



Regionalauswahl U16 Mädchen

Bericht Trainingstag vom 20.09.2009

Am Sonntag, 20.09.2009 absolvierten die U16-Auswahlspielerinnen einen Trainingstag im Berner Neufeldstadion. Im ersten Training arbeiteten die Abwehrspielerinnen und Torhüterinnen am Verhalten in der Vierkette und die Mittelfeldspielerinnen und Stürmerinnen an den Laufwegen beim Flügelspiel und dem Timing bei Pässen in die Tiefe. Stimmungshöhepunkte waren aber das „Pferderennen“ und das Abschlusspiel, an denen jeweils alle 22 Spielerinnen gemeinsam beteiligt waren.

Nach dem Mittagessen gab der Trainerstab eine Theorielektion, welche allgemeine Informationen zu den Selektionen, Standard-Situationen, ballorientiertes Verteidigen und taktische Grundsätze der 3 Zonen beinhaltete.

Im Nachmittagstraining ging es dann darum, das Gelernte gleich anzuwenden. Das klappte nicht ganz wunschgemäß, weil einige Spielerinnen langsam müde waren. Aber nach einem langen Fussballtag (für viele am Ende einer langen und intensiven Fussballwoche mit bis zu 3 Spielen) darf man auch müde sein.

Alles in allem haben wir Trainer eine positive Bilanz des Tages gezogen. Wir konnten viele wichtige und grundlegende taktische Aspekte ansprechen und denken, dass die Spielerinnen einiges mitgenommen haben.

Ich danke dem FVBJ für die zur Verfügung gestellten Mittel und allen Anwesenden herzlich für den Einsatz und den tollen Tag!

Andreas Pfister
Trainer U16