

Tricks und Schüsse

copyright Vollis-KickerSite.de.vu ©2004

1. Allgemeines

1.1 Einführung

Jeder versteht unter Tricks etwas anderes. Die Einen halten es für eine besondere Variante vor dem Schuß mit einer Stange gegen den Tisch zu schlagen, andere schwören darauf das diagonal gesetzte Schüsse der Schlüssel zum Erfolg sind.

All das ist möglich und hat seine Vor- und Nachteile. Aber fair sollte es sein (und da ist die Variante mit dem Anschlagen schon draussen).

Alle hier beschriebenen Techniken, insbes. die Handhaltungen sind für die rechte Hand gedacht ! Unter einem Trick versteht man in diesem Zusammenhang, den Ball so zu bewegen das man ihn schliesslich mit einer bestimmten Technik ins Tor schießen kann. Hier können nicht alle Möglichkeiten aufgezählt werden, wie und mit welcher Technik man einen Ball ins gegnerische Tor befördern kann, aber es gibt ein paar Tricks die sich im grunde immer wieder finden und von denen die Mehrheit zur Grundausrüstung eines guten Spielers gehören sollte.

Denn eines gilt immer :

Ein guter Spieler unterscheidet sich von einem schlechten nicht nur durch eine bessere Technik, sondern auch darin seine Fähigkeiten effektiver anwenden zu können.

Und das bedeutet nicht zuletzt auch genügend variabel in seinem eigenen Spiel zu sein um sich auf sein Gegenüber einstellen zu können.

1.2 Zum Anfang

Gerade bei Anfängern machen es schon kleine Fehler sehr schwierig neue Tricks und Techniken zu erlernen. Es gibt leider keine Allgemeinrezepte, da es, im Gegensatz zu anderen Sportarten bei denen man zumindest im Grundsatz identische Voraussetzungen hat, die unterschiedlichsten Tischvarianten und Bälle gibt mit denen man konfrontiert werden kann.

Dieser Text nimmt daher Bezug auf Spieleigenschaften wie sie auf SoccerTischen der Marken Löwen, Lehmacher oder Leonhart vorzufinden sind.

Die ersten vier Themen unter dieser Rubrik widmen sich Grundtechniken für Schüssearten und sind mit * gekennzeichnet. Die Weiteren sind darauf aufbauende Techniken als weitere Themen im Anschluss zu finden.

1.3 Andere Betrachtungsweise

Über manches macht man sich keine Gedanken, weil es einem einfach zu banal wirkt. Aber was nützt einen schon die beste Rückhandtechnik beim Tennis, wenn man den Schläger falschherum hält.

Wenn auch überzogen formuliert, ergeben sich aber schon zu Anfang bei den meisten Fun- und Freizeitspielern Fehler die bei dem Versuch effektiv Technik zu trainieren alles unnötig erschwehren.

Ein paar Beispiele für solche Punkte sind Fragen : Wie ...

... hät man den Griff am besten ?

(Hand nach Vorn oder Hinten, Handgelenk über den Griff oder daneben)

... steht man am besten zum Tisch ?

(Aufrecht oder in Gebeugt, Füße auf einer Höhe oder versetzt).

2. Mit dem Handgelenk*

2.1 Allgemein

Diese Technik ist am verbreitetsten und wohl auch die natürlichste. D.h. wer ohne Vorkenntnisse an den Tisch geht wird intuitiv versuchen so zu spielen.

Wenn man einen Spieler zum ersten male an einen Soccer stellt wird er höchstwahrscheinlich genau diese Technik rein intuitiv anwenden.

2.2 Griffhaltung

In der Regel gibt es keine wirklich einheitliche Griffhaltung. Der Griff wird jedoch oft von oben herab mit der Hand fest umschlossen, s.d. sich das Handgelenk etwas linksseitig von der Mittelachse des Griffes befindet.

2.3 Schusstechnik

Man kann die Schusstechnik in zwei Phasen unterteilen :

A) Die Ausholbewegung

Entgegen der Anspannung der Unterarmmuskulatur wird der Griff im Uhrzeigersinn soweit verdreht bis sich das Handgelenk über oder etwas rechtsseitig zur Mittelachse des Griffes befindet.

B) Die Beschleunigungsbewegung

Die Rückholbewegung in Gegenuhrzeigersinn wird optimalerweise durch eine leichte Drehbewegung mit dem Ellenbogen unterstützt. Dabei ist es recht hilfreich - und schonender für das Handgelenk - wenn man durch eine leichte, von Griff weggerichtete Hüftdrehung zusätzlich Spannung erzeugt.

3. Mit der Handfläche/Abroller*

3.1 Allgemein

Diese Technik (welche hierzulande oft als *Abroller* bezeichnet wird) ist eine der Standarttechniken

von Turnier- und Ligaspielern die unter reinen Just-For-Fun-Spielern allerdings nur seltener eine Verbreitung findet.

Dabei ist Diese ebenso variable und dabei deutlich schneller als die intuitivere Technik aus dem Handgelenk.

Mit der Handfläche zu spielen ist gerade für Gelegenheitsspieler oft sehr ungewohnt. Sehr hilfreich für diese Technik ist es einen Griff mit möglichst viel Griffigkeit vorzufinden.

Dabei bieten sich Griffgummis und Handschuhe als nützliche Hilfen an.



3.2 Griffhaltung

Um die Schusstechnik richtig ausführen zu können ist es besonders wichtig die richtige Griffhaltung zu haben.

Die Hand wird mit ihrer Innenfläche an die rechte Griffseite gelegt, s.d. das Handgelenk sich leicht rechtsseitig neben der Mittelachse des Griffes befindet. Dabei wird der Griff mit der Hand fest umschlossen.

Idealerweise sollte sich der Ellenbogen auf gleicher Höhe wie das Handgelenk oder leicht rechts davon befinden. Wie weit vorn oder hinten relativ zum Griff die Hand ruhen sollte ist dabei individuell unterschiedlich, dabei gilt jedoch eine einfache Faustregel :

Je weiter nach Vorn desto besser ist das Gefühl für Techniken in die Schubrichtung, je weiter nach Hinten desto besser ist das Gefühl für Techniken in die Zugrichtung.

3.3 Schusstechnik

Auch hier kann man die Technik in zwei disjunkte Phasen unterteilen :

A) Die Ausholbewegung

Den Druck welchen man zuvor durch das feste Umgreifen des Griffes etabliert hat wird nun durch einen konstanten Druck über die rechts anliegende Handfläche weiter aufrecht erhalten, während man die Hand leicht öffnet und das Handgelenk an der rechten Griffseite etwa soweit herabgleiten lässt, bis der Griff um etwa einen halben Umfang verdreht wurde.

B) Die Beschleunigungsbewegung

Ohne das Handgelenk zu verdrehen, und unter konstanten Druck über die Handfläche wird die Hand wieder seitlich am Griff hochgeführt bis dieser wieder fest umschlossen werden kann. Dabei ist es hilfreich die Finger (mit Ausnahme des Daumens) wie einen Korb angewinkelt zu halten. Der Griff fällt dann sprichwörtlich wieder in die Finger zurück.

Diese Bewegung sollte möglichst schnell durchgeführt werden.

4. Mit dem Unterarm*

4.1 Allgemein

Die Unterarmtechnik ist eine der Exoten, dabei aber nicht minder verbreitet und effektiv. In der Regel findet sie bei speziellen Schusstechniken wie dem Jet (engl. Monkey) ihre Anwendung. Sie ist - ähnlich der Handflächentechnik - eher bei Fortgeschrittenen Spielern zu finden dabei allerdings relativ einfach zu lernen. Um effektiv anwendbar zu sein ist es allerdings nötig Figuren mit einem guten Schwerpunkt und Griffe mit möglichst viel Grip vorzufinden.

4.2 Griffhaltung

Je nach Umfang des Griffes wird die Innenfläche des Unterarmes so an die rechte Griffseite gepresst, dass die Stange eine komplette Rotation durchlaufen würde wenn man den Arm am Griff vorbei soweit hochführt bis man ihn mit der Hand fest umschliessen könnte.

Idealerweise sollte der Unterarm senkrecht und leicht nach vorne angewinkelt sein.

4.3 Schusstechnik

Auch hier kann man die Technik in zwei disjunkte Phasen unterteilen :

A) Die Ausholbewegung

In diesem speziellen Falle wird der Griff bereits mit einer vorweggenommenen Ausholbewegung gehalten, was diese Technik besonders effektiv und schell macht. Dabei wird allerdings auch klar das der Griffhaltung eine besonders wichtige Bedeutung zukommt wenn alles richtig klappen soll.

B) Die Beschleunigungsbewegung

Ohne den Druck über den Unterarm zu lockern wird dieser möglichst schnell am Griff entlang nach oben geführt bis der Griff nach einer kompletten Rotation in der griffbereiten Hand landet.

5. Fingerinnenzug*

5.1 Allgemein

Diese Technik bietet sich für Tische mit sehr schmalen oder sich stark verjüngenden Griffen an.

5.2 Griffhaltung

Der Griff wird zwischen Zeige- und Mittelfinger der rechten Hand gehalten, wobei die Kontaktflächen die Innenseite des Mittel- sowie die Aussenseite des Zeigefingers sind. Der Druck auf den Griff wird dabei über den Mittelfinger ausgeübt - der Zeigefinger ist für die leichtere Führung des Griffes notwendig.

5.3 Schusstechnik

Auch hier kann man die Technik in zwei disjunkte Phasen unterteilen :

A) Die Ausholbewegung

Ähnlich der [▶ Unterarmtechnik](#) ist die Ausholbewegung bereits in der Haltung des Griffes enthalten.

B) Die Beschleunigungsbewegung

Die Innenseite des Mittelfingers wird mit einer kurzen aber sehr schnellen Bewegung an dem Griff nach oben gezogen und für Sekundenbruchteile vom Griff (nach der eigentlichen Beschleunigung) gelöst. Wichtig ist dabei den Griff nach einer kompletten Rotation wieder mit der Hand abzufangen um das Überdrehen der Stange zu vermeiden.

6. Schieben und Ziehen

6.1 Kurze Beschreibung

Beide Techniken sind grundlegend identisch, wenn natürlich auch spiegelverkehrt zueinander.

Ziel ist es den Ball durch seitliches Führen mit einer Figur in die Nähe einer Lücke zu bringen und diesen dann aus der fließenden Bewegung einzuschiessen.

Das Schieben und Ziehen zählt zu den Standarttechniken und findet sich somit auf praktisch allen gängigen Tischmodellen, Tischausstattungen und Balltypen wieder. 

6.2 Schusstechnik

Die Technik welche hierbei am häufigsten anzutreffen ist :

▶ [Mit dem Handgelenk](#)

Dabei sind durch die einfach durchführbaren spielerischen Erfordernisse auch andere Schusstechniken relativ gut hierauf adaptierbar.

6.3 Vorbereitung

Der Ball wird links oder rechts (je nach gewünschter Bewegungsrichtung) neben einer Figur plaziert. Dabei sollte der Ball so liegen das man die anvisierte Lücke in der Richtung noch erreichen kann und das dieser relativ zur Mittelachse der Stange nicht exakt unterhalb, sondern leicht nach hinten (also vom Tor weg) zu finden ist. Dadurch wird das spätere Führen des Balles leichter von der Hand gehen.

6.4 Ausführung

Mit der Seitenfläche der Figur wird der Ball etwa 2/3 des seitlichen Weges zur Lücke geführt. Dabei ist es wichtig den Arm möglichst auf Höhe der Stange zu führen.

Sind 2/3 des Weges geschafft wird der Ball sich selbst überlassen und die Figur durch Abknicken des Handgelenkes (bei der empfohlenen Technik) hinter den Ball gebracht und an diesem vorbei in Höhe der Schussposition plaziert.

Sobald der Ball die gewünschte Position vor der Figur erreicht kann er mit der entsprechenden Technik eingeschossen werden.

Bei der Ausführung in Zugrichtung wird ein grosser Teil der benötigten Schnellkraft nicht allein aus der Grundspannung im Arm und Hüfte, sondern durch Umleiten der Zugbewegung der Stange mit in die Rotationsbewegung erzeugt. Was zunächst etwas kompliziert schein wird mit etwas Übung zu einem automatisierten Bewegungsablauf.

Bei Schüssen in *Schub*-Richtung liegt das Besondere darin das die meisten Spieler die Schußenergie nicht aus der Schubbewegung, sondern trotz der anderen Bewegungsrichtung aus einer Zugbewegung hohlen. Dazu wird die Figur nicht direkt hinter die Schussposition des Balles gebracht sondern etwas weiter geführt um den Ball aus einer sehr kurzen Zugbewegung der Figur zu treffen. Ein weiterer Vorteil dieser Schubtechnik liegt darin das man hiermit vermeiden kann den Ball *zu lang* zu nehmen und dann nur den Pfosten zu treffen.

6.5 Täuschmöglichkeiten

Diese Technik erlaubt eine Vielzahl an legalen Möglichkeiten den Gegner zu täuschen.

Zwei verbreitete möchte ich hier einmal aufgreifen, bei denen die Grundvoraussetzung darin liegt von der Startposition des Balles in beide Richtungen (Schub&Zug) spielen zu können :

A) *Kreiseln ohne Ball*

Beim Kreiseln ohne Ball wird die Figur schnell und sehr dicht in Kreisbewegungen um den Ball herum geführt ohne diesen zu bewegen. Diese Technik wird aus der *fliessenden* Bewegung heraus gespielt.

A) *Kreiseln mit Ball*

Der Ball wird abwechselnt in Schub- und in Zugrichtung mit der Figur geführt, ohne ihn dabei komplett zu stoppen. Auch hier wird die Technik aus der fließenden Bewegung heraus gespielt wobei der Ansatzpunkt eine Wende zwischen Schub/Zug bzw. Zug/Schub ist.

6.6 Variationen

Wenn man sich eine Startposition auf Höhe eines der Pfosten aussucht ist es möglich praktisch jede Lücke auf der gesamten Torbreite zu treffen.

Dabei ist es zudem möglich den Ball nicht auf einer geraden Bahn in das Tor zu befördern sondern ihn durch diagonales Anspielen entgegen mit der Bewegungsrichtung in einem Winkel auf das Tor zu spielen was es ermöglicht zwischen Torward und Abwehrfigur diagonal hindurch zu schiessen.

6.7 Schwierigkeiten

Je kleiner und/oder runder die Seitenflächen der Figurenfüsse, desto schwieriger gestaltet sich das

seitliche Führen des Balles am Fuss. Wenn man sich den Ball leicht vor oder hinter die Stange legt, liegt diese Fläche nicht senkrecht an der Ballseite an sondern diagonal zu ihr was eine bessere Seitenführung erlaubt.

Technisch gesehen ist das Führen des Balles an dieser Figurenfläche die eigentliche Schwierigkeit, die mit ein wenig Übung selbst für Anfänger leicht beherrschbar sein sollte.

6.8 Training

Ziel des Trainings sollte vor allem das Timing und ein Gefühl für die Entfernung von Ball und Lücke sein. Dazu bietet es sich an von einer bestimmten Startposition auf vorher fest anvisierte Lücken in der Deckung zu schießen, welche man bei Erreichen einer guten Trefferquote (über 90%) immer weiter von der Startposition entfernt werden.

Ein weiteres wichtiges Element zum Trainieren für diese Technik ist das seitliche Führen des Balles. Hier bietet sich das unter Täuschmöglichkeiten angegebene *Kreiseln mit Ball* an.


7. PassVolley

7.1 Kurze Beschreibung

Im Englischen auch als *KickPass* und im deutschen Sprachgebrauch zudem gerne als *amerikanischen Trick* bezeichnet.

Diese Technik zählt ebenso wie das [Schieben/Ziehen](#) zu den auf fast allen Tischmodellen spielbaren Standardtechniken.

Die Grundidee liegt hier darin die seitliche Bewegung des Balles nicht mit der selben Figur zu bewerkstelligen wie derjenigen mit der am Ende der Abschluss gesucht wird.

Der Ball wird zu einer Figur auf der selben Reihe seitlich gespielt um von dieser aus dem Rollen heraus volley auf das Tor gespielt zu werden. 

 [Vorhand Passvolley \(ausen innen\)](#)

 [Rückhand Passvolley \(innen aussen\)](#)

7.2 Schusstechnik

Die Ausführung des eigentlichen Volleyschusses ist in der Regel abhängig davon mit welcher Griffhaltung der Querpass zuvor gespielt wurde.

Da viele Spieler als Querpasstechnik Schieben/Ziehen nutzen ist die [Handgelenks](#) Technik weit verbreitet. Bei Querpassen aus Vor- oder Rückhand Klemmsituationen bei denen der Ball oft als Gegenschieber/-zieher seitlich gespielt wird kommen hingegen oft auch Schüsse aus [Der](#)

[Handfläche](#) vor.

7.3 Vorbereitung

- **Querpass per Schieben/Ziehen**
Dabei muß der Ball so neben den Figurenfuß abgelegt werden das er in die gewünschte Querrichtung abgespielt werden kann.
- **Querpass per Vor-/Rückhand**
Der Ball wird von der passgebenden Figur mit der Fussrückseite (Vorhand), oder der Fußvorderseite (Rückhand) so eingeklemmt, daß die Fußspitze leicht hinter dem höchsten Punkt des Balles aufliegt. D.h. das etwas Fussfläche auf der Balloberseite aufliegt um die Kontrolle zu verbessern. Dabei hängt der genaue Punkt von Figur, Stangenabstand zum Boden und Balldurchmesser ab.

7.4 Ausführung

1. **Der Querpass ...**
 - **Querpass per Schieben/Ziehen**
Der Ball wird durch Führen mit der ihm zugewannten Figurenseite auf der Länge von etwa zwei Balldurchmessern beschleunigt.
 - **Querpass per Vor-/Rückhand**
Der Ball kann entweder zur Seite mitgenommen werden, d.h. man bewegt die Figur zusammen mit dem noch geklemmten Ball in in richtung der Schussposition so daß er einen leichten Schnitt zur Stangenmitte hin erhält. Dabei sollte der Ball etwa auf Höhe der Schussposition unterhalb der Stange sein. Oder er wird in einer [Gegenschub/-zug](#) Technik gespielt. Dazu wird der Ball zunächst in die Gegenrichtung der Schussposition geklemmt mitgenommen und so angeschnitten das er neben der der Schussposition zugewannten Seite etwa unterhalb der Stange zum stehen kommt um ihn sofort als Schub-/Zugtechnik (s.o.) Querzupassen.
2. **Der Schuss ...**
Unabhängig von der Querpasstechnik wird nach der Querbeschleunigung des Balles die vollierende Figur auf die Höhe der anvisierten Deckungslücke gebracht und (je nach gewünschter Schusstechnik) der Ball bei Erreichen dieser Position eingeschossen.

7.5 Täuschmöglichkeiten

Drei Varianten bieten sich hierfür an :

1. **Das Täuschen der Schussposition**
Dazu bringt man unmittelbar nach dem Querpass die vollierende Figur nicht direkt auf die Höhe der Schussposition sonder etwas weiter oder etwas davor und trifft den rollenden Ball entsprechend aus einer unerwarteten Bewegung durch eine schnelle seitliche Bewegung bevor dieser die Position erreicht durch Vorbeilaufenlassen und Nachsetzen hinter der angetäuschten Schussposition.
2. **Das Durchlaufenlassen**
Spielt man den Querpass von aussen nach innen (also von einer der Aussenfiguren in

Richtung Mittelfigur, so kann man den Ball an der mittleren Figur vorbeilaufen lassen um dann mit der anderen Aussenfigur zu vollieren. Oder man lässt den vorbeilauffenden Ball zunächst von der Bande zurückprallen um ihn dann mit einer der Figuren zu vollieren (bietet sich vorallem bei Querpässen von innen nach aussen (Mittelfigur auf Aussenfigur) an.

3. **Der TickTack**

Der Start eines [▶ Tick-Tack-Tricks](#) und des PassVolley sind identisch. Daher bietet sich als Täuschköglichkeit auch das direkte Übergehen in einen Tick-Tack als Täuschung an.

7.6 Variationen

Da der Querpass beliebig lang gespielt werden kann, ist es möglich jede Deckungslücke auf der gesamten Torbreite zu erreichen. Die Variationsbreite liegt daher primär in der unterschiedlich spielbaren Länge und zudem in der Möglichkeit den Ball beim Vollieren nicht nur gerade sondern auch diagonal mit oder gegen die Querpassrichtung auf das Tor zu spielen.

7.7 Schwierigkeiten

Der PassVolley ist eine effektive und dabei relativ schnell zu erlernende Schusstechnik. Dabei liegt die eigentliche Grundschwierigkeit im Timing des Querpasses zum Volley hin und - gerade bei grossen Längen des seitlichen Spieles - das präzises Querspielen des Balles.

Bei einer Vor-/rückhandmitnahme-Technik zum Querpass kommt zu den genannten Grundschwierigkeiten noch das genaue diagonale Anspiel zur Stangenmitte an der Schussposition dazu.


7.8 Training

Vorallem sollte das Timing sowohl für kurze als auch lange Querspiele trainiert werden. Dazu eignet sich am besten von einer festen Startposition auf Höhe eines der Pfosten auf drei bis vier verschieden weit entfernt liegende Lücken zu schiessen bis alle etwa gleich effektiv getroffen werden können.

8. Vorhand

8.1 Kurze Beschreibung

Im Englischen auch als Front-Pin und hierzulande z.T. auch Vornklemm-Technik benannt. Vorhand bedeutet : Der Ball wird so unter den Fuss einer Figur geklemmt das die Figurenvorderseite nach oben zeigt. Die Ballkontrolle wird also mit der Rückseite des Figurenfusses ausgeübt.

Die Grundidee liegt darin den Ball mit der Fussfläche so zu einer Seite zu bewegen das man ihn an einer beliebigen Stelle vor dem Tor mit derselbem Figur einschieszen kann. Im Gegensatz zu der weiter verbreiteten Schub/Zug-Technik ist hier zum Ausgangzeitpunkt (je nach Startposition relativ zum Tor) nicht zu erkennen in welche Richtung (Schub oder Zug) die Technik ausgeführt wird. 

 [Vorhand Kurz](#)

 [Vorhand Lang Schub](#)

 [Vorhand Kurz Schub](#)

 [Vorhand mit Gegenbewegung Schub](#)


 [Vorhand mit Gegenbewegung Zug](#)

8.2 Schusstechnik

Die Vorhandtechnik bietet sich gerade für die Technik [▶ Aus der Handfläche/Abroller](#) an, ist aber aber ebenso mit allen anderen genannten Techniken ausführbar.

8.3 Vorbereitung

Bei der Vorhandtechnik ist es besonders wichtig den Ball in einer - für den jeweiligen Tisch - hinreichenden Klemmposition zu haben.

Dabei geht es vorallem darum den sogenannten  [Druckpunkt](#) zu finden.

Desweiteren ist es wichtig den richtigen **Auflagepunkt** des Figurenfusses auf den Ball zu finden. Je nach Winkel der aufliegenden Figur (abhängig von Balldurchmesser, Abstand der Stange von der Spielfläche sowie des Fusses vom Stangenmittelpunkt) und der griffigkeit der Fussfläche der Figur sollte nicht die Spitze des Fusses sondern ein Punkt einige Millimeter oberhalb als Auflagepunkt der Figur auf den Ball liegen. Damit ist durch die Auflage von etwas Fussfläche eine bessere Kontrolle gegeben und damit kann bei einer geklemmten seitlichen Bewegung des Balles an der Figur der gesamte Bereich des Druckpunktes auf dem Ball genutzt werden.


8.4 Ausführung

Im Gegensatz zu technisch einfachen Techniken wie [▶ Schieben/Ziehen](#) oder dem [▶ PassVolley](#) gestaltet sich das seitliche Vorlegen des Balles auf die gewünschte Schussposition als deutlich anspruchsvoller.

Der Ball wird durch kurze Mitnahme (also durch seitliches Bewegen der Figur mit dem noch untergeklemmten Ball) zur Seite hin beschleunigt und rollt dann autonom zu der gewünschten

Einschussposition während die Figur zu der Einschussposition bewegt wird um im passenden Moment die Schusstechnik anwenden zu können.

Dabei ist es wichtig das sich der Ball an der Schussposition **unterhalb** der Stange befindet und nicht mehr *vor* ihr (wie zum Ausgangszeitpunkt). Das bedeutet das dem Ball neben der seitlichen Bewegung noch ein Drall/Schnitt mitgegeben werden muß der genau so dosiert wird das sich der Ball an der exakten Einschusspositon annähernt unterhalb der Stange befindet.


Das erreicht man indem der Ball bei der *Mitnahme* bis über die Grenze des Druckpunktes hinaus bewegt wird. Wie weit und unter welchem Druck ist dabei von der Entfernung des Schusspunktes von der Ausgangsposition abhängig. 

Es gilt :Je kürzer der seitliche Laufweg, desto stärker der Schnitt zur Stange hin.

Hier eine Animation (aus seitlicher Perspektive) wie der Ball nach hinten laufen sollte 

8.5 Täuschköglichkeiten

Der grosse Vorteil der Vorhandtechnik ist ihre Variabilität.



Da aus der Ausgangssituation in Schub- wie in Zugrichtung geschossen werden kann ist der verteidigende Spieler darauf angewiesen zu spekulieren wohin die Reise geht. Das geklemmte Bewegen des Balles unter der Figur ( [Vorhanddribbling](#)) und das seitliche Laufenlassen des Balles um ihn direkt wieder auf der Vorhand zu stoppen sind ausgezeichnete Möglichkeiten den Gegner zu verwirren und zu kurzen Reflexbewegungen zu verleiten die gezielt Lücken öffnen können.

Ein Beispiel dafür ist das lange mitnehmen des Balles von einem Torwinkel zum anderen und der fließenden Vorhandrücknahme des Balles (ohne ihn zu stoppen) um ihn an der Ausgangsposition in den Winkel zu versenken.

Zudem können ansatzlos andere Techniken aus der Vorhandklemmposition angewendet werden.

Bspw  [Gegenschieber/-zieher](#),  [Überschlag](#),  [Drop-Fake](#),  [Drop-Long](#),  [Fast-Drop](#)

8.6 Variationen

Mögliche Variationen liegen zum einen in der Möglichkeit die Technik mit anderen Techniken (siehe Täuschköglichkeiten) zu kombinieren und den damit von einem direkten Schuss von den Startposition mit einem  [Überschlagschuss/Snake](#) bis hin zu einem langen eventuell diagonal gespielten Vorhandschuss oder  [PassVolley](#).

8.7 Schwierigkeiten

Es gibt drei Grundschwierigkeiten bei der Vorhandtechnik :

1. **Präzises Klemmen**

Dabei liegt oft schon das Problem darin sich den Ball so hinzudrapieren das er in der richtigen Klemmposition zur Figur zum liegen kommt.

2. **Seitlicher Mitnahmeschnitt**

Hier gestaltet sich das Gefühl für den [Druckpunkt](#) als besonders filigran und unabdingbar wenn man den Ball präzisen Drall zur Stangenmitte in die seitliche Bewegung zur Schussposition mitgeben will.

3. **Vorhanddribbling**

Das [Vorhanddribbling](#) erfordert ebenso wie der Mitnahmeschnitt ein genaues Gefühl für den Druckpunkt des Balles um den Ball exakt parallel zur Stange laufen zu lassen, und zudem ein gutes Timing zum fließenden Stoppen und Mitnehmen des Balles aus dem Lauf heraus unter beibehaltung der Vorhand.

8.8 Training

Das Training sollte sich auf drei Punkte konzentrieren :

○ **Ballkontrolle**

Hierfür eignet sich am besten das Training des [Vorhanddribbling](#) über die gesamte Torbreite, sowie die [Vorhandübergabe](#).

○ **Mitnahmeschnitt**

Dabei spielt das Gefühl für den [Druckpunkt](#) eine besonders wichtige Rolle. Eine gute Trainingsmöglichkeit hierfür ist der [Handwechsel](#).

○ **Schusstiming**

Das Timing von seitlichem Mitnehmen und Schussbewegung trainiert man am besten durch das häufige wiederholen von Schüssen unterschiedliche Länge auf der Vorhand bis eine hohe Trefferquote erreicht wird.

9. Rückhand

9.1 Kurze Beschreibung

Die Rückhandtechnik ist von in den technischen Grunszügend identisch, wenn auch spiegelverkehrt zu der [Vorhandtechnik](#).

Der Vorteil der Rückhandtechnik liegt darin das es in Richtung des Tores etwas mehr Spielraum für Fehler gibt da der Ball so unter dem Figurenfuss geklemmt wird dass er mit der Vorderseite des selben kontrolliert wird. Der Ball befindet sich demnach auf der dem Tor abgewandten Seite der Spielstange. Analog zur Vorhand liegt die Grundschwierigkeit auch hier darin den [Druckpunkt](#) des Balles zu finden.

9.2 Schusstechnik

Bei der Rückhandtechnik kommt oft die Technik ► [Mit dem Handgelenk](#) zur Anwendung.

Das liegt vorallem daran das sich - im Gegensatz zu der Vorhand - der Figurenfuss bereits in der Startposition **hinter** dem Ball befindet, also ein Teil der Ausholbewegung bereits für die Handgelenkstechnik erfüllt ist.

Bei kurzen seitlichen Längen ist dabei die Mischtechnik des [Mit der Fläche spielen](#) 's beliebt. Gerade bei Schüssen aus der Abwehr heraus ist diese Methode weit verbreitet.

Allerdings ist es Problemlos möglich ebenso mit dem ► [Abroller](#) einzuschiessen.

9.3 Vorbereitung

Analog zu der Vorhandtechnik muss der Ball so geklemmt werden das der Figurenfuss auf dem [Druckpunkt](#) des Balles aufliegt. Dabei sollte die Auflagefläche des Fusses auf dem Ball nicht die auf Höhe der Fussspitze sondern einige Millimeter oberhalb in Richtung Stange liegen um etwas Fussfläche zur besseren Kontrolle des Balles zur Verfügung zu haben.

9.4 Ausführung

Analog zu der ► [Vorhandtechnik](#) gestaltet sich das seitliche Vorlegen des Balles auf die gewünschte Schussposition als nicht unkritisch.

Der Ball wird durch kurze Mitnahme (also durch seitliches Bewegen der Figur mit dem noch untergeklemmten Ball) zur Seite hin beschleunigt und rollt dann autonom zu der gewünschten Einschussposition während die Figur zu der Einschussposition bewegt wird um im passenden Moment die Schusstechnik anwenden zu können.

Dabei ist es wichtig das sich der Ball an der Schussposition **unterhalb** der Stange befindet und nicht mehr *vor* ihr (wie zum Ausgangszeitpunkt). Das bedeutet das dem Ball neben der seitlichen Bewegung noch ein Drall/Schnitt mitgegeben werden muß der genau so dosiert wird das sich der Ball an der exakten Einschussposition annähernt unterhalb der Stange befindet.

Das erreicht man indem der Ball bei der *Mitnahme* bis über die Grenze des Druckpunktes hinaus bewegt wird. Wie weit und unter welchem Druck ist dabei von der Entfernung des Schusspunktes von der Ausgangsposition abhängig.

9.5 Täuschmöglichkeiten

Der grosse Vorteil der Rückhandtechnik ist ihre Variabilität.

Da aus der Ausgangssituation in Schub- wie in Zugrichtung geschossen werden kann ist der verteidigende Spieler darauf angewiesen zu spekulieren wohin die Reise geht. Das geklemmte

Bewegen des Balles unter der Figur (vergl. [Vorhanddribbling](#)) und das seitliche Laufenlassen des Balles um ihn direkt wieder auf der Rückhand zu stoppen sind ausgezeichnete Möglichkeiten den Gegner zu verwirren und zu kurzen Reflexbewegungen zu verleiten die gezielt Lücken öffnen können.

Ein Beispiel dafür ist das lange mitnehmen des Balles von einem Torwinkel zum anderen und der fließenden Vorhandrücknahme des Balles (ohne ihn zu stoppen) um ihn an der Ausgangsposition in den Winkel zu versenken.

Zudem können ansatzlos andere Techniken aus der Rückhandklemmposition angewendet werden.

Bspw [Gegenschieber/-zieher](#), [PassVolley](#) oder dem [Schnitt](#)

9.6 Variationen

Die eigentlichen Variationen liegen in den Variablen Längen der seitlichen Bewegung, sowie in der Ausführbarkeit in beide Richtungen.

Zudem lassen sich verschiedene Schusstechniken mit ein beziehen zu denen auch das gerade oder diagonale [Mit der Fläche spielen](#) gehört.

9.7 Schwierigkeiten

Es gibt drei Grundschwierigkeiten bei der Rückhandtechnik :

1. **Präzises Klemmen**
Dabei liegt oft schon das Problem darin sich den Ball so hinzudrapieren das er in der richtigen Klemmposition zur Figur zum liegen kommt. Für das [Mit der Fläche spielen](#) sollte der Ball zudem mit noch etwas mehr Fläche gespielt werden.
2. **Seitlicher Mitnahmeschnitt**
Hier gestaltet sich das Gefühl für den [Druckpunkt](#) als besonders filigran und unabdingbar wenn man den Ball präzisen Drall zur Stangenmitte in die seitliche Bewegung zur Schussposition mitgeben will. Dabei ist allerdings etwas mehr Tolleranzspielraum vorhanden als bei der [Vorhandtechnik](#)
3. **Rückhanddribbling**
Das Rückhanddribbling erfordert, ebenso wie das [Vorhanddribbling](#) , und der Mitnahmeschnitt ein genaues Gefühl für den Druckpunkt des Balles um den Ball exakt parallel zur Stange laufen zu lassen, und zudem ein gutes Timing zum fließenden Stoppen und Mitnehmen des Balles aus dem Lauf heraus unter Beibehaltung der Rückhand.

9.8 Training

Das Laufenlassen des Balles parallel zur Stange über kurze und lange Strecken, sowie das Rückhandklemmen des rollenden Balles und direkte weiterspiele in Gegenrichtung sind gute Trainingsmöglichkeiten für die Rückhandtechnik.

Hinzu kommen sollte - gerade bei dem Spiel aus der Defensive heraus - das Training von [Mit der Fläche spielen](#) Schüssen durch gerade und diagonale Lücken.

10. Gegenschieber/-zieher

10.1 Kurze Beschreibung

Diese Technik ist sowohl aus der Vor- und der Rückhandklemmposition möglich.

Der Ball wird dazu wie bei einen kurzen Vor-/Rückhandschuss seitlich mitgenommen, danach allerdings sofort in die entgegengesetzte Richtung Geschoben/-zogen und wie bei der [Schieben/Ziehen](#)technik eingeschossen. 

 [Gegenschieber Rückhand](#)

10.2 Schusstechnik

Um den Gegner keine Anhaltspunkte zu geben was kommen wird - und damit die grundlegende Täuschung zunichte macht - sollte die gleiche Handhaltung gewählt werden die in der Regel auch für Vor-/Rückhand genutzt wird. Daraus ergibt sich bei den meisten Spielern bei dem Vorhand-Gegenschieber/-zieher die [Handflächen/Abroller](#)-Technik sowie bei einem Rückhand-Gegenschieber/-zieher die [Handgelenks](#)-Technik.

10.3 Vorbereitung

Der Ball wird wie für einen [Vorhand](#)- oder [Rückhand](#)schuss in Vorbereitung untergeklemmt.

10.4 Ausführung

Der Ball wird zunächst *entgegen* der eigentlich gewünschten Richtung zur Schussposition auf der jeweiligen Hand (Vor oder Rück) seitlich mitgenommen und so stark zur Stangenmitte hin angeschnitten, daß man auf die gleiche Art einen kurzen Schuß auf der Hand ausführen könnte.

Der Ball wird danach mit der Seitenfläche des Fusses direkt in die Gegenlaufrichtung parallel zur Stange beschleunigt und mit der [Schub-/Zug](#)technik eingeschossen.

10.5 Täuschmöglichkeiten

Eine der beliebtesten Täuschungen - unabhängig ob Vor- oder Rückhand - ist an der Stelle des einsetzenden Gegenschubes/-zuges die Figur, wie beim [▶ Snake/Überschlag](#), um ihre eigene

Achse rotieren zu lassen und den in der Zwischenzeit auf Figurenhöhe gerollten Ball ins Tor zu befördern.

10.6 Variationen

Die eigentliche Variationstiefe liegt in der Möglichkeit auf Vor- und Rückhand in Schub- und Zugrichtung diese Technik ausführen zu können. Zudem bietet es sich an den Ball aus dem Zug/Schub weiterlaufen zu lassen und aus dem Gegenschieber/-zieher einen [▶ PassVolley](#)

oder einen [▶ Fast-Drop](#) werden zu lassen.

10.7 Schwierigkeiten

Hier kombinieren sich nicht nur zwei Techniken, sondern auch die Schwierigkeiten beider.

Neben den Grundschieferigkeiten die sich aus dem Klemmen und seitliche Mitnehmen des Balles ergeben und den Timing des Schub-/Zugschusses ergeben gesellt sich noch ein weiterer Punkt hinzu : der Übergang zwischen beiden. Ziel sollte es sein das der Figurenfuss immer in Berührung mit dem Ball bleibt, also auch während sich der Ball zur Stangenmitte hin bewegt. Meistens bleibt eine der Fusskanten zwischen Seiten- und Vorder/Rückfläche am Ball.

10.8 Training

Zunächst einmal sollten die beteiligten Techniken (also Vorhand, Rückhand sowie Schieben/Ziehen ganz normal trainiert werden.

Wenn diese richtig flüssig funktionieren ist es leichter diese Kombitechnik einzueben. Gerade der Übergang von der seitlichen Mitnahme in die Schub-/Zugbewegung sollte trainiert werden. Eine Möglichkeit - neben dem wiederholten Ausführen des Schusses in verschiedene Richtungen und mit differenten Längen - liegt darin den Ball mit der Gegenschub/-technik seitlich zu beschleunigen, ihn von der Bande zurückprallen zu lassen, an einer anderen Stelle mit der selben Figur auf die andere Hand (also auf die Rückhand bei Vorhand zuvor und umgekehrt) zu klemmen, und das ganze immer wieder zu wiederholen.

11. Snake/Überschlag

11.1 Kurze Beschreibung

Diese Technik ist nicht mit dem [▶ Jet](#) zu verwechseln, auch wenn es z.T. ein leichtes Namenswirrwarr um Überschlagstechniken gibt.

Der Grundunterschied zu dem Jet liegt vor allem in der besonderen Schusstechnik. Dabei wird die Rotation um die eigene Achse nicht mit der [▶ Unterarmtechnik](#) sondern aus der

[▶ Handfläche](#) ausgeführt. Die Grundidee ist allerdings beiden Techniken gemein: Da es keine explizite Ausholbewegung gibt sind beide Techniken sehr schnell und schwer zu lesen.

 Bild

 [Snake kurz Schub](#)

11.2 Schusstechnik

Hier wird eine Sonderform der [▶ Handfläche](#) Technik genutzt. Dabei wird in dem Moment in dem normalerweise die Ausholbewegung mit der Handfläche nach unten begonnen würde, die Handfläche sehr schnell nach oben bewegt und der Griff am höchsten Punkt für Sekundenbruchteile losgelassen um ihn aus der Rotation durch anpressen der Handfläche sofortig wieder zu stoppen.

11.3 Vorbereitung

Der Ball wird wie bei der normalen [▶ Vorhandtechnik](#) auf die Figur verbracht und entsprechend geführt.

11.4 Ausführung

Diese Form des Überschages eignet sich speziell für kurze bis mittellange Schüsse in Zug- sowie Schubrichtung. Die seitliche Ausholbewegung ist identisch mit der der Vorhandtechnik. Allerdings darf der Ball im Gegensatz zu dieser *nicht* zur Stange hin angeschnitten werden, sondern sollte optimalerweise parallel zur Stange laufen bis er die Einschussposition erreicht hat.

11.5 Täuschmöglichkeiten

Siehe [▶ Vorhandtechnik](#)

11.6 Variationen

Siehe [▶ Vorhandtechnik](#)

11.7 Schwierigkeiten

Zu den Schwierigkeiten die beim normalen Vorhandspiel entstehen, kommt bei dieser Technik noch das Problem hinzu kein unerlaubtes Drehen der Stange zuzulassen. Die Grundschwierigkeit liegt also darin die Loslasbewegung möglichst minimal und äusserst schnell auszuführen. Hilfreich ist dabei den Unterarm unter etwas mehr Spannung zu halten (also steifer) als bei dem [▶ Abroller](#)

11.8 Training

Das Training sollte eine Kombination aus Training des [▶ Abrollers](#), des Vorhandspieles und Schnelligkeitsübungen sein. Ein Problem ist das die Rotationen so schnell sind das manchmal der Eindruck entsteht das weniger Umdrehungen erfolgten als tatsächlich der Fall war. Zur besseren Kontrolle ob man nun Überdreht hat oder nicht gibt es zwei Möglichkeiten.

1. Video


Wer einen Camkorder o.Ä. zur Verfügung hat mit dem man sich eine Zeitlupe des eigenen Spieles anschauen kann ist damit kinderleicht in der Lage zu prüfen wieviele Umdrehungen die Stange nun hinter sich gebracht hat.

2. Bindfadentechnik

Da man nicht immer eine Kamera beim Training zur hand hat ist die nicht-technische Methode praktikabler aber auch etwas gewöhnungsbedürftig. Man befestigt einen Bindfaden am Soccergriff, so dass er sich bei einer Rotation aufrollen kann und beschwehrt ihn mit etwas relativ leichten an seinem Ende. Wichtig ist das der Faden nicht zu kurz sein darf (mehrere Griffdurchmesser lang). Man rollt dann den Griff einmal herum und markiert die letzte den Griff noch berührende Stelle des Fadens. Zur Schusskontrolle muss man dann nurnoch prüfen wo sich diese Markierung befindet.

12. Jet/Monkey

12.1 Kurze Beschreibung

Der Jet (auch Monkey oder Snake genannt) ist eine Überschlagstechnik die auf der [▶ Unterarmtechnik](#) beruht. Der Griff wird dabei nicht mit der Hand sonder mit der Innenseite des Unterarmes kontrolliert. 

12.2 Schusstechnik

Der Jet ist direkt verbunden mit der [▶ Unterarmtechnik](#) die ihn zu einem exotisch anmutenden, aber durch die leichte Erlernbarkeit und Effektivität weit verbreiteten Technik im Offensivspiel macht.

12.3 Vorbereitung

Der Ball wird wie bei der ► [Vorhandtechnik](#) unter der Fussrückseite einer Figur untergeklemt so das eine optimale Kontrolle auf den ► [Druckpunkt](#) des Balles ausgeübt werden kann.

12.4 Ausführung

Im Gegensatz zur Abrollertechnik auf der Vor-/Rückhand wird der Ball nicht, oder nur minimal während des seitlichen Abspieles zur Stangenmitte hin angeschnitten. Während die Stange mit dem Unterarm kontrolliert wird, gibt man den Ball nach einer kleinen Ausholbewegung in die gewünschte seitliche Bewegungsrichtung (Schub/Zug) Geschwindigkeit, lässt den Ball laufen und bewegt die Figur auf die Höhe der anvisierten Deckungslücke. unmittelbar bevor der Ball die Figur erreicht wird mit der ► [Unterarmtechnik](#) eine schnelle Rotation der Stange ausgeführt und der Ball so eingeschossen.

12.5 Täuschmöglichkeiten

Ähnlich wie bei der Vorhandtechnik liegt die am häufigsten verwendete Täuschmöglichkeit in der seitlichen Bewegung mit Ball. Durch mehrfaches, schnelles seitliches Führen und unmittelbares Stoppen können dem Gegner so Schussversuche vorgetäuscht werden um Ihn zum öffnen von Deckungslücken zu verleiten. Wichtig ist das der Griff dabei durchgehend mit dem Unterarm kontrolliert wird.

Eine beliebte Täuschung ist zudem eine schnelle Rotation in die Gegenrichtung. Dazu wird der Ball aus der Klemmposition etwas zur Seite mitgenommen, die Figur (unter durchgehender Kontrolle mit dem Unterarm) in kurzer Entfernung vom Ball im Uhrzeigersinn um 360° gedreht so dass der Ball am Ende der Rotation sofort wieder unter dem Fuss der Figur wie zuvor geklemmt zum liegen kommt. Wird diese Bewegung schnell ausgeführt wirkt sie wie ein Schussversuch und eine dadurch entstehende Deckungslücke kann sofort mit eimen Jet genutzt werden.

12.6 Variationen

Der Jet ist sowohl in Schub- und Zugrichtung und in beliebiger Länge ausführbar. Daraus ergibt sich eine gute Variationsbreite.

12.7 Schwierigkeiten

Die eigentliche Schwierigkeit beim Jet liegt in der ungewohnten art der Griffkontrolle mit dem


Unterarm und nicht wie sonst üblich mit der Hand.

12.8 Training

Trainiert man den Jet zum ersten male ist es wichtig die eigene Griffhaltung zu finden. Dazu probiert man am besten verschiedene Stellen des Unterarmes aus und zieht den Schuss zunächst ohne seitliche Bewegung des Balles durch. Ist so ein gutes Gefühl für den Ball und eine optimale Ballbeschleunigung gefunden bietet es sich an das seitliche Rollen des Balles und sein Stoppen mit der Unterarmkontrolle zu trainieren *ohne* zu schießen. Dabei sollte die Länge der seitlichen Bewegung von kurz bis hin zur vollen Torbreite variiert werden. Wenn auch das sicher funktioniert ist es Zeit beides zu einem Schuss zu kombinieren. Auch dabei sollte man möglichst in Schub- und Zugrichtung sowie für verschiedene Längen trainieren.


13. Banden

13.1 Kurze Beschreibung

Ähnlich dem Eishockey oder Hallenfussball sind auch beim Soccer die Banden nicht nur Abgrenzungen des Spielfeldes sondern können sehr effektiv zur Offensive genutzt werden. Generell kann von jeder Position des Tisches ein exakter Bandenschuss ausgeführt werden, hier soll allerdings im Speziellen auf solche von der 3er-Reihe eingegangen werden. 

 [Bande](#)

13.2 Schusstechnik

Je grösser der Abstand des Balles von der anzuspielenden Bande, desto spitzer wird der Winkel in dem man diesen mit dem Figurenfuss treffen muss. Bei flachen Winkeln wird der Ball in der Regel mit der Fusskante getroffen, bei spitzen Winkeln primär mit der Seitenfläche. Dabei ist in der Regel eine kurze, schnelle Ausholbewegung von nöten die sich am besten mit der  [Handgelenktechnik](#) umsetzen lässt.

13.3 Vorbereitung

Je grösser die Entfernung zur anzuspielenden Bande, je spitzer wird der Anspielwinkel. Das bedeutet das der Ball fast ausschliesslich mit der Seitenfläche der Figur in einer Schub-/Zugbewegung angespielt werden muss. Damit das möglich wird muss der Ball möglichst weit unterhalb der Stange liegen. Im Umkehrschluss ist ein Ball der nah an der zu bespielenden Bande liegt vor allem mit der Vorderfläche des Fusses anzuspielen (bzw. mit einer Kante). Dabei sollte der Ball eher weiter von der Stange entfernt sein.

Daraus kann man sich eine Faustregel ableiten :
Je grösser die Entfernung zur Bande, je kleiner die Entfernung zur Stange.

Gute Positionen zum Einschuss von der 3er-Reihe liegen etwa 1 1/2 Balldurchmesser von der der Bande für sehr kurze, auf höhe des Elfmeterpunktes für mittellange sowie auf Pfostenhöhe für lange Bandenschüsse (letzterer über die weiter entfernte Bande).

13.4 Ausführung

Wie genau der Ball anzuspielen ist, hängt unmittelbar von dessen Material und der Beschaffenheit der Banden ab.

Auch hier gilt wie zuvor beschrieben : Je kürzer der Abstand zur Bande desto mehr muss der Ball mit der Vorderseite der Figur (bzw. der Kannte) getroffen werden. Bei harten Bällen und flachen Anspielwinkel bietet es sich zudem an die Figurenkante von oben herab (ohne seitliche Bewegung der Stange) auf die Ballseite zu schlagen.

13.5 Täuschmöglichkeiten

Das Kreisen mit der Figur um einen gut platzierten Ball sowie angedeutete Schussbewegungen sind erfahrungsgemäss gute Möglichkeiten um den Gegner zu täuschen.

13.6 Variationen

Ein Bandenschuss kann mit jeder Figur der Reihe über beide Banden jederzeit gespielt werden. Zudem bietet es sich an den Ball nichtnur aus einer ruhenden Position sondern auch aus der Bewegung (bspw. als PassVolley) über die Bande auf das Tor zu spielen. Gerade bei Positionen mitten im Spielfeld, bei denen beide Banden gleich weit entfernt liegen ist es für den Gegner schwer zu erkennen wo der Ball lang kommen wird.

13.7 Schwierigkeiten

Es ist eine frage von Milimetern und wenigen Grad ob der Ball die Bande im Richtigen Winkel treffen wird oder nicht. Gerade bei Bandenschüssen die aus der Bewegung gespielt werden ist viel Übung notwendig bist eine hohe Trefferquote erreicht werden kann.


13.8 Training

Am besten sucht man sich eine relativ zentrale Position, von der aus man trainiert sowohl über die eine wie die andere Bande den Ball auf das Tor zu schiessen. Zu Begin sollte der Ball dabei immer ruhen um ein gutes Timing zu finden. Später trainiert man den Ball genau auf diesen Punkt quer zu spielen um ihn dann wie gewohnt über eine der Banden einzuschiessen.

14. Schnitt/Spin

14.1 Kurze Beschreibung



Auch Abquetschen genannt. In praktisch allen Ballsportarten nutzt man die Eigenschaft von Bällen - durch schnelle Rotation auf einer Seite einen Unterdruck erzeugt - auch eine gekrümmte Bahn verfolgen zu können. Gerade Beim Tennis, Tischtennis und dem Fussball sind solche Angeschrittenen Schüsse ein ganz normales spielerisches Mittel.

Auch wenn absichtliches Abquetschen nach einigen Regelwerken (so auch auf der P4P-Tour) zumindest beim Passspiel illegal ist, so bietet sich dieses Mittel auch im Tischfussball. Je griffiger Ball, Spielfläche und Figurenfuss, je extremer kann ein solcher Schnitt ausfallen. Dabei entsteht er nicht durch den vorbeilaufenden Luftstrom sondern indem der Ball in eine Richtung Dreht während er in eine Andere rutscht. Sobald die Reibung des Balles stärker wirkt als die Kraft die ihn rutschen Lässt ergibt sich eine kombinierte Bewegung aus der parabelähnliche Kurvenverläufe entstehen können. 

14.2 Schusstechnik

Da hier nicht mit einer Ausholbewegung sondern mit dosierten Druck auf den Ball gearbeitet bietet sich die  [Handgelenkstechnik](#) zum Anschneiden an.

14.3 Vorbereitung


Der Ball wird zum Anschneiden grundsätzlich auf die  [Rückhand](#) verbracht. Dabei ist entscheidend an welcher Stelle des  [Druckpunktes](#) man den Figurenfuss aufsetzt. Je weiter die Fussspitze dabei vom Ballmittelpunkt entfernt ist, desto mehr Fussfläche hat kontakt mit dem Ball. Eine Faustregel kann man sich dabei merken :

Je grösser der Radius des Bogens werden soll den der Ball später als Bahn verfolgt (also je grösser der seitliche Abstand zur Lücke), desto weniger Fläche sollte im spiel sein. D.h. desto weiter zur Ballmitte sollte die Fläche auf dem Druckpunkt gewählt werden.

Bei kleinen Bahnradien muß entsprechend viel Fläche kontakt mit dem Ball haben.

14.4 Ausführung

Wie zuvor beschrieben liegt ein Großteil der Technik bereits in der Vorbereitung. Wie die Laufbahnen verlaufen können ist hier noch einmal in zwei Grafiken zu sehen :

 Abquetschen mit wenig Fläche

 Abquetschen mit viel Fläche

Hat man den richtigen Druckpunkt gefunden wird unter gleichmässigen Druck der Figurenfuss in die Gegenrichtung zur späteren Laufbahn des Balles bewegt bis dieser soweit über den Druckpunktbereich des Balles hinaus geführt wurde das der Ball unter dem Druck der Figur

hinweggedrückt wird. Je weniger Fläche dabei genutzt wurde desto weiter rutscht der Ball seitlich bis der Vorwärtsdrall greifen kann und ihn in Richtung des Tores hin beschleunigt. Bei mehr Fläche ist der Drall zum Tor deutlich stärker und so setzt die Kombination beider Kräfte erheblich früher ein, was einen engen Bahnradius bedingt. Mehr dazu siehe [Training](#)

14.5 Täuschmöglichkeiten

Da diese Technik aus der Klemmposition sowohl in Zug- wie Schubrichtung ausführbar ist kann man bereits durch leichtes Bewegen des Balles unter der Figur den Gegner verunsichern.

14.6 Variationen

Neben der Ausführung mit einem ruhenden Ball, kann man den Ball auch als Halbvolley d.h. aus dessen Bewegung heraus anschneiden. Damit lässt sich eine für den Gegner nur schwer erkennbare Variante des [PassVolleys](#) spielen.

Zudem kann man aus der Startposition auch jede andere Technik ausführen die mit einer [Rückhandtechnik](#) kombinierbar ist.

14.7 Schwierigkeiten

Die eigentliche Schwierigkeit liegt darin das Gefühl für den Ballverlauf zu finden. Dabei spielen vor allem die Gripbedingungen des Balles, der Spielfläche und der Figuren eine grosse Rolle.

14.8 Training


Am besten sucht man sich drei gute Startpositionen zum Abquetschen von denen aus jeweils beide Richtungen (also Zug und Schub) trainiert werden.

Jeweils eine findet sich auf jeder Aussenfigur der 3er-Reihe. Dabei wird der Ball etwa auf Höhe der äusseren Torraumlinie mit einer mittleren [Druckpunkt](#)position (zwischen viel und wenig Fläche) geklemmt. Mit relativ wenig Druck lässt sich der Ball so in einem engen Bogen zwischen der Figur und der nahen Bande auf den kurzen Winkel spielen (Aussenschnitt). Mit mehr Druck auf den Ball kann man den Ball kurz bis mittellang zur Tormitte in die Andere Richtung schneiden (Innenschnitt).



Auch von der Mittelfigur bietet sich Abquetschen an. Dabei kann man von einer Klemmposition auf Höhe des Elfmeterpunktes aus und möglichst viel Flächenkontakt auf dem Druckpunkt mit mittleren Druck auf den Ball, beide Winkel erreichen. Und bei entsprechend griffigen Bedingungen sogar durch die [Schere](#) hindurch eine fast Parabelkurve spielen.

15. Drop Fake


15.1 Kurze Beschreibung

Der Drop Fake basiert auf einer einfachen aber sehr effektiven Täuschung. Ziel ist es den Gegner durch das Vortäuschen eines Schusses mit der Mittelfigur zu einer reflexartigen Bewegung zu verleiten welche eine direkt vor dem Ball liegende Lücke öffnet so dass der tatsächlich einfach liegengelassene Ball (daher die Bezeichnung Drop) mit der Aussenfigur einfach gerade eingeschossen werden kann. 

15.2 Schusstechnik

Die Täuschung diktiert hier vor allem die Schusstechnik. Täuscht man einen Vorhandschuss an so ist in der Regel der  [Abroller](#), bei einem angetäuschten Schub-/Zugschuss der  [Handgelenksschuss](#) die erste Wahl.

15.3 Vorbereitung

Je nach gewünschter Täuschung wird er Ball entweder neben die Figur oder als Vorhand geklemmt in Position gebracht. Dabei sollte dieser möglichst nahe an einen der Pfosten gebracht werden (optimal so das er soeben noch gerade von dort aus hinein gespielt werden kann). Wo genau hängt von der Ballübergabezone ab (siehe dazu  [Vorhandübergabe](#)).

15.4 Ausführung


Die angetäuschte Technik wird ausgeführt ohne den Ball von seinem Platz zu bewegen. Dabei wird die dem Pfosten nahe Aussenfigur automatisch zum Ball hin bewegt. Wichtig ist das mit dieser aus der Bewegung der Stange heraus (also ohne noch einmal zu verlangsamen oder zu stoppen) der Ball gerade, direkt am Pfosten vorbei in das Tor eingeschossen wird.

Wie jede auf einer Täuschung basierende Technik kann sie nur funktionieren wenn der abwehrende Gegner auch wirklich darauf reagiert. Daher muss die vorgetäuschte Technik eine Gefahr darstellen.

15.5 Täuschmöglichkeiten

Eine Möglichkeit liegt in einer Kompletttäuschung, soll heissen das die Technik ausgeführt wird ohne denn Ball letztendlich einzuschossen und danach direkt wieder in die Ausgangssituation zurückgekehrt wird.

15.6 Variationen

Als Variation ist es möglich den Ball mit der Aussenfigur nicht gerade sondern diagonal auf das Tor zu schießen. Diese Variante bietet sich insbesondere dann an, wenn der Gegner seine Deckung splittet. D.h. der Torwart bleibt im Winkel um einen direkten Schuss zu decken, und die Abwehrfigur wird mit gezogen/-schoben um einem langen Schuss zu erreichen. Mit einem diagonalen Schuss kann man so durch die weit offene  Schere schießen.

15.7 Schwierigkeiten


Die einzige wirkliche Schwierigkeit an dieser Technik kann darin liegen den Ball nicht versehentlich bei der Täuschung ein wenig mit zu bewegen was gerade bei kleinen Ballübergabezonen das spätere Einschießen unmöglich machen kann.

15.8 Training



Zum Training solle man aus der gleichen Position heraus immer abwechselnd den Drop Fake und dann die dabei angetäuschte Technik zum Torschuss ausführen. Damit stellt man sicher das gerade die Täuschung echt wirkt und man jederzeit in der Lage ist die entsprechende Schusstechnik an Stelle des Drop Fake auszuführen.

16. Drop Long

16.1 Kurze Beschreibung

Wie bei allen Drop-Techniken ist auch hier eine Täuschung der eigentliche Schlüssel zur Technik. Die Idee liegt darin mit einer der Aussenfiguren einen kurzen Vor- oder Rückhandschuss auf den kurzen Winkel vorzutäuschen, den dabei liegengelassenen Ball mit einer blitzschnellen Gegenbewegung via Mittelfigur zu klemmen und mit dieser sofort auf den langen Winkel zu feuern (daher Drop Long). 

16.2 Schusstechnik

Die eigentliche Schusstechnik mit der Mittelfigur auf den langen Winkel richtet sich nach der Vorgetäuschten. Bei einer angetäuschten kurzen Vorhand der Aussenfigur wird vorzugsweise der , bei einer angetäuschten kurzen Rückhand die  zu wählen sein.

16.3 Vorbereitung

Die Startposition sollte soweit aussen wie möglich, neben einem der Pfosten liegen. Wichtig

ist das die Mittelfigur den Ball noch erreichen können muss. Im Grunde handelt es sich um eine [Vorhandübergabe](#) mit direktem Schuss. Je nach gewünschter Technik sollte der Ball dann mit der dortigen Aussenfigur auf der Vor- oder Rückhand geklemmt werden.

16.4 Ausführung

Die Aussenfigur macht mit dem Ball eine leichte Ausholbewegung (wie bei der angetäschten Technik üblich), belässt ihn jedoch auf seiner Position. Dabei wird die Figur vom Ball abgehoben und die Mittelfigur so schnell wie möglich zum Ball bewegt um diesen entsprechend auf der Vor-/Rückhand zu klemmen. Dabei wird der Ball nicht exakt mittig, sondern so geklemmt, als ob man bereits in der Ausholbewegung des eigentlichen Schusses wäre. Dadurch spart man etwas Zeit.

Was folgt ist ein normaler [Vorhandschuss](#) auf den langen Winkel.

16.5 Täuschmöglichkeiten

Eine der beliebtesten Täuschungen ist der Tip-Tap. Dabei klemmt man den Ball möglichst schnell abwechselnd mit der Aussen- und der Mittelfigur *ohne* diesen allerdings zu bewegen. Der Schuss erfolgt dann ansatzlos aus einem solchen Klemmen mit der Mittelfigur. Dabei ist es natürlich möglich ebenso ansatzlos einen kurzen Vor-/Rückhandschuss mit der Aussenfigur auf den Winkel zu setzen.

16.6 Variationen

Da es sich bei dem eigentlichen Torschuss um eine normale Vor-/Rückhand handelt ergeben sich alle für diese Techniken möglichen Variationen.

Eine besondere ist eine Kombination aus Drop-Long und Drop-Fake. Dabei wird der Ball mit der Mittelfigur nicht eingeschossen sondern schnell bis kurz hinter den Pfosten bewegt und dort gestoppt. Von dort aus wird ansatzlos ein Drop-Fake ausgeführt, d.h. der Ball wird von der Mittelfigur liegengelassen und dann gerade mit der Aussenfigur in den kurzen Winkel eingeschossen.

16.7 Schwierigkeiten

Es ergeben sich zwei kleinere Schwierigkeiten bei dieser Technik.

1. Der Ball darf sich bei der Täuschung nicht von der Stelle bewegen um ihn mit der Mittelfigur sicher klemmen zu können und
2. das schnelle Klemmen des Balles aus der Bewegung der Mittelfigur in einer leichten Ausholposition von der aus der Schuss direkt ausgeführt werden kann.


16.8 Training

Ein gutes Training ist das schnelle, wechselnde Klemmen des Balles mit Aussen- und Mittelfigur ohne den Ball dabei zu bewegen (Tip-Tap). Dabei sollte man einüben den Ball mit der Mittelfigur in einer leichten Ausholposition (also nicht genau mittig auf dem Druckpunkt) zu klemmen.

17. Fast Drop

17.1 Kurze Beschreibung

Auch hier liegt eine Täuschung der Technik zugrunde. Der FastDrop ist eine Mischung aus [▶ Gegenschieber/-zieher](#) und [▶ PassVolley](#) wobei der Ball als indirekter Drop gespielt wird.

D.h. das er - im Gegensatz zu dem DropFake und DropLong - zwar ein wenig bewegt wird, jedoch der eigentliche Schuss wieder an dessen Startposition ansetzt. 

17.2 Schusstechnik

Da sich hier sowohl Vor- als Rückhand als Grundtechnik anbieten, kommen entsprechend der [▶ Abroller](#) (Vorhand), als auch die [▶ Handgelenkstechnik](#) (Rückhand) in Frage.

17.3 Vorbereitung

Der Ball wird unmittelbar neben dem Pfosten mittels der Mittelfigur geklemmt, so dass er noch soeben gerade neben den Pfosten in das Tor geschossen werden kann.

17.4 Ausführung

Liegt der Ball am nahen Pfosten wird zunächst ein Gegenzieher, liegt er am entfernten Pfosten ein Gegenschieber durchgeführt. Jedoch gibt es zwei Unterschiede zu diesen Techniken :

- Der Ball wird so schnell wie eben möglich in die Schub-/Zugposition gebracht, und
- er wird nicht mit der Mittelfigur eingeschossen.

Anstatt den Ball mit der Mittelfigur einzuschiessen lässt man ihn wie bei einem sehr kurzen PassVolley alleine Rollen um ihn dann an seiner Ausgangsposition gerade mittels der entsprechenden Aussenfigur einzuschiessen.

17.5 Täuschmöglichkeiten

Siehe dazu Täuschmöglichkeiten des [▶ Gegenschiebers/-ziehers](#)

17.6 Variationen

Neben den Täuschköglichkeiten des Gegenschiebers/-ziehers liegt eine beliebte Variation in einem fließend hieraus gespielten [▶ Tick-Tack](#). Dabei wird der Ball mit der Aussenfigur nicht eingeschossen sondern volley zur Mittelfigur zurückgespielt und mittig oder am langen Winkel volley eingeschossen.

17.7 Schwierigkeiten

Die Schwierigkeit liegt vor allem in der sauberen Umsetzung des Gegenschiebers/-ziehers und dem nur sehr kurzen Zeitraumes um den entstehenden PassVolley mit der Aussenfigur exakt in den in den Winkel spielen zu können.


17.8 Training

Neben dem Training der zugrundeliegenden Grundtechnik den Gegenschiebers/-ziehers, ist es am besten sowohl am nahen, wie fernen Pfosten möglichst variabel zu üben.

18. Diagonal Aussen

18.1 Kurze Beschreibung

Der Diagonale Aussen ist - wie aus der Bezeichnung bereits zu erkennen ist - eine Technik für eine der Aussenfiguren der 3er-Reihe. Sie ist keine Kombinationstechnik und ist sowohl auf der Vor-/Rückhand als auch Schieben/Ziehen ausführbar.

Der Ball wird dabei von der Ballführenden Aussenfigur von einer Position ausserhalb des Torraumes um einige Balldurchmesser bewegt um ihn aus der Bewegung heraus diagonal in den kurzen oder langen Winkel zu spielen. 

 [Diagonaler Aussenschuss Vorhand](#)

18.2 Schusstechnik

Die Schusstechnik hängt hier naturgemäss von der Ausgangslage ab. Bei Vor-/Rückhand sollte vorzugsweise der Abroller, bei Schub/Zug die Handgelenkstechnik gewählt werden.

18.3 Vorbereitung

Bei der Vorbereitung muss man sich entscheiden ob man den Ball seitlich zur Bande hin (ausen Diagonal), oder von der Bande weg (innen Diagonal) bewegen möchte.

18.4 Ausführung

Hier sind zwei Arten zu unterscheiden :

1. **Aussen Diagonal** (der Ball wird seitlich in richtung Bande gespielt)
Der Ball wird - der gewählten Technik entsprechend - in Richtung der Bande bewegt, die Figur wird an dem rollenden Ball vorbei in die Nähe der Bande geführt und der Ball von dort aus so angespielt das er nicht mit der vollen Fussfläche sondern nur mit einer Kannte derselben getroffen und so diagonal zum Tor gespielt wird. Die Schub-/Zugtechnik ist dabei die technisch schwierigste Variante der drei Möglichkeiten.
2. **Innen Diagonal** (der Ball wird seitlich von der Bande weg gespielt)
Der Ball wird - der gewählten Technik entsprechend - seitlich von der Bande weg bewegt, die Figur wird an dem rollenden Ball vorbei etwa einen Balldurchmesser von der Torraummarkierung in Position gebracht. Nun lässt man den rollenden Ball vor der Figur entlanglaufen bis er eine Position erreicht hat in der man ihn mit der Innenkannte des Fusses seitlich anspielen kann und führt eine entsprechende Schussbewegung aus um das Spielgerät diagonal in Richtung Tor zu schießen.

18.5 Täuschmöglichkeiten

Gerade bei der Vor-/Rückhandvariante ist es einfach den gegner durch kurze Täuschbewegungen mit geklemmten Ball zu irritieren. Bei Schub-/Zugtechniken bietet sich das Kreisen mit bzw. ohne Ball an.

18.6 Variationen

Eine beliebte Variation ist bei der innen diagonal gespielten Technik den Ball einfach seitlich weiterrollen zu lassen und als PassVolley mit eine der anderen Figuren einzuschießen. Bei der aussen diagonal gespielten Technik bietet sich das abtropfen an der Bande und direktes diagonales Volleyspiel mit der Aussenfigur an.

18.7 Schwierigkeiten

Die Schwierigkeit liegt hier - wie so oft - im Detail.

Der Ball muß hierbei aus der Bewegung heraus diagonal angespielt werden. Insbesondere die aussen diagonale Technik nötigt zudem dazu dieses volleyabspiel gegen die eigene Bewegungsrichtung auszuführen.


18.8 Training

Zum Training sollte man sich immer gleiche Startpositionen aussuchen, von denen aus man dann innen-diagonale und aussen-diagonale Varianten sowohl mit der nahen als auch der fernen Aussenfigur auf Effektivität trainiert.

Ist eine gute Sicherheit in den Techniken gefunden sollte die weitere Verfeinerung mit Variationen von PassVolley, Bandenanspiel und TickTacks abwechselnd kombiniert werden.

19. Angetäuschter Aussen

19.1 Kurze Beschreibung

Der Angetäuschte Aussen funktioniert analog zum Drop Fake. Allerdings mit vertauschten Rollen der Figuren. Anstatt mit der Mittelfigur einen Schuss anzutäuschen, den Ball liegenzulassen und dann aus der Bewegung mit der Aussenfigur einzuschiessen wird hier mit der Aussenfigur ein [▶ diagonaler Aussenschuss](#) (aussen diagonale Variante) angetäuscht ohne den Ball zu bewegen. Die Mittelfigur wird dann möglichst schnell zu der Ballposition hin bewegt um diesen dann gerade oder leicht diagonal in das Tor gespielt. 

19.2 Schusstechnik

Siehe [▶ Drop Fake](#) (analog hierzu nur Mittelfigur und Aussenfigur um umgekehrten Rollen)

19.3 Vorbereitung

Siehe [▶ Drop Fake](#) (analog hierzu nur Mittelfigur und Aussenfigur um umgekehrten Rollen)

19.4 Ausführung

Siehe [▶ Drop Fake](#) (analog hierzu nur Mittelfigur und Aussenfigur um umgekehrten Rollen)

19.5 Täuschmöglichkeiten

Siehe [▶ Drop Fake](#) (analog hierzu nur Mittelfigur und Aussenfigur um umgekehrten Rollen)

19.6 Variationen

Siehe ► [Drop Fake](#) (analog hierzu nur Mittelfigur und Aussenfigur un umgekehrten Rollen)

19.7 Schwierigkeiten

Siehe ► [Drop Fake](#) (analog hierzu nur Mittelfigur und Aussenfigur un umgekehrten Rollen)


19.8 Training

Siehe ► [Drop Fake](#) (analog hierzu nur Mittelfigur und Aussenfigur un umgekehrten Rollen)

20. TickTack

20.1 Kurze Beschreibung

Der TickTack (ein lautemalender Name der dem Geräusch entspricht das der Ball dabei erzeugt) ist ein Volleyquerspiel von Figuren einer Stangen mit beliebig vielen Figurenberührungen das mit einem Volleyschuss auf das Tor beendet wird.

Analog zum ► [PassVolley](#) wird der Ball zu einer der Seiten parallel zur Stange abgespielt, jedoch nicht direkt mit einer anderen Figur volley eingespielt sonder mindestens noch ein weiteres Mal zu volley Quergepasst. 

20.2 Schusstechnik

Siehe dazu ► [PassVolley](#). Wobei der Unterschied in mindestens einem weitem Querspiel liegt. Das erste Abspiel und der Abschluss sind gleich.

20.3 Vorbereitung

Siehe dazu ► [PassVolley](#). Wobei der Unterschied in mindestens einem weitem Querspiel liegt. Das erste Abspiel und der Abschluss sind gleich.

20.4 Ausführung

Siehe dazu ► [PassVolley](#). Wobei der Unterschied in mindestens einem weitem Querspiel liegt. Das erste Abspiel und der Abschluss sind gleich.

20.5 Täuschmöglichkeiten

Siehe dazu ► [PassVolley](#). Wobei der Unterschied in mindestens einem weitem Querspiel liegt. Das erste Abspiel und der Abschluss sind gleich.

20.6 Variationen

Siehe dazu ► [PassVolley](#). Wobei der Unterschied in mindestens einem weitem Querspiel liegt. Das erste Abspiel und der Abschluss sind gleich.

20.7 Schwierigkeiten

Siehe dazu ► [PassVolley](#). Wobei der Unterschied in mindestens einem weitem Querspiel liegt. Das erste Abspiel und der Abschluss sind gleich.

20.8 Training


Siehe dazu ► [PassVolley](#). Wobei der Unterschied in mindestens einem weitem Querspiel liegt. Das erste Abspiel und der Abschluss sind gleich.

21. Heber/Aerial

21.1 Kurze Beschreibung

Der Heber, auch Aerial oder Rainbowshot genannt ist eine beliebte ShowTechnik die allerdings für ernsthafte spiele kaum nennenswerten Nährwert besitzt da eine effektive Torausbeute mit dieser Sondertechnik nur schwer zu erreichen ist.

Zudem ist der Heber in verschiedenen Regelwerken (u.a. auch der P4P-Tour), auf zwei Versuche pro Satz und einen Versuch pro Ball limitiert. Versuch bedeutet das der Ball vom Torwart ausgehend mindestens eine gegnerische Stange in der Luft überquert hat.

Die Idee ist den Ball so mit einer Abwehrfigur gegen die Torbände zu spielen das dieser beim Rückprall von der Torwartfigur aufgefangen und an der Bande hoch bewegt werden kann. Der so auf dem Figurenfuss liegende Ball kann dann in einem Bogen über alle anderen Figuren hinweg auf das gegnerische Tor gespielt werden. 

21.2 Schusstechnik

Hier muss man zwischen der Technik zum Spiel auf den Torwart, und der zum eigentlichen Torschuss unterscheiden.

Das Spiel auf den Torwart wird in der Regel als Rückhand in entgegengesetzter Richtung gespielt. Da es hier nicht sosehr auf die Härte des Schusses, sondern das Timing und ein exakt gerades Abspiel ankommt kommt hier im Regelfall die ► [Handgelenkstechnik](#) zum Einsatz.

Der eigentliche Torschuss in Form eines Lupfers sollte möglichst mit der linken Hand ausgeführt werden, um bei Rebounds des Gegners beide Abwehrstangen im Griff zu haben. Daher bietet sich eine sonder Variante des ► [Abrollers](#) an.

21.3 Vorbereitung

Die folgende Beschreibung bezieht sich vorallem auf Bemassungen von Löwen-, Leonhard- und Lemacher-Soccern. Bei anderen Modellen sind die Positionen entsprechend anzupassen.

Die Torwartreihe wird bis zum Anschlag an die Bande hereingebracht, so dass die Figur etwa einen Balldurchmesser neben einem der Pfosten positioniert ist. Die entsprechende Figur auf der 2er-Reihe wird ihr gegenübergestellt und der Ball unter dieser in eine Rückhandklemmposition verbracht.

Bei einem Löwen-Classic sollte der Ball etwas weiter Richtung Stange liegen (mehr Flächenkontakt), bei den späteren Modellen idealerweise der optimale Druckpunkt kurz neben dem höchsten Punkt auf dem Ball kontrolliert werden.

Die Torwartfigur wird nun soweit nach vorn (in Richtung des Balles) angewinkelt, das dieser exakt unter ihn hindruch gespielt werden kann.

21.4 Ausführung

Ohne denn Ball zu bewegen wird die Abwehrfigur kreisförmig um ihn herum geführt und aus der Bewegung mit dem Handgelenk gerade unter dem Torwart hindurch gegen die Torbände gespielt. Leicht zeitversetzt wird die Torwartfigur im Uhrzeigersinn verdreht so dass der Ball - nachdem er sie passiert und von der Bande leicht abgesprungen ist - auf deren Fuss zum Liegen kommt.

Damit ist der erste Teil absolviert. Der Ball wird nun vorsichtig angehoben bis sich die Figur in der Waagerechten befindet, und daraufhin seitlich in einen bereich oberhalb des Tores bewegt. Hier ist die Startposition für den Lupfer.

Dazu wird die Handfläche der linken Hand von unten an den Griff gelegt, so das dieser sich in der Handmulde befindet. Die Hand wird dabei nicht ganz geschlossen. Durch langsames Drehen der Hand im Uhrzeigersinn wird der Ball nun ins Rollen gebracht. Unmittelbar mit der einsetzenden Rollbewegung wird die Hand geöffnet und - analog zum ► [Abroller](#) - sehr schnell unter dem Griff hindurchgezogen bis der Ball die Figur verlassen hat.

21.5 Täuschmöglichkeiten

Eine beliebte Täuschmöglichkeit liegt darin das Spiel auf den Torwart nur anzudeuten und tatsächlich einen Rückhandschuss oder PassVolley in Richtung des Gegners auszuspielen.

Ansatzpunkt ist dabei die Kreisförmige Bewegung um den ruhenden Ball herum. Anstatt diese mit einem Rückspiel zu vollenden wird Figur in einem kompletten Kreis wieder in die Rückhandklemmposition zurückgeführt der Ball aus der Bewegung mitgenommen und so direkt in einen Rückhandschuss oder PassVolley übergegangen.

21.6 Variationen

Keine echten Variationen bekannt.

21.7 Schwierigkeiten

Die Schwierigkeiten verteilen sich entsprechend auf das Aufspielen des Balles, und dem anschliessenden Torschuss.

Bei dem Aufspielen ergibt sich in erster Linie die Schwierigkeit die richtige Abstimmung in der leicht versetzten simultanen Bewegung von Torwart und Abwehr zu finden.

Bei dem Lupfer sind zwei Faktoren zu finden die erst eingeübt werden müssen. Wann genau der Übergang zwischen dem Anrollen des Balles und der eigentlichen Hauptbeschleunigung mittels Abroller erfolgen muss, und zudem die Stärke der Dosierung dieser Bewegung.

21.8 Training

Der Heber sollte stets als zusammenhängende Technik eingeübt werden. D.h. anstatt nur den Lupfer zu trainieren indem man den Ball 'per Hand' auf die Torwartfigur legt, sollte die eigentliche Aufspieltechnik gleich mittrainiert werden.

22. Erweiterter Heber

22.1 Kurze Beschreibung

Diese Technik baut auf dem [▶ Heber](#) auf, der hier als Vorbereitung dient. Der Ball wird wie bei der 'normalen' Hebervariante auf den Torwart gespielt. Jedoch nicht zur Mitte bewegt und per Lupfer auf das Tor gespielt sondern durch einen sehr kurzen, steilen Lop von der Torwartfigur auf die Abwehrfigur verbracht (dabei landet er zunächst auf den gegeneinandergestellten Füßen beider Figuren) um von dieser aus wie beim der Standarttechnik in das gegnerische Tor geschossen zu werden.

22.2 Schusstechnik

Zum Aufspielen auf den Torwart analog zum Heber wird die [▶Handgelenkstechnik](#) genutzt. Das kurze Lupfen von Torwart auf Abwehr, sowie der Lop als Torschuss erfolgen analog zum Heber mit einer speziellen [▶Abroller](#)-Variante.

22.3 Vorbereitung

Der 'normale' Heber wird soweit ausgeführt bis sich der Ball auf der Torwartfigur befindet. Der Ball wird soweit angehoben bis sich die Figur in einem leicht geneigten Winkel befindet (s.d. das Kopf leicht nach Unten zeigt).

22.4 Ausführung

Die Abwehrfigur wird mit dem Fuss - in einem leicht nach unten geneigten Winkel - der Torwartfigur entgegengestellt.

Die Hand wird analog zu der beim Heber verwendeten Abrollervariante von unten an den Griff gelegt, jedoch so das dieser nicht direkt in der Handmulde sondern etwa einen Zentimeter links davon auf dem Handballen ruht. Der Kurze Lop ist so durch einfaches, schnelles Schliessen der Hand möglich, da der Griff nur bis zur Handmulde bewegt und dort automatisch gestoppt wird. Führt man diese Technik in der richtigen Geschwindigkeit aus erhält der Ball exakt die richtige Flugbahn.

Hat der Ball die Torwartfigur verlassen wird die Figur unter ihm hindurch soweit herumgedreht das deren Fuss in einem leicht geneigten Winkel dem der Abwehrfigur gegenübersteht. Auf der so entstandenen gemeinsamen Fläche sollte Ball am Ende der Flugbahn landen und liegenbleiben.

Damit ist der schwierigste Teil der Technik bereits absolviert. Durch vorsichtiges gegeneinandergerichtetes Kippen der Figuren wird der Ball nun so bewegt das er nurnoch auf dem Fuss der Abwehrfigur liegt. Von hier aus wird der Ball analog zum Lupfer des Hebers auf das Gegnerische Tor geschossen nachdem man ihn zuvor vorsichtig seitlich in eine Position zwischen den Pfosten bewegt hat.

22.5 Täuschmöglichkeiten

Siehe dazu [▶Heber](#)

22.6 Variationen

Keine Varianten bekannt.

22.7 Schwierigkeiten

Neben den Bekannten Schwierigkeiten die sich bereit bei der standart Variante des Hebers ergeben. Kommt hier noch die des kurzen Lupfers von Torwart- auf Abwehrfigur hinzu.

22.8 Training

Auch hier gilt : In einem Stück trainieren. Also nicht den Ball 'per Hand' auf die Figuren legen, sondern von der Rühandstartposition bis hin zum Lupfen via Abwehrfigur alles so ausführen als wäre man in einem Spiel.

Gegerell sollte man sich aber erst an diese Technik begeben wenn man die einfachere Variante bereits sicher beherrscht. Dazu muss der Ball nicht jedesmal im Tor landen, aber das Aufspielen sollte sicher funktionieren und der Ball sollte beim Lupfer zumindest in die Nähe des gegnerischen Strafraumes gelangen.