

Nicht im Ballbesitz

with Raoul Ehren

From the series :
Best Practice Sharing of
Innovative and Disruptive
Field Hockey Skills Erasmus+
Program 2019 - 2020



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



POLSKI ZWIĄZEK
HOKEJA NA TRAWIE

HOCKEYCLUB
'S-HERTOGENBOSCH



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Eine Zusammenarbeit von.....

“Wir geben den Ball immer dem Gegner und beginnen dann, unsere Chancen und Tore zu kreieren ...”



“Es ist einfacher, Tore aus Pressingsituationen zu erzielen, als sie aus einer 11 gegen 11 Situation von hinten zu erarbeiten”

Raoul Ehren, Coach Ladies HC Den Bosch



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Kernbotschaften

- Je höher der Druck ist, desto mehr Fehler macht der Gegner.
- Ballbesitz ist mir egal - ich möchte so schnell wie möglich Tore schießen!
- Alle 11 Leute auf dem Feld müssen zusammenarbeiten.
- Alle 10 Feldspieler müssen sich mit dem Ball wie ein Schild bewegen.
- Zuerst verteidigen - und dann Tore schießen.
- Der erste Pass nach Eroberung ist ein geradliniger (Richtung gegnerisches Tor).



Definition des Pressings

Eine koordinierte Taktik der Defensivmannschaft, um Druck auf die gegnerische Mannschaft auszuüben, die im Ballbesitz ist.

Ziel ist es das Spiel des Gegners in einen bestimmten Bereich zu lenken, wo er unter Druck gesetzt werden kann um den Ball zu erobern.

(FIH - Presentation Paper, David Passmore)



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Was heisst Pressing?

- Versuch, sich einen numerische Überlegenheit gegenüber dem Gegner zu verschaffen oder der Versuch, den Gegner zu überraschen.
- Wird angewandt, um ein Spiel zu drehen.
- Überraschung ist das Schlüsselement gegen ein starkes Team.
- Schwächere Teams können einfach durch Erhöhen der Anzahl der Spieler in der Nähe des Balls dominiert werden.
- Ein starkes Team, das nicht überrascht ist, wird das Pressing versuchen zu umgehen und selbst offensiv spielen.

Philosophie des Pressings

- Das gesamte Team muss sich auf die Philosophie des Trainers einstellen.
- Wenn einige Spieler des Teams im richtigen Moment nicht pressen, öffnen sich Überholspuren und gefährliche Angriffe können eingeleitet werden
- Pressing muss zum richtigen Zeitpunkt am richtigen Ort umgesetzt werden.
- Das Pressing muss von einer Gruppe an Spielern des Teams oder vom gesamten Team initiiert werden.
- Es gibt verschiedene Arten von Pressing, die von Trainern je nach Stärke und Zusammensetzung des Teams entwickelt werden.

Kontrolliere, wo die andere Mannschaft den Ball spielen kann.

- Beim Pressing wird die andere Mannschaft dazu gebracht, den Ball dorthin zu spielen, wo wir ihn haben möchten, und dann wird der Ballführende attackiert.
- Lasst die Pässe auf die schwächeren Offensivspieler des gegnerischen Teams zu, schließt dann die Passoptionen des Spielers und versucht den Ball zu erobern.
- Wenn Ihr einen Spieler zu genau deckt, wird er nicht angespielt. Bleibt vom Spieler weg, um den Pass zuzulassen, und dann erfolgt erst das Pressing.
- Die Bewegung des Balls durch das gegnerische Team kann anhand von Flusslinien beschrieben werden. Die Flusslinie ist der Weg auf dem sich der Ball bewegt. Die Flusslinien sind dazu da um ein Pressing zu verhindern. Das pressende Team muss also die Durchflusslinien blockieren, bevor das Pressing sinnvoll gestartet werden kann.

Arten des Pressings

- Passives Pressen soll das Spiel verlangsamten und verhindern, dass das andere Team eine Linie auf dem Spielfeld überschreitet.
- Aggressives Pressen sollen die andere Mannschaft dazu bringen, den Ball zu verlieren.
- Bereichspressing ist so konzipiert, dass man den Gegner mit Ball in einen bestimmten Bereich des Feldes drängt, wo dann eine Eroberung des Balles durch Pressing erfolgen kann.

Wie Den Bosch Damen das Pressing spielen

HC Den Bosch Damen gewannen 19 Meisterschaftstitel in den letzten 22 Jahren.

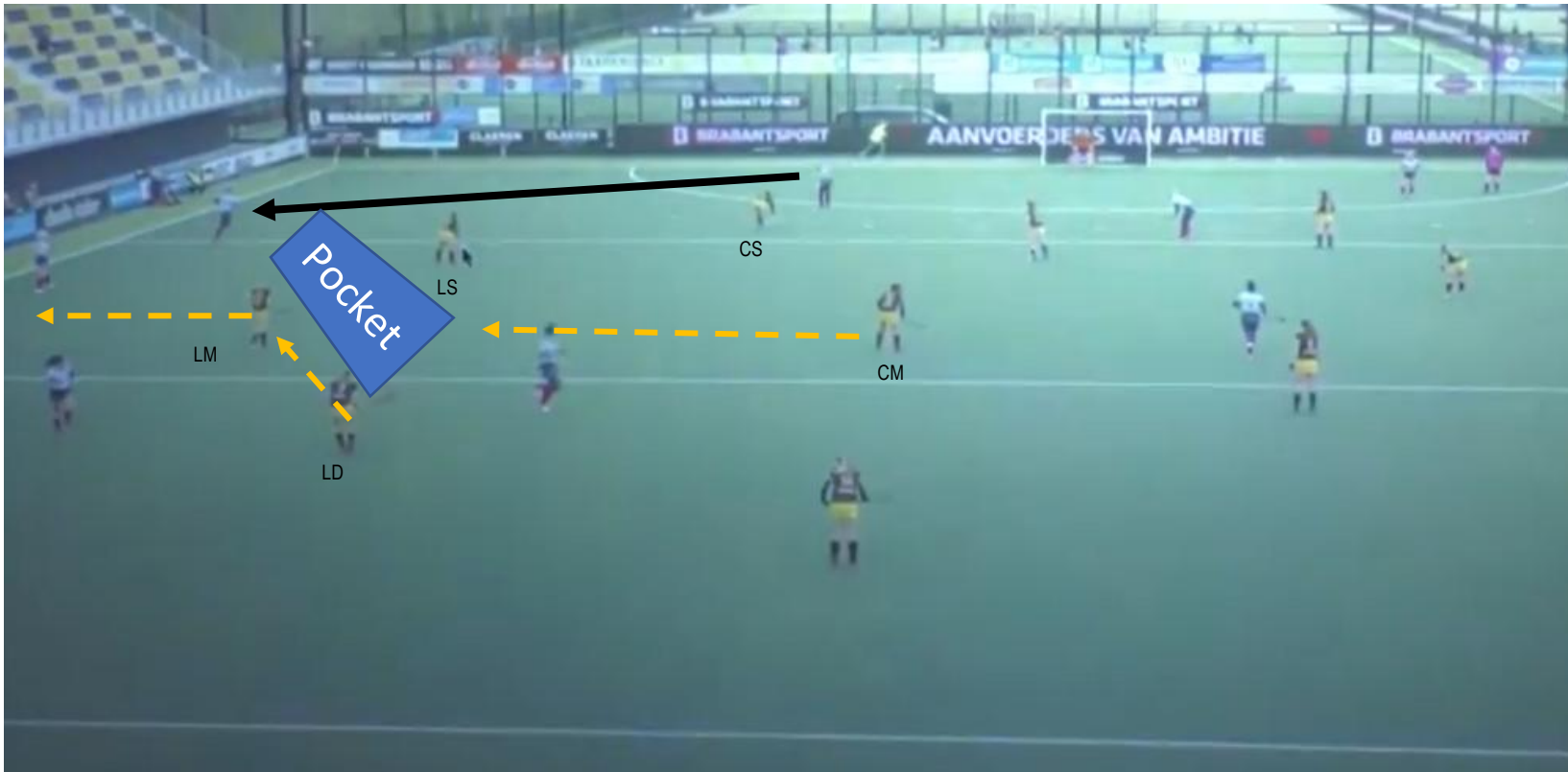
3 Pressing - Arten

- Volles Pressing
- Halbfeld Pressing “4 Spieler Pressing”
- Normales Halbfeld Pressing

Volles Pressing



- 1 Linke Seite offen halten -> Pass nach außen zulassen
- 2 LM schließt die Linie, aber der diagonale Pass zum MF ist offen
- 3 Wenn der Pass in die Tasche geht, wird auf den Gegner gepresst.



Diamant in der Verteidigung



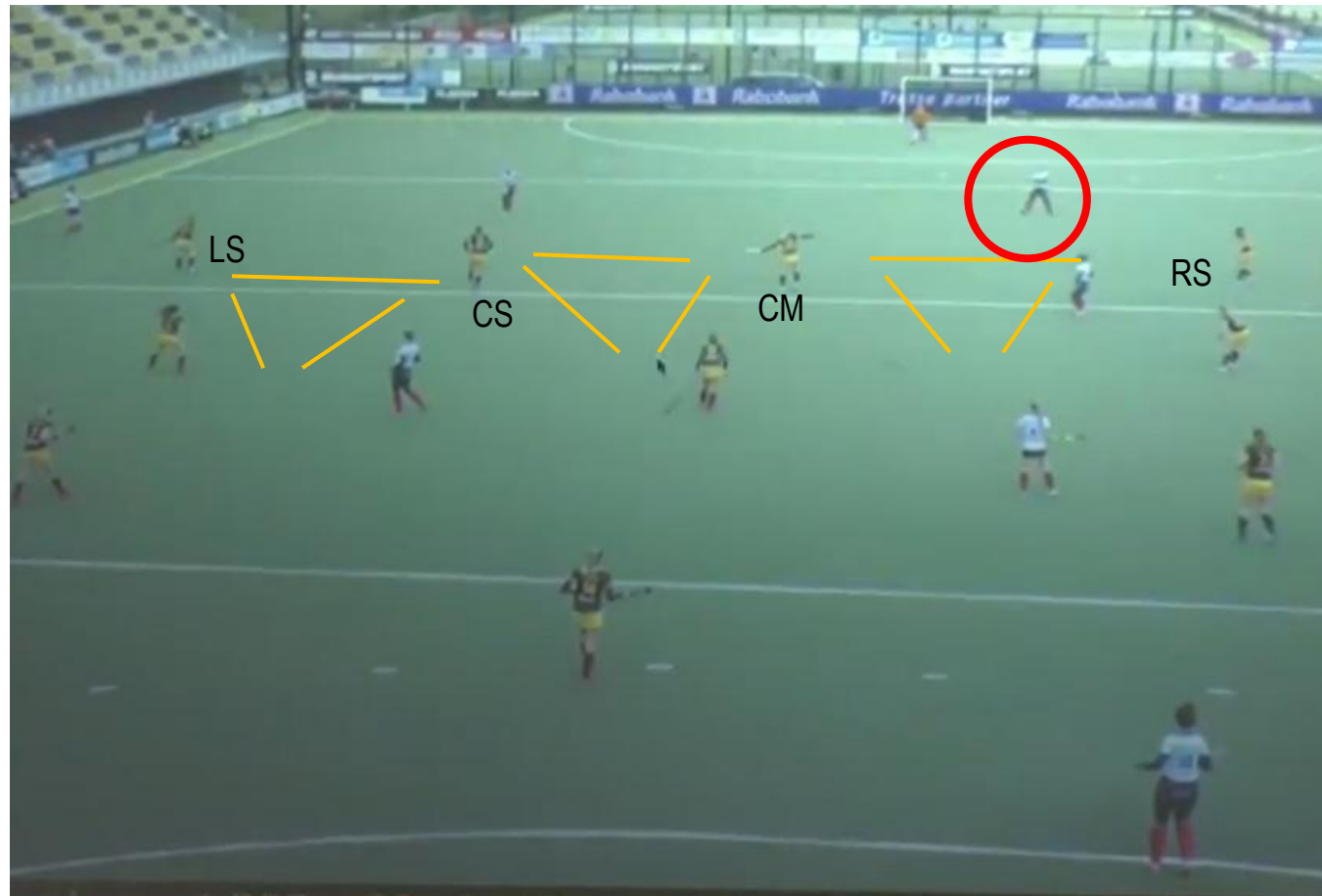
1 – 2 – Falle!



Schlüsselemente bei Voll-Pressing

- Wichtig ist, dass 11 Leute auf dem Spielfeld zusammenarbeiten - wenn ein Ball an mir vorbeigeht, muss ich sofort zurück, um den anderen zu helfen - wir wollen 2 oder 3 Spieler um den Ball haben - jeder ist dabei - Stürmer müssen auch verteidigen. Zuerst verteidigen - dann Tore schießen.
- Im Vollpressing spielen wir immer mit “Raum” und nicht Manndeckung.
- Die letzten 4 haben im Diamant zu spielen.
- Ganz wichtig ist die Kommunikation zwischen den Spielern.
- Wenn wir den Ball erobert haben, wollen wir ihn als erstes sofort spielen – der erste Ball ist der wichtigste, es muss ein guter Ball sein! Wenn wir zuerst mit dem Ball gehen und erst dann aufschauen ist es meist zu spät. Der erste Ball den wir spielen sollte Richtung Kreis sein.

Halbpressing - “4-Spieler-Pressing”



Schlüsselemente des Halbpressings – “4-Spieler-Pressing”

- 4 Spieler vorne – Mittelfeldspieler müssen den Rücken decken - Dreiecke aufbauen.
- Wir wollen, dass der Gegner durch die „Kanäle“ (zwischen den vier Spielern) spielt und dort wollen wir den Ball bekommen.
- Wir müssen lesen, welchen Ball der Gegner spielen kann. In einer Sekunde können wir uns fünf Meter bewegen. Wenn wir den Ball haben, können wir den Raum und die Geschwindigkeit nutzen.
- Wenn sich der Ball bewegt – müssen sich alle 10 Spieler mit dem Ball wie ein Schild bewegen. Sie sind alle mit einem Seil von 5-6 Metern verbunden
- Variante: LS und RS mehr zurückbleibend

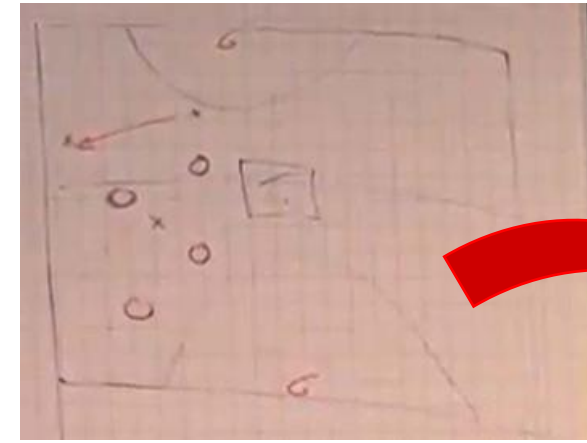
Normales Halbfeld Pressing



Training session

"Ich trainiere gerne Spielsituationen und alle unsere Schnelligkeitstrainings werden auf dem Spielfeld mit dem Ball und dem Schläger und in Spielsituationen wie dieser ausgeführt ...,,

- 3 Verteidiger, 4 Angreifer
- Die Mädels brauchen nach Eroberung ca. 8 Sek. Bis sie mit dem Ball vor dem Tor sind.
- Wirf den zweiten Ball ein und auch einen dritten.
- Übung für 30 Sekunden – dann eine Pause.
- Andere Seite / andere Teams. So hat jede Seite: 30 Sek. Übung, 30 Sek. Pause.



T = trainer

Lot of variations



Video Session



Wir verwenden solche Situationen, um zu diskutieren:

+ Warum ist das Dreieck nicht in Ordnung?

+ Was ist passiert?

Jede Woche 1 Stunde Videositzung.
Ich gebe meinen Mädchen den Auftrag, über Dinge zu sprechen und darüber nachzudenken.

Referenzen

- <https://de.slideshare.net/DerekPappas/field-hockey-pressing>
- <http://coachinghockey.com.ar/2019/03/12/simplifying-a-zonal-defensive-structure-part-1/>
- <http://coachinghockey.com.ar/2019/05/24/zonal-defensive-structure-channelling/>
- <http://coachinghockey.com.ar/2018/08/16/argentinas-perfect-example-on-how-to-break-a-mix-defense/>
- <https://self-pass.com/2018/07/20/basic-concepts-defensive-structures/?v=fa868488740a>
- Art of pressing <http://www.fieldhockeyforum.com/threads/the-art-of-pressing.43884/>

Danksagung

Diese zu verteilende Präsentation ist ein gemeinsames Ergebnis der Zusammenarbeit von 6 Hockeytrainern aus Polen, Österreich und der Tschechischen Republik, dem Hockey Club Den Bosch, dem niederländischen Hockeyverband und der EHF. Dieses Programm wird vom Programm Erasmus + unterstützt.

Grosser Dank an:

- **Roul Ehren** für seinen Vortrag zu diesem Thema. Roul ist Cheftrainer des HC Den Bosch Ladies hockey team (seit 2009) und Headcoach des U21 Damen Team der Niederlanden - HC Den Bosch Damen gewannen 19 Titel in 22 Jahren and haben 10 Teamspielerinnen in der Mannschaft (2019).
- Die 6 Teilnehmer **Alicja Koperska, Karolina Paterson, Sabine Blemenschütz, Łukasz Kosmaczewski, Vojta Kolář, Gerhard Kubassa** die ihre Zeit und Energie für die Erstellung und Vermittlung dieser Präsentationen in Ihren Ländern investiert haben.
- **Claudine Schiefer** vom HC Den Bosch für die Koordination und Unterstützung.
- **Tom Pedersen** von der EHF für die Zusammenarbeit und Beratung in diesem Programm.
- **Gino Schilders** vom Tschechischen Hockeyverband für die Leitung des Programms.
- **Jana Janotová** und **Miguel Romero** von Erasmus+ für ihre freundliche Anleitung und Unterstützung.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Copyright = the right to copy

Fühlt euch frei, diesen Inhalt zu teilen - mit jedem, den das interessieren könnte.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





Thank you

From the series :
Best Practice Sharing of
Innovative and Disruptive
Field Hockey Skills Erasmus+
Program 2019 - 2020



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Pressing im Allgemeinen

Zusatzfolien

Übliche Pressingsysteme

1. Voll Pressing
2. Halbfeld Pressing
3. 3/4 Feld Pressing

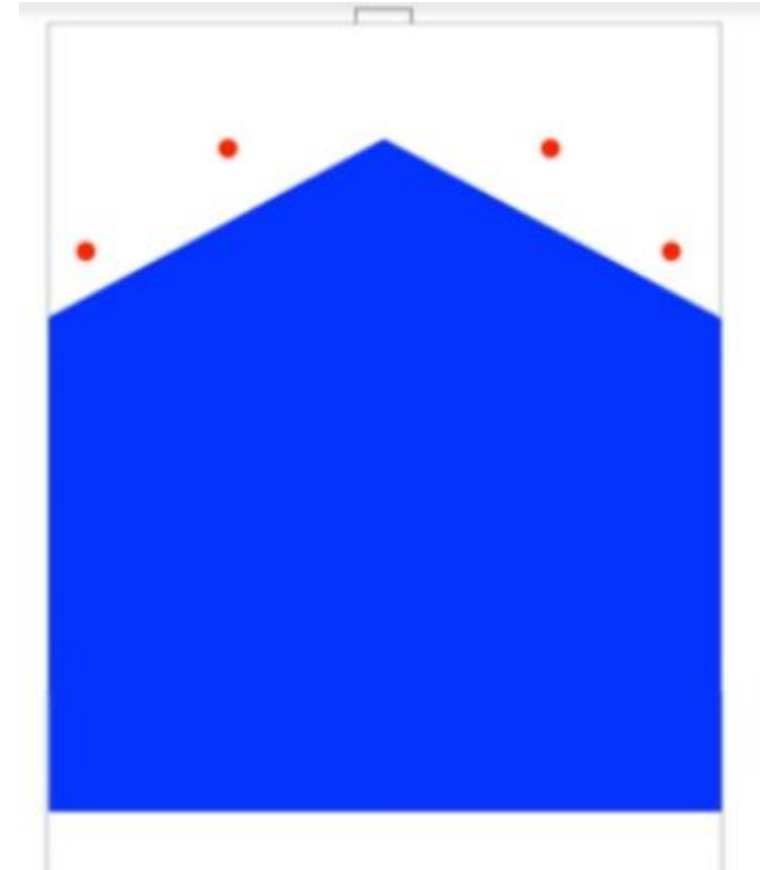
Jedes System hat seine Vor- und Nachteile, und die guten Teams und Trainer verwenden unterschiedliche Kombinationen dieser Systeme, je nachdem, was die Gegner machen.

Voll Pressing

Das Voll Pressing ist dazu gedacht, eine Balleroberung tief in der gegnerische Hälfte zu erzwingen.

Die Verteidigung kann eine horizontale Wand errichten, aber das hindert die Gegner nicht daran, den Ball hinten herum zu spielen.

Um die Pässe über das Feld zu erzwingen, müssen die Anspielstationen zugemacht werden.



Voll Pressing

Vorteile

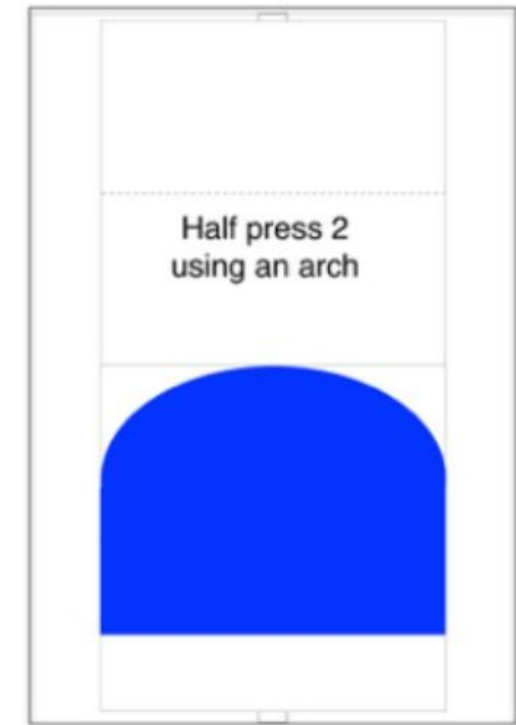
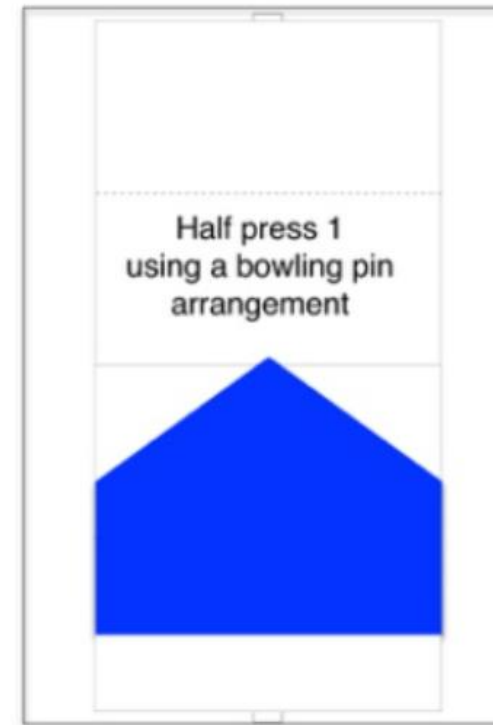
- Sie können das gesamte Feld kontrollieren und den Raum außerhalb der gegnerischen Verteidigung unspielbar machen.
- Du kannst den Gegner in den Teil des Feldes drängen, wo es sinnvoll ist, den Ball zu erobern.
- Du kannst Druck auf die Außenverteidiger ausüben, um sie zu zwingen, einen Fehlpass an der Viertellinie zu machen.

Nachteile

- Es zerteilt Ihr Team und eröffnet potenzielle Lücken im gesamten Feld.
- Wenn keine Kommunikation zwischen der Angriffslinie und der dahinterliegenden Linie stattfindet, kann das gegnerische Spiel möglicherweise nicht gestoppt werden.
- Wenn der Gegner mit einem guten schnellen Pass hinter die Frontlinie gelangen kann, bricht das Pressing zusammen und der Gegner hat womöglich eine Überzahl.

Halbfeld Pressing

Dieses Pressing wird von den meisten Teams gespielt, indem alle Spieler hinter der Mittellinie in einer Bogen-Anordnung gebracht werden, wo sie verteidigen, die Mitte des Feldes wird blockiert. (keine Läufe mit dem Ball oder Pässe sind durch die Mitte des Feldes möglich) und Pässe zur Seitenlinie werden erzwungen. Die zweite Reihe ordnet die die Stürmer zu und lässt keine langen Pässe durch die Mitte zu.



Der Bogen hat den Vorteil, dass er die Diagonalbälle vorwärts und rückwärts verhindert, aber er lässt Lücken für die gegnerischen Mittelfeldspieler offen.

Halbfeld Pressing

Vorteile

- Der Raum in der defensiven Hälfte wird viel enger gemacht.
- Die Linien Ihres Teams liegen viel näher beieinander, wodurch die Kommunikation verbessert und sichergestellt wird, dass alle Linien und der gesamte Raum abgedeckt sind.
- Man kann die gegnerische Defensive gut vor dir sehen und abschätzen, wo ein Angriff nach Balleroberung zielführend ist.

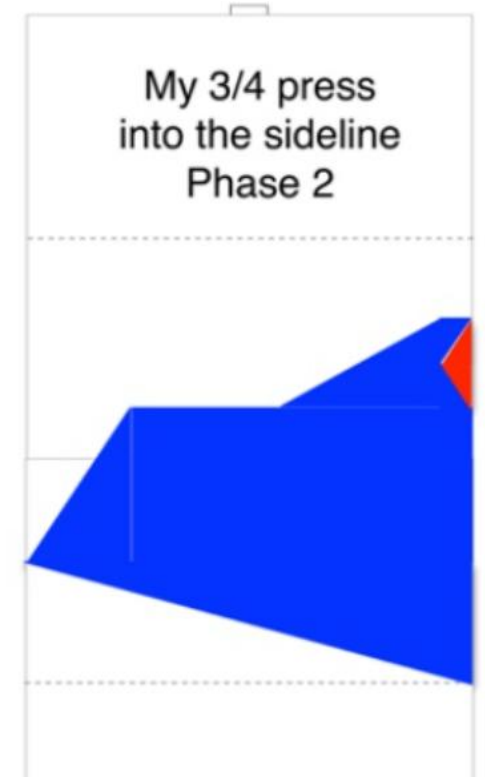
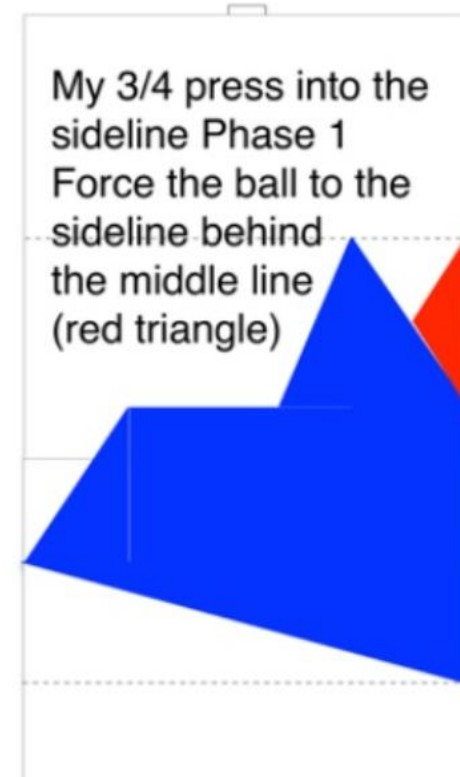
Nachteile

- Wenn die Angreifer zu früh draufgehen führt das meist zum Zusammenbruch der gesamten Pressing-Struktur.
- Es übt keinen Druck auf den Gegner in deren defensiver Hälfte aus, sodass sie Zeit haben, die Kontrolle über das Spiel zu erlangen und ihr eigenes Angriffsspiel aufziehen können.
- Es kann eine negative Stimmung in das Spiel Ihres Teams bringen, weil man nicht sehr aktiv das Spiel gestaltet.

3/4 Feld Pressing

An der gegnerischen 1/4 Linie.

Der Ball wird zur Seitenlinie gezwungen und alle Passoptionen werden abgeschnitten. Die hintere Linie wird so angeordnet, dass keine tiefen Pässe entlang der Linie möglich sind. Die Spieler im Rückraum werden zugemacht.



3/4 Feld Pressing

Vorteile

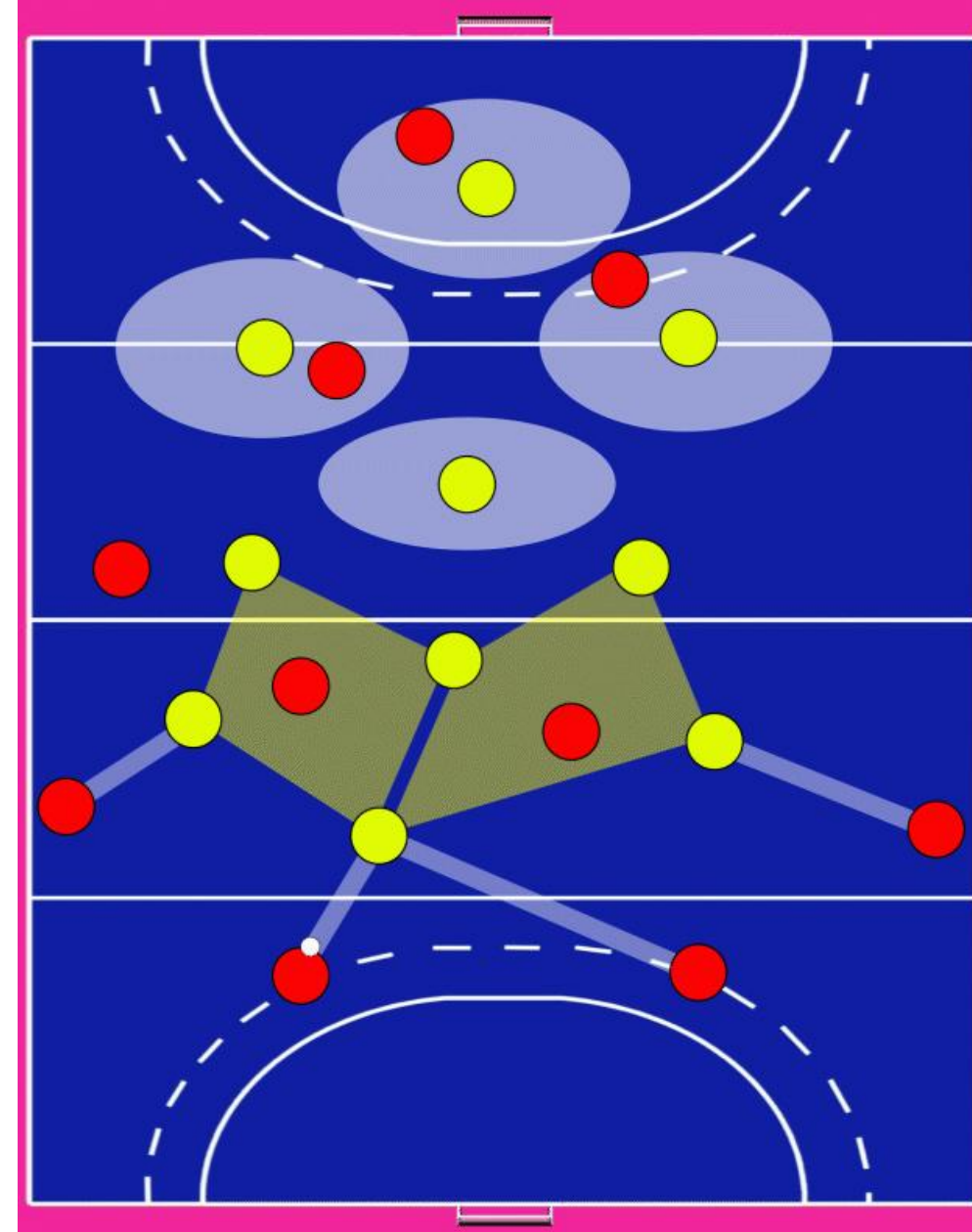
- Das 3/4 Pressing verschafft dir den Vorteil dass es dir immer möglich ist, die Gegner vor dir zu sehen.
- Das gibt dir die Zeit und die Möglichkeit Heber über das ganze Feld zu verhindern.
- Es gibt der Angriffslinie die Möglichkeit, so zu verschieben, dass der Gegener in den Bereich des Feldes gedrängt werden kann, wo eine Balleroberung am ehesten möglich ist.

Nachteile

- Wiederum dehnt es das Team und hat zur Folge, dass es möglicherweise nicht in der Lage ist, alle Räume des Feldes abzudecken.
- Es ermöglicht dem Gegner, ohne Druck bis zu unserer Viertellinie vorzudringen bzw. einen Seitenwechsel zu erzielen.
- Wenn die Angriffslinie versagt, ist das Team einem schnellen Gegenangriff ausgeliefert.

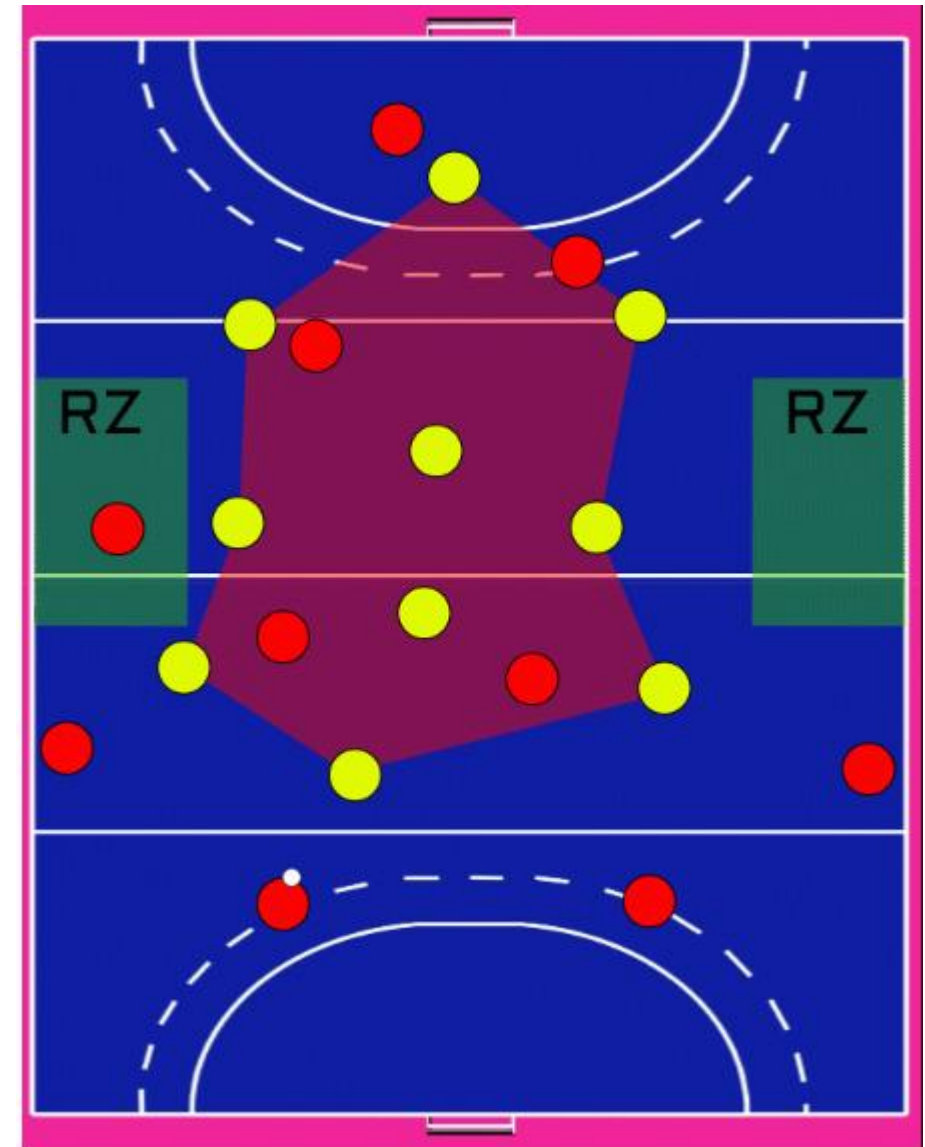
Idee der Zurückeroberung

- Jeder Spieler hat seine individuellen Aufgaben - wenn eine Person ihrer Rolle nicht gerecht wird, bricht wahrscheinlich das gesamte System zusammen.
- Jeder Spieler weiß, wo und wann die Zurückeroberung stattfinden sollte. Der Gegner wird dazu gebracht, den Ball in die Zone zu spielen, wo eine Eroberung möglich ist. Wir geben ihnen das Gefühl diese Entscheidung selbst zu treffen, obwohl es Teil unseres Vorhabens ist.



Zurückeroberung an der Seitenlinie

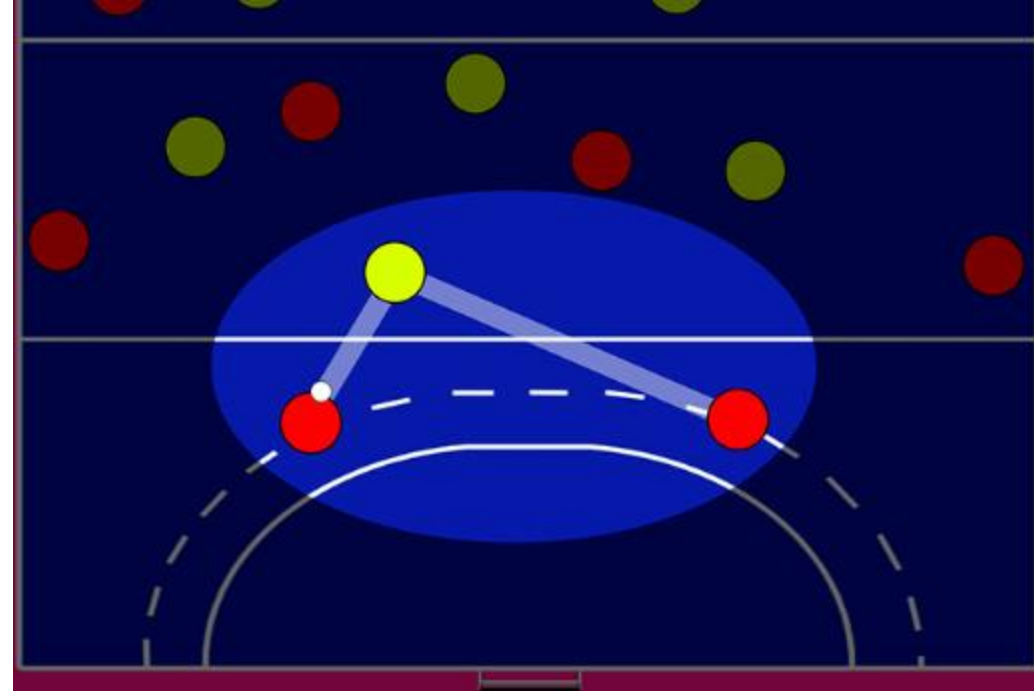
- Grüne Zone (RZ): Eroberungszone
- Rote Zone: Unser Haus - hier ist kein Ball des Gegners willkommen.



Individuelle Aufgaben

Mittelstürmer

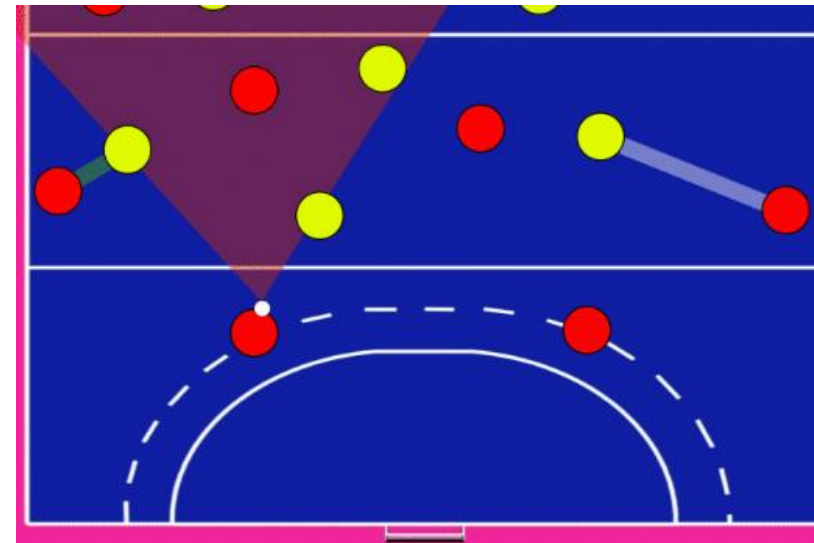
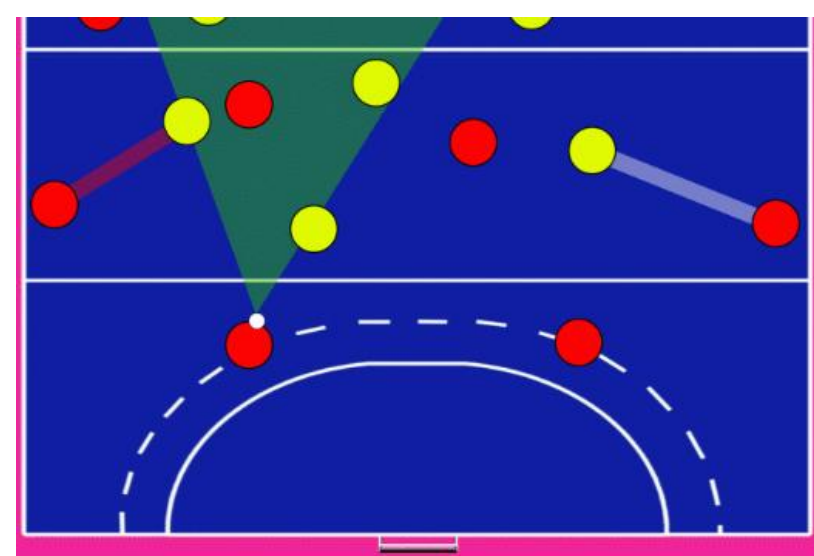
- Verantwortlich für die 2 Innenverteidiger der gegnerischen Mannschaft.
- Hauptaufgabe: Hotline schließen (Linie zwischen Ball und eigenem Tor).
- Den richtigen Moment für das Pressing finden.
- Eine Möglichkeit wäre es, seitwärts zu pressen und damit zu versuchen, den Pass zwischen diesen beiden Spielern zu verhindern. Da wir aber nur versuchen, den Ball nach außen zu bringen, wollen wir nur etwas passiver und diagonal drücken.



Individuelle Aufgaben

Flügelstürmer auf Ballseite

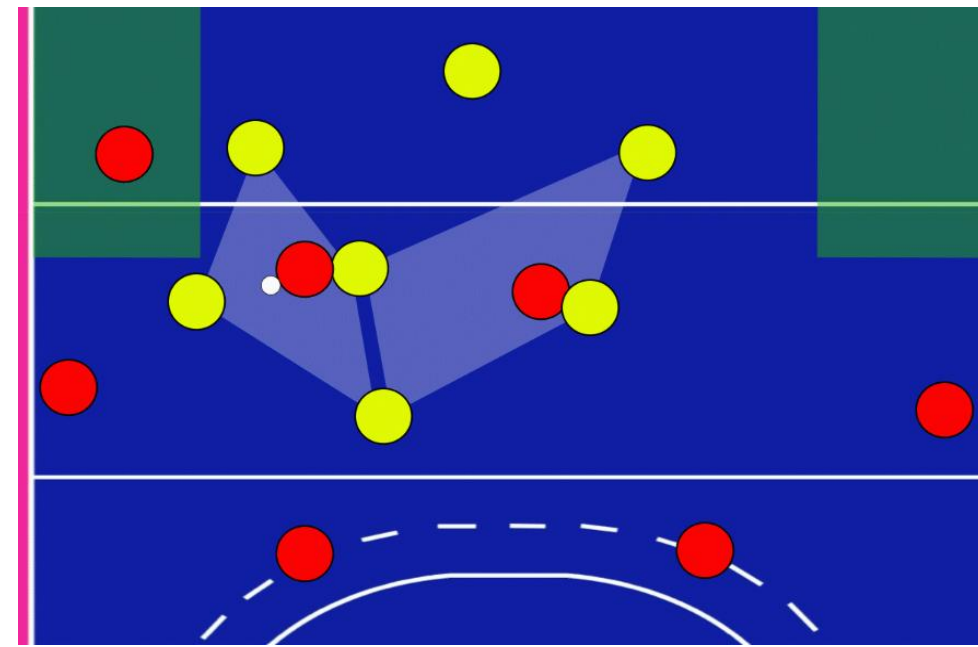
- Die wichtigste Verantwortung der Flügelstürmer ist jene für die gegnerischen Außenverteidiger. Dies ist jedoch nicht ihre einzige Rolle - sie müssen auch dazu beitragen, das Zentrum abzudecken und den Raum für Pässe in „unser Haus“ so klein wie möglich zu gestalten.
- Die schwierige Aufgabe besteht darin, die Aufgaben ausgewogen zu erfüllen, wenn der gegnerische Verteidiger in Ballbesitz ist. Das Wichtigste ist, dem Verteidiger niemals die Chance auf einen gefährlichen Pass zu geben. Den Verteidiger sollte man immer vor sich haben (Ball-Tor-Linie).



Individuelle Aufgaben

Flügelstürmer auf der ballabgewandten Seite

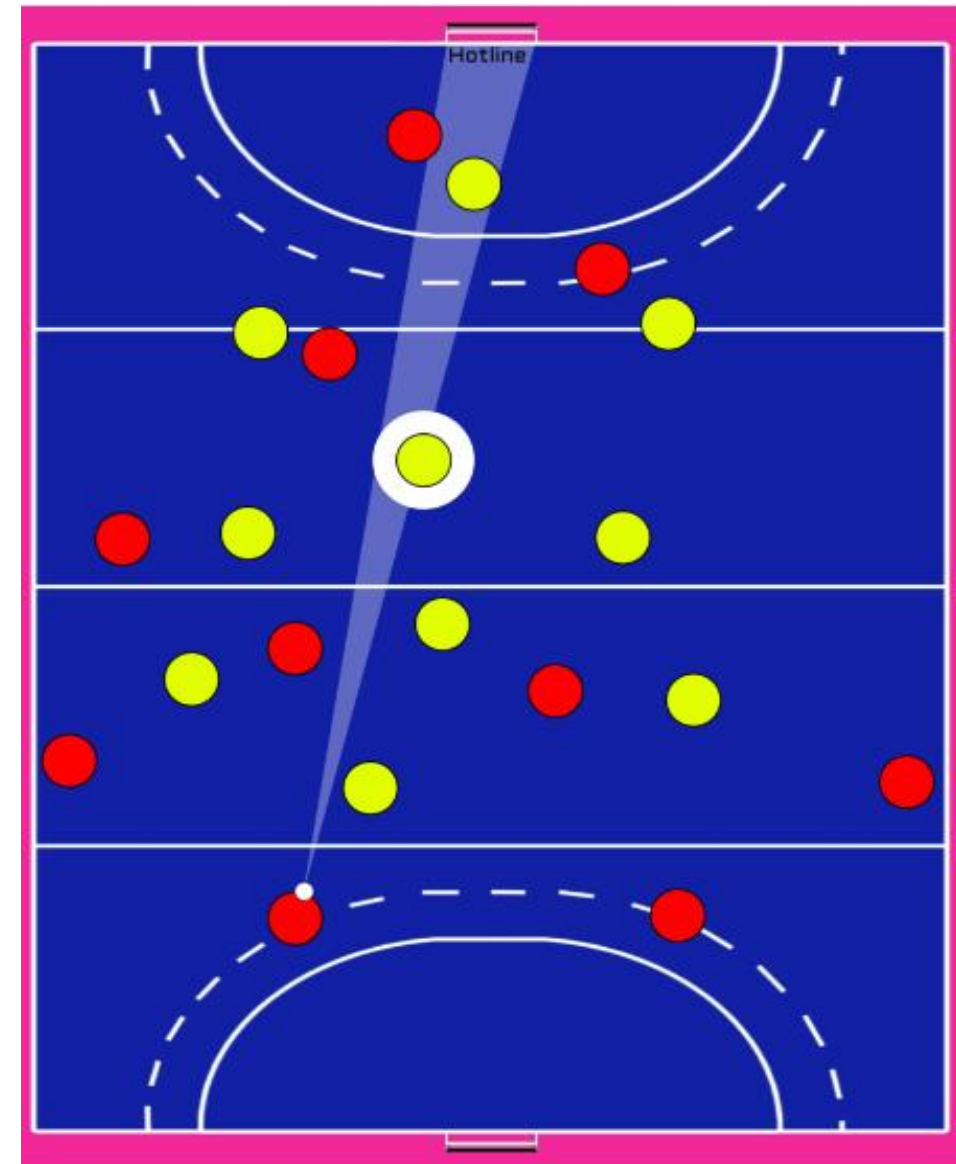
- Der tiefe Mittelfeldspieler drückt immer auf die Mitte der Ballseite. Aus diesem Grund ist die gegenüberliegende Mitte offen. Unser Flügelstürmer der ballabgewandten Seite ist dafür verantwortlich, Druck auf diesen Spieler auszuüben oder zumindest den gesamten Raum zuzumachen.
- Während wir in dieser Zone verteidigen, sollten wir verstehen, dass, wenn sich ein Spieler bewegt, etwas Raum frei wird. In diesem Fall hat der rechte Verteidiger sehr viel Platz. Der Flügel sollte sich dessen bewusst sein und zu seiner ursprünglichen Position zurückkehren, wenn der Ball gespielt wurde.



Individuelle Aufgaben

Libero

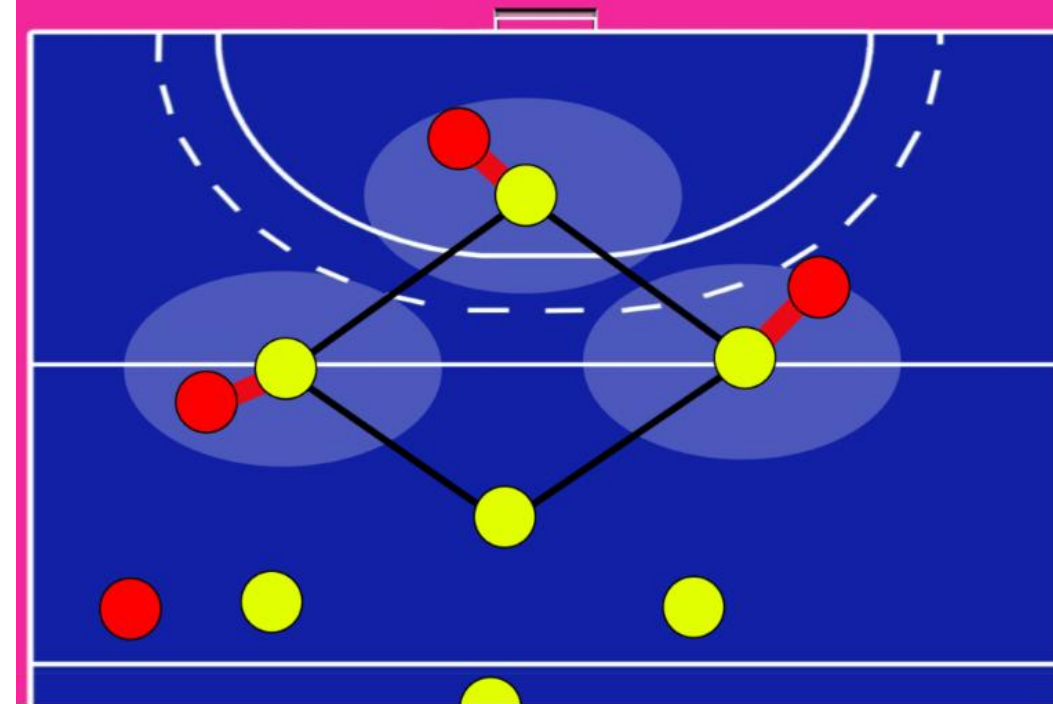
- Der Libero wird wie immer versuchen, in der Hotline zu sein, und seine Hauptaufgabe ist es, das gesamte Pressing zu leiten. Außerdem sollte er bereit sein, etwaige Lücken, die durch schlechte Positionierungen entstanden sind, schnellstmöglich zu schließen.



Individuelle Aufgaben

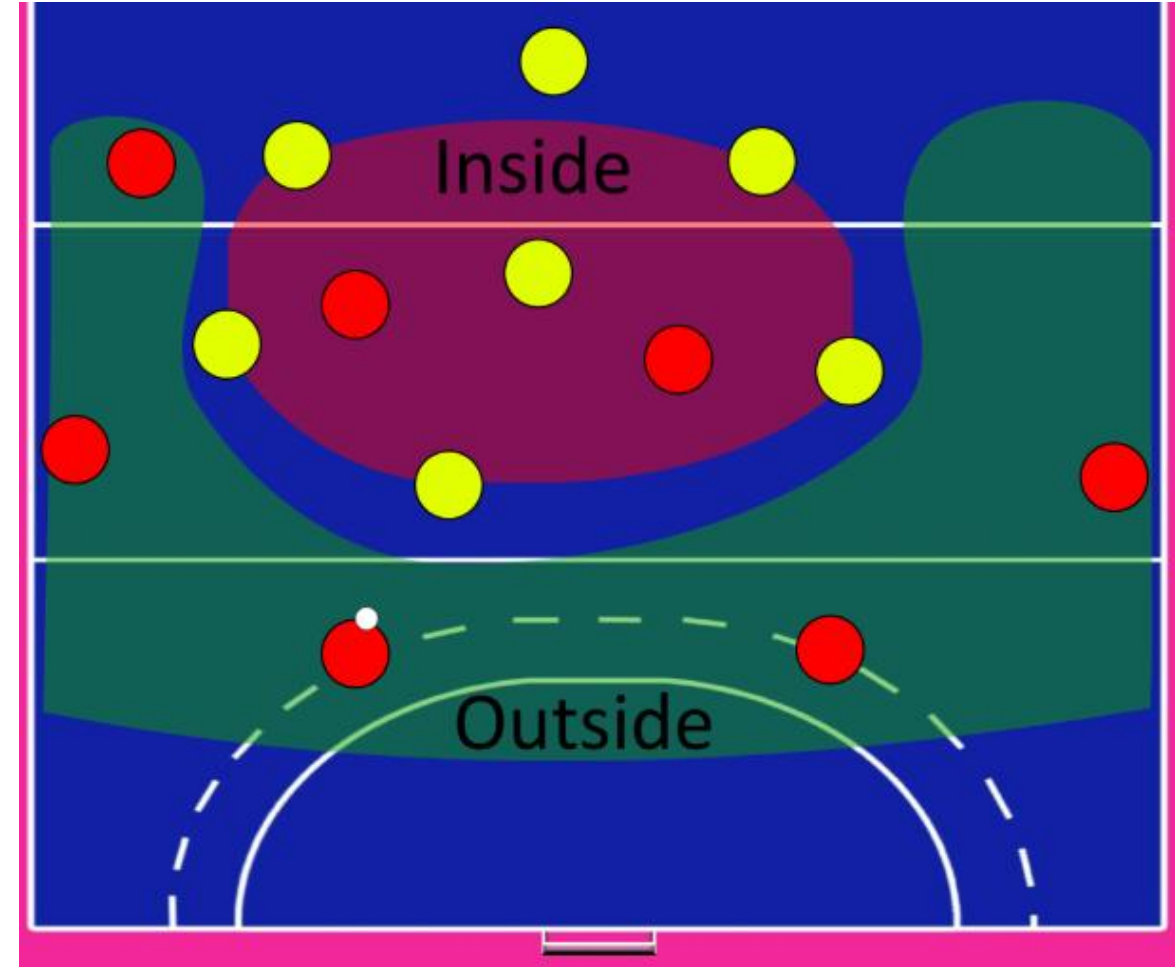
Verteidiger

- Verteidiger sollten auch raumdecken, es sei denn ein gegnerischer Stürmer befindet sich in seiner Verteidigungszone.
- Grundlegend ist es zu wissen, dass Verteidiger durch zu weite Verfolgung des Gegners nicht die Struktur auflösen sollten.
- Sie sollten immer einen Diamanten mit dem Libero bilden.



Wie Struktur funktioniert

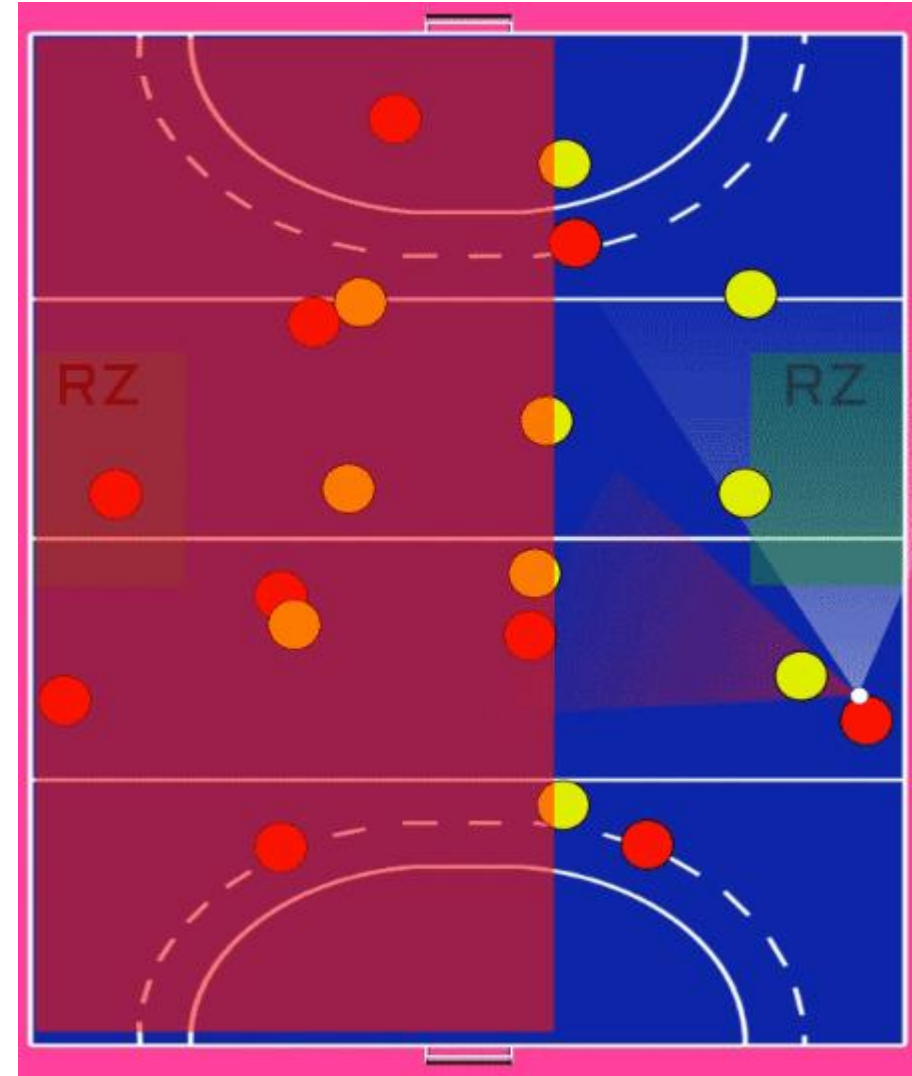
- Außerhalb spielen: Der Ball wird außerhalb “unseres Hauses” gespielt (grüne Zone)
- Innerhalb spielen: Der Ball wird in die rote Box gespielt und die Mittelfeldspieler werden involviert.



Wie Struktur funktioniert

Zurückeroberung des Balles

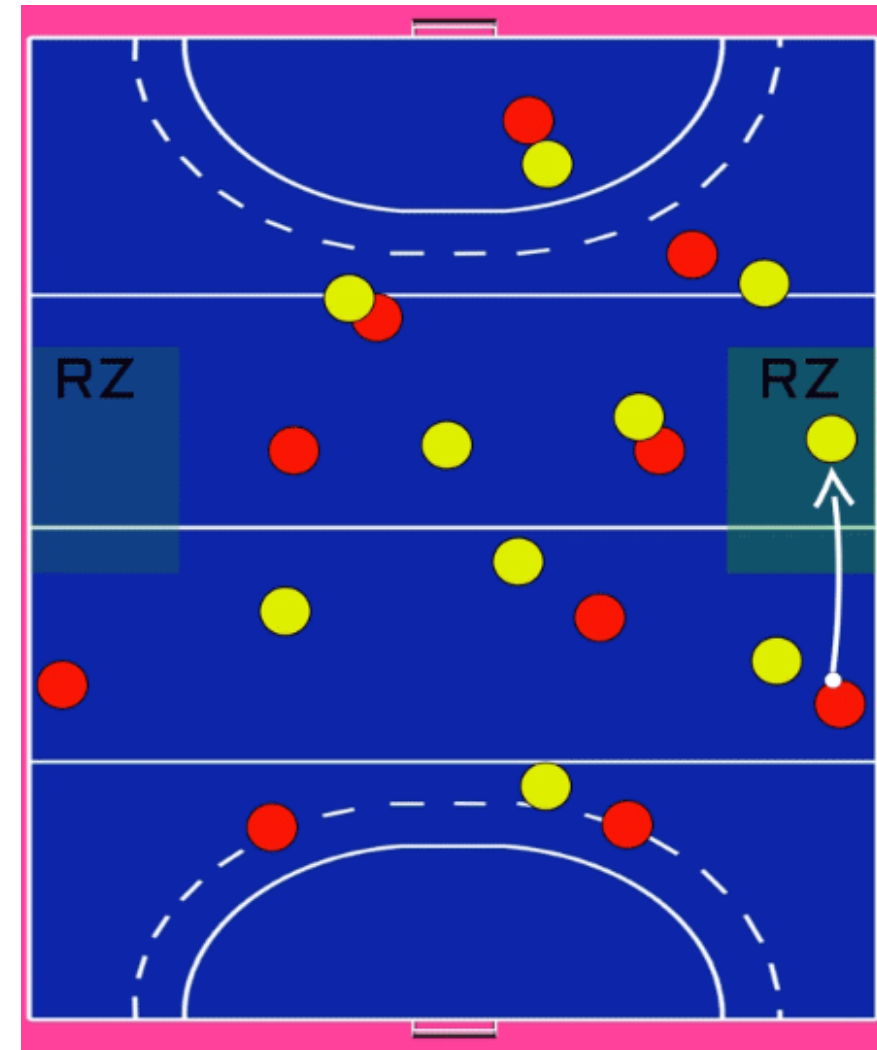
- Bei einem Seitenwechsel des Balles, sollte das gesamte Team als Block agieren und so die Struktur aufrecht erhalten.
- Jetzt wollen wir, dass, sobald der Außenverteidiger den Ball erhält, Druck auf ihn ausgeübt wird. Dies machen wir in einem Winkel, der ihn dazu bringt, den Ball die Linie entlang zu spielen.
- Unser Flügel sollte diagonal Druck ausüben um den Pass zur Box (oder zum inneren Mittelfeldspieler) zu verhindern, während unser Mittelstürmer gleichzeitig den Pass nach hinten unterbindet.



Wie Struktur funktioniert

Abfangen

- Nun muss nur noch gewartet werden, bis der Verteidiger passt, die Spieler in der Zone sollten nun den Ball abfangen: Der linke Mittelfeldspieler sollte zur Seitenlinie laufen (aber nicht zu früh) und bereit sein, den Ball abzufangen, auch wenn er einen Verteidiger deckt. Alle unsere Mittelfeldspieler sollten horizontal verschieben, sodass jemand seinen Spieler übernimmt und die Gegenseite offen bleibt, wo der Ball niemals hingespielt wird.
- Der Verteidiger dieser Seite ist auch bereit, falls der Mittelfeldspieler nicht rechtzeitig außen ist und verteidigt. Einer dieser beiden sollte auf jeden Fall den Ball bekommen!



Teilungs - Pressing

Wird häufig von internationalen Teams verwendet, wobei im Spiel gegen den Ball im Wesentlichen der Mittelstürmer weit vorne agiert, und die gegnerischen Innenverteidiger daran hindert, sich den Ball zuzuspielen. Sobald er zwischen die Innenverteidiger geht, zwingt er den letzten Mann zum Dribbling oder zum schweren Pass. Dies teilt das Spielfeld im Wesentlichen in der Längsrichtung von 7 Meter zu 7 Meter auf. Die Aufgabe des Mittelstürmers ist es, den Ball, der von L > R oder R > L über diese imaginäre Linie geht, zu unterbinden. Im Wesentlichen ist es einfacher, ein 30 Meter breites als ein 60 Meter breites Feld zu verteidigen.

Halfway box - in press

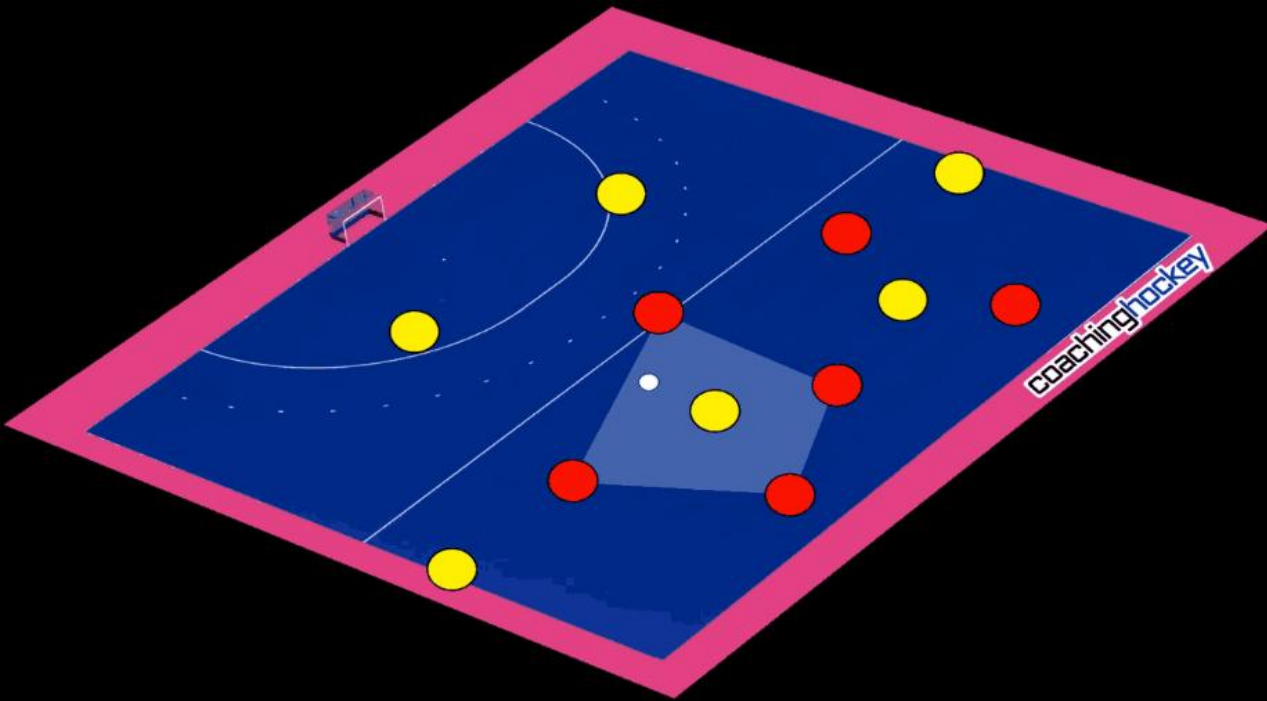
Can be used as a kind of half court press, but allows the opponent to get into a space, around the halfway and usually within 5 yds of the “touchline”.

All of a sudden all forward space and options have been denied, the defender turns around for their easy outlet/transfer through the remainder of the back4, only to find that the defence has arched round and now that option has disappeared too.

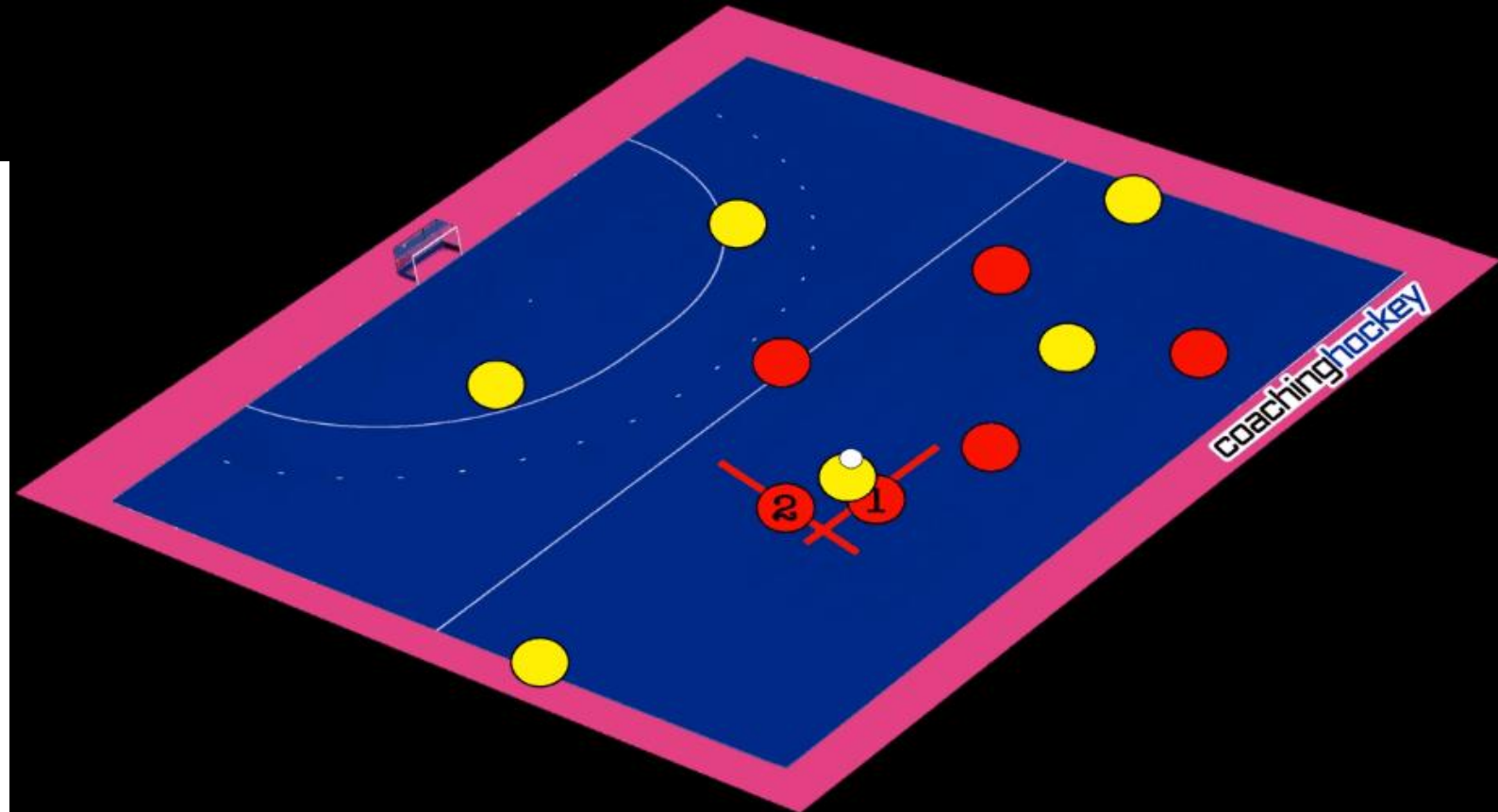
Think of a scorpion tail going from flat to bent!

Pressing in der Box

Spieler 1 (hinter dem empfangenden Spieler) muss einer der Ersten sein, der sich aktiv einschaltet. Andernfalls dreht sich der gegnerische Spieler um und greift weiter an.



Spieler 2 (Stürmer von außen) ist dafür verantwortlich, Druck auszuüben, und stellt gleichzeitig sicher, dass sein Verteidiger den Ball nicht bekommen kann. Diese beiden Spieler sind dafür verantwortlich, den Gegner zu blockieren: Ihre Hauptaufgabe besteht nicht darin den Ball zu bekommen. Wenn sie ihn richtig blockieren, können unsere anderen Spieler versuchen ihn zu attackieren, und falls er entkommt, ist unser Verteidigungssystem immer noch nicht geschlagen.

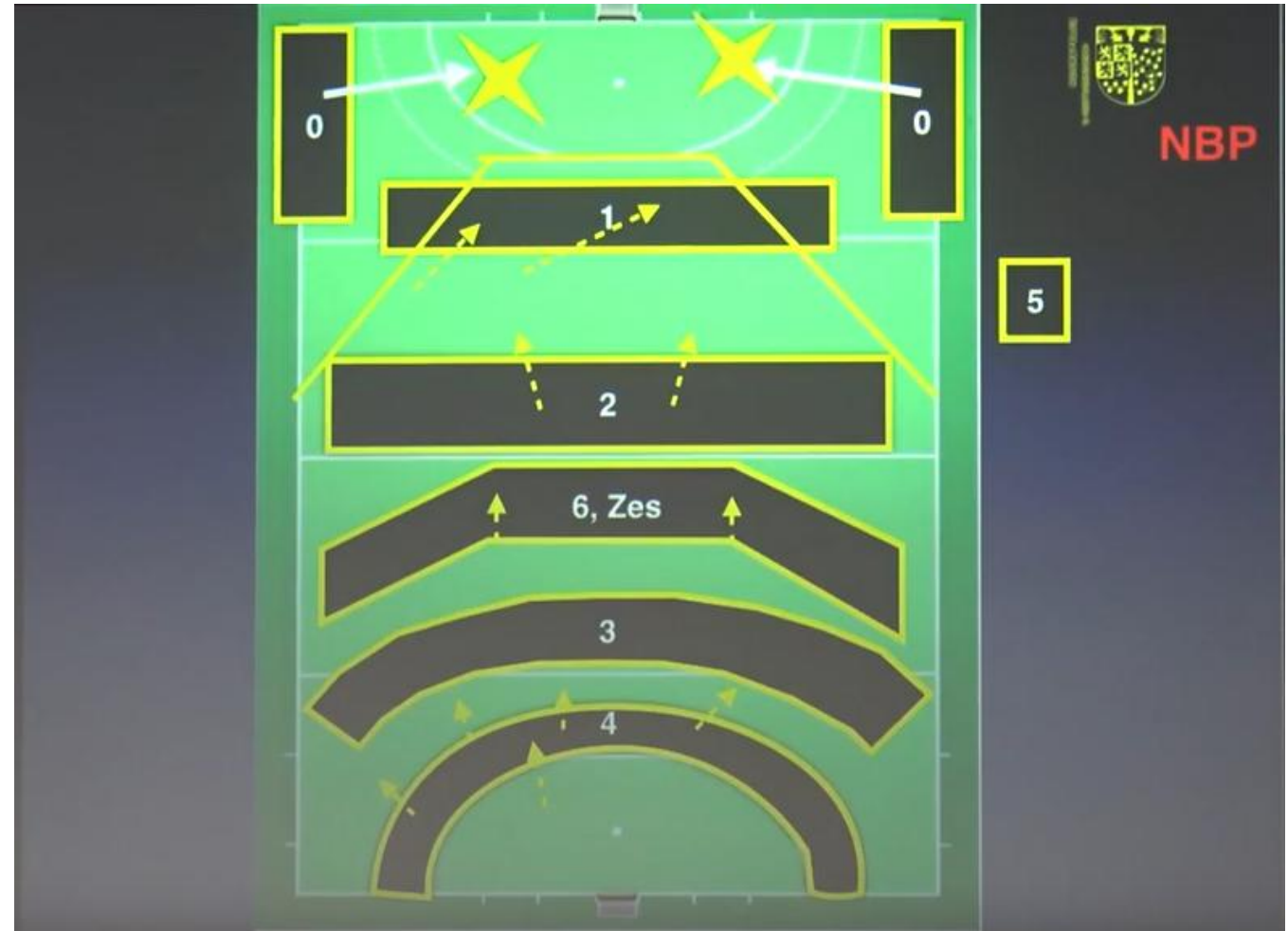


Balleroberung beim HC Den Bosch Herren-Team

Spiel Zonen:

Die Herrenmannschaft von HC Den Bosch verfügt über 7 verschiedene Spielsysteme für die Balleroberung - jeder Spieler kennt die dazugehörigen Taktiken.

Der Kapitän ist für das Rufen der jeweiligen Nummer verantwortlich.



Rezepte gegen ein Pressing

- Spiele den Ball so, dass der Empfänger immer Zeit und Raum hat, um zum nächsten Spieler weiterzuspielen.
- Das Offensivteam darf nicht in Räume gelockt werden, die schnell geschlossen werden können. Die Offensivmannschaft kann aber z.B. einen langsamen Pass von links nach rechts im Rücken spielen, um den Gegner dazu zu bringen diese Seite zu attackieren. Der Ballführende jedoch kann den Ball schnell wieder auf die andere Seite bringen um dort den Raum zu nützen. (Anspiel muss immer möglich sein)
- Pressing kann durch sehr weites Spiel verhindert werden, oder durch sehr intelligentes Spiel.
- Internationale Teams wenden unterschiedlichste Taktiken als Reaktion auf Pressing an.

Grundsätze bei Pressing des Gegners

- Erkenne die Art des verwendeten Pressings (Videoanalysen).
- Spiele viele Pässe auf freie Spieler, die idealerweise mindestens zwei Passoptionen haben, wenn sie den Ball erhalten.
- Lasst nicht zu, dass die andere Mannschaft vorschreibt, wie der Ball gespielt wird. Ballführende Spieler müssen die Fähigkeiten haben, den Ballfluss mit einer Täuschung zu ändern, sich zu drehen, zurückzuziehen, und müssen in der Lage sein, den Ball bei Pressing vor dem Gegner abzusichern.
- Bewegen Sie den Ball immer zu Ihrer zahlenmäßig stärkeren Seite oder zu der Seite, auf der Platz ist und die Möglichkeit besteht, zurück oder seitlich zu gehen, um dem Pressing zu entgehen.

Grundsätze bei Pressing des Gegners

- Spielt den Ball in engem Spiel unter vollem Druck zur Seitenlinie. Ein Ballverlust führt nicht zu einem Tor oder PC. Die Regel hier ist, dass der Spielstand die Art und Weise beeinflusst, wie du mit dem Pressing umgehst. Wenn ihr vorne seid, spielt den Ball auf die rechte Seite und spielt kurze kontrollierte Pässe, um Tempo zu machen.
- Denkt an die Stellung des gegnerischen Teams, wenn Ihr den Ball in einer bestimmten Position verliert. Der gegner wird den direkten Weg zum Tor suchen, wenn er möglich ist. Deshalb sollten möglichst viele Spieler in diesen Bereich gebracht werden.
- Spielt Sie den Ball nicht nach hinten, es sei denn, der Spieler hat viel Zeit und Raum, um den Ball zu verarbeiten.

Grundsätze bei Pressing des Gegners

- Sucht nach einem Pass, um die Verteidigung zu umspielen. Diese Pässe sind schwer anzunehmen und müssen durch ein Ändern der Stellung gegen das Pressing hergestellt werden.
- Wenn es sich um ein Manndeckungs-Pressing handelt, müssen sehr genaue Pässe gespielt werden. Spielt auf die gegnerischen Beine, um den Spielfluss zu stören, oder lässt das andere Team den Ball vom Spielfeld stoßen.
- Die Teamkollegen um den Spieler, der den Ball erhält, müssen sich in eine spielbare Position bewegen sodass der Empfänger mehrere Optionen hat, an die er weitergeben kann. Zu oft bekommt ein Spieler den Ball und muss feststellen, dass sich seine Teamkollegen hinter den Verteidigern befinden.

Grundsätze bei Pressing des Gegners

- Seid geduldig, das frustriert den pressenden Gegner.
- Spielt den Ball auf die Füße des pressenden Gegners.
- Spielt Hehebälle
- Studiere das gegnerische Team vorweg.
 - A. Was machen sie, wenn sie angepresst werden?
 - B. Wie spielen sie den Ball raus?
 - C. Wer kann mit dem Druck nicht umgehen?
 - D. Können sie den Ball schnell von einer Seite zur anderen wechseln und Gegenangriffe ausführen?
 - E. Haben sie Stürmer, die einen Hebeball im Lauf annehmen können und im 1:1 gegen einen Verteidiger bestehen und ein Tor schießen?

Grundsätze bei Pressing des Gegners

- Lassen wir die Pressingline etwas kommen. Spielen wir den Ball auf Stürmer, die zwischen den Verteidigern in die Lücken zurücklaufen. Diese Passes erfolgen zwischen den Pressinglinien. Der Stürmer spielt den Ball dann weiter an einen Spieler zwischen den beiden Pressinglinien.
- Wenn wir einen starken Verteidiger haben, der den Hebeball auf die Flügel spielen kann, muss das gegnerische Team abschätzen, ob es Pressing spielen kann, ohne hinten in Probleme zu geraten.
- Wenn Zeit und Raum im Rücken vorhanden, geht bis zur Pressingwand, dreht ab und spielt den Ball wieder nach hinten.