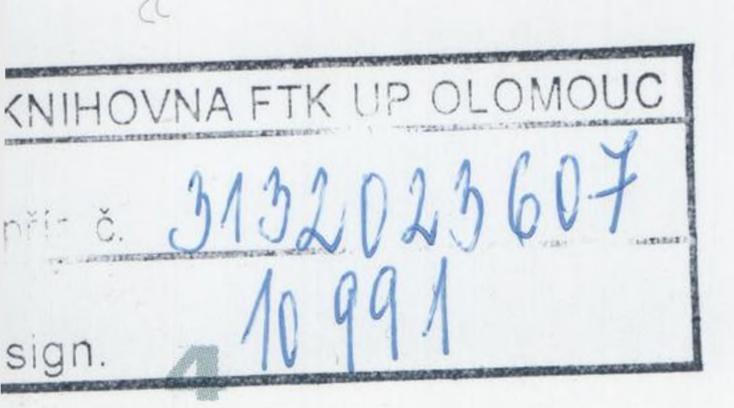


CZ.1.07/2.2.00/18.0011 TV a sport

EINLEITUNG	6
Der Individualist hinter der Mannschaft	6
Vorworte	
BBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBB	12
Wieland Schmidt: Das Phantom kam durch die Hintertür	
Hennig Fritz: Auf Umwegen zur Nummer 1	
Zwei Generationen Weltklasse	and the second s
GRUNDLAGEN	46
Rolle des Torhüters in Team und Spiel	48
Voraussetzungen für eine Torhüterlaufbahn – wer wird ein Weltklassekeeper?	54
REPERTOIRE	60
Ausgangsstellung und Grundbewegung	62
Grundtechniken	
Abwehr hoher, halbhoher und flacher Würfe	
Technik der Sprung- und Standabwehr	
Abwehr von Hebern	
Abwehr von Drehern	nominate to the trade to the tr
SPIELSITUATIONEN	09
SPIELSITUATIONEN	04
<b>Teamwork ist entscheidend</b>	84
Distanzwürfe abwehren	86
Schlagwürfe abwehren	94
Kooperation Torwart – Abwehr	98
Abwehr von Würfen von den Außenpositionen	102
Abwehr freier Würfe vom Kreis	108
Abwehr von Würfen aus Gegenstößen	116
Torwartverhalten bei Siebenmeterwürfen	120
Der Siebenmeter-Krimi von Athen 2004	122
Olympiaqualifikation Montreal 1976	128
Gegenstoßeinleitung	130



	TRAINING	138
Fitness ist die Basis		140
Hennings Aufwärmprogramm		142
Ballgefühl		148
Beinarbeit und Grundbewegungen		154
Sprungabwehr gegen freie Würfe		164
Reaktionsschnelligkeit		166
Muttraining		174
Psychologie	PSYCHO	1 7 6 178
Torhüter und Abwehr		182
Während des Angriffs		183
Spielvorbereitung		184
Schutz vor Verletzungen		186
		190