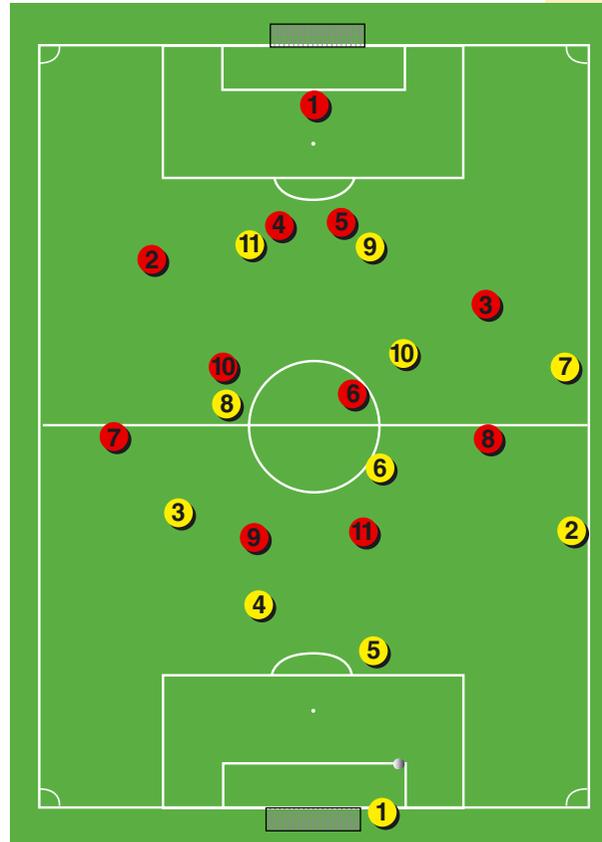


Prinzipien für das Spiel

- Spielfreude, Begeisterung und Teamgeist stehen über allem
- Tiefe und Breite schaffen für ein flüssiges und konstruktives Kombinationsspiel
- Konsequentes Spiel über die Aussenzonen
- Spiel in die Tiefe und Abschluss
- Schneller Gegenangriff
- Verengung der gegnerischen Spielräume durch eine konsequente Zonendeckung und Pressing
- Aggressives und kollektives Zweikampf- und Spielverhalten (gewinnen wollen)
- Fairness

Spielpositionen

- Flexibles 4 - 4 - 2 / 4 - 3 - 3 oder 3 - 4 - 3 als Grundordnung
- Gespielt wird ohne Libero
- Der Torhüter ist stark ins Mannschaftsspiel integriert
- Beide Aussenverteidiger (2, 3) und die beiden Mittelfeldspieler in den Aussenzonen (7, 8) schalten sich über die Aussenpositionen in den Angriff ein
- Zentrale Mittelfeldspieler (6, 10,) nicht zu früh spezialisieren
- Alle Spieler beteiligen sich am Offensiv- und Defensivspiel (Überzahl, Bewegung)



Trainingsschwerpunkte

Kollektive Ausbildungsschwerpunkte:

- Mannschaftsorganisation (4 - 4 - 2 / 3 - 4 - 3)
- Ballgewinn und Umschalten auf Angriff (erster Pass, Gegenangriff)
- Spielaufbau von hinten, Zusammenspiel, Spiel in die Tiefe und Abschluss
- Flügelspiel, Flanken und Abschluss (Effizienz)
- Dynamik
- Ballverlust und Umschalten auf Abwehr
- Zonendeckung und Abwehrkette
- Stehende Bälle in Abwehr und Angriff

Individuelle Ausbildungsschwerpunkte:

- Zweikampfverhalten und Unterstützung (1:1 / 1:2 / 2:1 / 2:2)
- Technik in Bewegung (Dribbling, orientierte Ballkontrolle, Pass, Flanke, Torschuss und Kopfball)
- Spezifische Torhüter- und Stürmer-Ausbildung
- Schnelligkeit und Koordination
- Spielfreude, Wille und Konzentration

Nachwuchsförderung

(U-21 / U-18 / U-16)

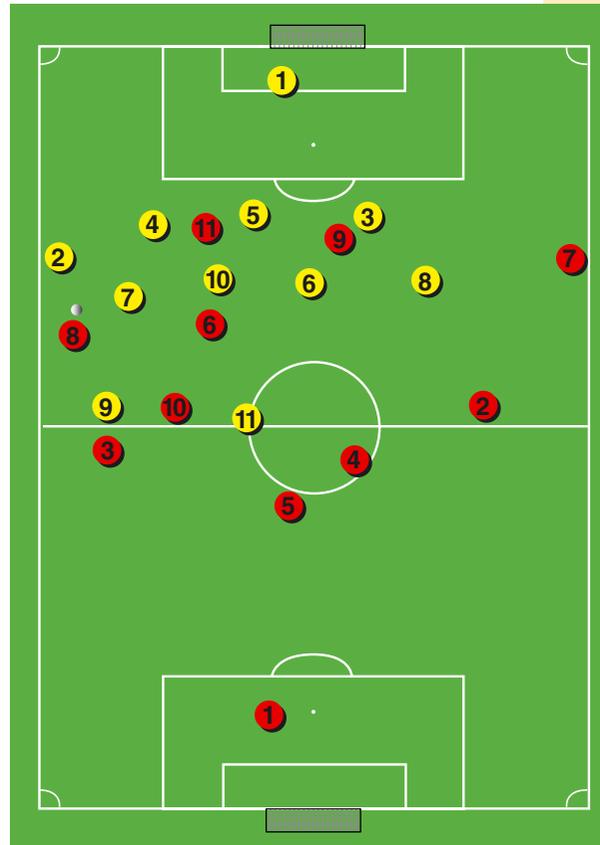


Prinzipien für das Spiel

- Absoluter Wille zur Topleistung
- Dynamik, totaler Einsatz und Teamgeist
- Nur wer Tore schießt gewinnt
- Tiefe und Breite schaffen für ein flüssiges und konstruktives Kombinationsspiel
- Konsequentes Spiel über die Aussenzonen
- Langer Pass als gezielte Alternative (2. Ball)
- Schneller Gegenangriff
- Verengung der gegnerischen Spielräume durch eine konsequente Zonendeckung und Pressing (Mittelfeldpressing)
- Aggressives und kollektives Zweikampfverhalten

Positionen

- Flexibles 4 - 4 - 2 oder 3 - 4 - 3 als Grundordnung
- Gespielt wird ohne Libero
- Der Torhüter ist stark ins Mannschaftsspiel integriert
- Beide Aussenverteidiger (2, 3) und die beiden Mittelfeldspieler in den Aussenzonen (7, 8) schalten sich über die Aussenpositionen in den Angriff ein
- Immer ein Verteidiger beteiligt sich am Angriffsspiel
- Die beiden Sturmspitzen (9, 11) bestimmen primär den Verlauf der Angriffsaktionen (Tiefe!)
- Wie hoch die Deckung spielt und wo das Pressing ausgelöst wird, bestimmen vor allem die Leader im Team auf der Grundlage der Spielsituation und des Spielverlaufes
- Alle Spieler beteiligen sich am Defensivspiel



Trainingsschwerpunkte

Kollektive Ausbildungsschwerpunkte:

- Mannschaftsorganisation (4 - 4 - 2 oder 3 - 4 - 3)
- Ballgewinn (Pressing, Zweikampf) und Umschalten auf Angriff (erster Ball)
- Spielaufbau von hinten und Ballzirkulation
- Spiel in die Tiefe
- Flügelspiel, Flanken und Abschluss aus allen Lagen
- Schnelle Gegenangriffe (Effizienz)
- Ballverlust und rasches Umschalten auf Abwehr
- Zonendeckung und Abwehrkette
- Stehende Bälle (Spezialisierung)

Individuelle Ausbildungsschwerpunkte:

- Stärken der Spieler entwickeln
- Zweikampfverhalten und Unterstützung (1:1 / 1:2 / 2:1 / 2:2 / 2:3 / 3:2 / 3:3 off. und def.)
- Technik in Bewegung und Technik unter Druck (Dribbling, Pass, orientierte Ballkontrolle, Flanke, Torschuss und Kopfball)
- Spezifische Trainings nach Spielpositionen
- Ermutigung zur Kreativität
- Aggressivität, Wille und Konzentration
- Postenbezogene Ausbildung (Spezialisierung)
- Schnelligkeit, Schnellkraft und Ausdauer

Methode
GAG