

Buch-Neuerscheinung: Viererketten-Training im Jugendfußball

22.02.2010, 08:57 | Sport

Pressemitteilung von: *Initiative abwehrkette.de*



Spielend zur Viererkette - Zeitgemäßes Jugendfußballtraining

Mit dem seit heute erhältlichen Buch "Spielend zur Viererkette - Zeitgemäßes Jugendfußballtraining" von Martin Hasenpflug wurde eine wichtige Lücke im deutschen Büchermarkt geschlossen. Der DFB erwartet zwar von seinen knapp 180.000 Mannschaften (abzüglich Bambini, F- und E-Jugend), dass sie mit Viererkette oder zumindest ballorientiert ohne Libero verteidigen, doch die entsprechenden Lehrmaterialien sind Mangelware. Zumindest nutzt der DFB seine Trainerausbildungen verstärkt dazu, den Jugendtrainern das Rüstzeug einer erfolgreichen Umstellung auf Viererkette mit auf den Weg zu geben.

Im deutschsprachigen Raum gibt es gerademal zwei bedeutende Publikationen zu diesem Thema. Diese in Zusammenarbeit des DFB veröffentlichten Bücher richten sich jedoch hauptsächlich an Seniorenmannschaften ab dem

mittleren Amateurbereich. Bisher gab es für den Jugendtrainer keinen an seinen Bedürfnissen ausgerichteten Leitfaden zur erfolgreichen Umstellung auf die Vierer-Abwehrkette.

Mit Spielend zur Viererkette ist es nun möglich, dass neue System auch unter den widrigen Umständen eines durchschnittlichen Jugendtrainers einzuführen. Es ist mit diesem Buch möglich, die Viererkette interessant zu vermitteln, so dass die Spieler mit Spaß sich aktiv an die Umstellung beteiligen. Martin Hasenpflug stellt eine Trainingsmethodik vor, welches auf einem vom DFB erarbeiteten Konzepts basiert und durch ihn weiter optimiert wurde. Dieses System wurde vorab bei einigen Jugendmannschaft getestet und hat sich als sehr praktikabel erwiesen. Es zeigte, dass eine schnelle und effektive Umstellung auf die Viererkette, auch im unteren bis mittleren Jugendbereich möglich ist.

Auf kompakten 100 Seiten werden Hintergrundinformationen zur Viererkette vermittelt. Es wird gezeigt, wie sich die Fußballtaktik im Laufe der Zeit entwickelt hat, bis sie den heutigen Stand erreichen konnte. Spielend zur Viererkette arbeitet nach dem Schema, dass der Trainer mit einem Crashkurs zur Viererkette startet, um den Spielern an einem Tag die Grundlagen der Viererkette zu zeigen. Es folgen schwerpunktmäßig aufgebaute, komplett fertig erstellte Trainingseinheiten, die nach dem Prinzip vom leichten zum schweren strukturiert sind. Dies sind die Themen 1-gegen-1 in der Defensive, Gruppentaktik, Doppeln, Mannschaftsverbund und geschickt gestaltete Abschlussspiele, die viel Spaß machen und einen großen Lerneffekt bringen.

Die wichtigsten Informationen zum korrekten Agieren des Spieler innerhalb der Viererkette oder auch in anderen Mannschaftsteilen ist nochmal zusätzlich, leicht verständlich und gut bebildert, auf sieben verschiedenen Doppelseiten abgedruckt. Der Trainer hat so die Möglichkeiten diese Seiten, die ebenfalls nach Themen und vom leichten zum schweren sortiert sind, auf A4-Blätter zu kopieren und an seinen Spielern zu verteilen. Die Spieler können sich auf diesen Blättern nochmals in Ruhe ihre Aufgaben innerhalb des Teams ansehen und mittels Visualisierung verinnerlichen.

Was dieses Buch noch besonders auszeichnet und ihm ein Alleinstellungsmerkmal unter allen Publikationen gibt, ist das angewendete System der Verbindung von Defensivspiel und Offensivspiel. Zentrales Ziel der Defensive ist die kontrollierte Balleroberung. Spielend zur Viererkette zeigt nun wie man nach der Balleroberung schnell und einfach zu guten Torchancen kommt. Dieses Thema wird ausführlich behandelt und es werden fertige Trainingseinheiten für ein entsprechendes Training geboten. Diese Einheiten richten sich ausschließlich an das Offensivverhalten aller Spieler, berücksichtigt dabei aber auch die Wochen zuvor, als man das Training zur Viererkette absolvierte.

Die Initiative abwehrkette.de bezeichnete dieses Buch vorab als "großes Plädoyer für die Viererkette" und sieht es als Meilenstein in der Jugendfußballausbildung. Insgesamt können mit diesem Buch 6 bis 7 Wochen abwechslungsreich trainiert werden. In dieser Zeit stellt man auf Viererkette um, revolutioniert sein Offensivspiel und wird in der Lage sein beides unter Wettkampfbedingungen umzusetzen.

Spielend zur Viererkette ist unter der ISBN 9-783-8391-4836-5 ab sofort im Buchhandel erhältlich. Journalisten können direkt bei Martin Hasenpflug ein kostenloses Rezensionsexemplar anfordern.

Portrait

Die Initiative abwehrkette.de wurde ins Leben gerufen, um eine problemlose und effektive Umstellung von Manndeckung auf 4er-Abwehrkette auch für Jugendmannschaften im unteren Leistungsbereich zu ermöglichen.

Der Gründer der Initiative Martin Hasenpflug ist langjähriger Jugendfußballtrainer, DFB-C-Lizenz-Inhaber, Verfasser von drei Fußballtrainingsbüchern und war u.a. als Trainer beim Wuppertaler SV Borussia tätig.

News-ID: 400151 • Views: 2239 (Stand: 20.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/400151/Buch-Neuerscheinung-Viererketten-Training-im-Jugendfussball.html>