



Triumphmarsch im Sand der Copacabana: Ludwig/Walkenhorst machten alles richtig. Mit einem Wort: Sensationell!

alle fotos: fivb

SENSATIONELL...

... ist der Lieblingsbegriff, mit dem **Jürgen Wagner** die Leistungen seiner Schützlinge beschreibt. Genau so waren die Auftritte der Olympiasiegerinnen in Rio de Janeiro. **Andreas Künkler**, Schriftleiter Beachvolleyball unserer Rubrik „Volleyballtraining“, analysiert die Spiele von **Ludwig/Walkenhorst**

An der Copacabana wurde Geschichte geschrieben: Nie zuvor war im Beachvolleyball ein europäisches Frauenteam in ein olympisches Halbfinale vorgedrungen, geschweige denn wurde je eine Medaille gewonnen. Noch nie gab es so souveräne Olympiasieger im Beachvolleyball – unabhängig vom Geschlecht. Kira Walkenhorst und Laura Ludwig haben in diesem Jahr die World Tour dominiert, gingen in Rio als Favoritinnen an den Start und wurden ihrer Rolle mehr als gerecht. In den sieben Begegnungen wurde die Spielleistung kontinuierlich verbessert, die Gegnerinnen waren von Runde zu Runde chancenloser.

In diesem Beitrag werden die Aspekte des Erfolges fachlich beleuchtet. Aus allen Spielen werden auffällige Faktoren vorgestellt, ohne eine vollständige Spielanalyse zu liefern. Außerdem werden – unter Verwendung der FIVB-Statistiken – Spielelemente in Relation zur Konkurrenz betrachtet. Sie gestatten mir bitte, den Begriff „sensationell“ bei meinen Erläuterungen ebenfalls zu verwenden.

Das Konzept des Teams

Um gegen die Besten der Welt zu bestehen, bedarf es einer guten Teamstruktur und Periodisierung. Beides ist im Team Ludwig/Walkenhorst vorbildlich verankert. In der aktuellen Struktur der besten Beachvolleyballer in Deutschland werden Kleinteams aufgebaut, die autonom arbeiten. Eine zentrale Steuerung und Synergieeffekte mit anderen Spitzenteams sind kaum vorhanden. So wurden die großen Erfolge im Beachvolleyball in der Vergangenheit erzielt.

Auch die Olympiasiegerinnen haben ein Kleinteam um sich versammelt: Cheftrainer und Kopf des Systems ist Jürgen Wagner, der die Leitphilosophie vorgibt, den Betreuerstab koordiniert, die Formsteuerung übernimmt sowie Teile des Balltrainings und der Wettkampfbetreuung leistet. Helke Claasen ist die zweite Balltrainerin, sie leitet überwiegend das Balltraining am Heimatstützpunkt des Teams, dem OSP Hamburg/Schleswig-Holstein. Weiterhin kommt sie bei Trainingslagern und der Turnierbetreuung zum Einsatz.

Anett Szigeti ist für die sportpsychologische Betreuung verantwortlich und begleitet das Team bei vielen Turnieren. Neben diesen fixen Größen wurde das Team in Rio durch den Scout Ron Gödde und Physiotherapeut Jochen Dirksmeier komplettiert. Weitere Mitarbeiter des DVV und aus dem medizinischen Bereich waren in Rio für alle deutschen Beachvolleyballer zuständig. Die Bedeutung des Teams um das Team stellte Laura Ludwig nach dem Finalsieg heraus: „Jürgen hat uns beigebracht, handlungsorientiert zu denken (siehe Seite 15). Helke und Anett haben geholfen, uns auf alle Situationen vorzubereiten. Die medizinische Abteilung hat großartige Arbeit geleistet: Nach dem Halbfinale habe ich mich sehr müde gefühlt, heute wie 25.“

Die Formsteuerung ist ein Steckenpferd von Wagner. Dem Trainer gelang es erneut, seine Spielerinnen athletisch auf den Punkt fit zu bekommen. Selbst innerhalb des Turniers war ein Anstieg zu erkennen, besonders Kira Walkenhorst hatte in den letzten beiden Spielen deutlich mehr Handlungshöhe als zu Turnierbeginn. Der Armzug beider Athletinnen wurde zunehmend schneller, was sich positiv auf Angriff und Aufschlag auswirkte. Eine solche Periodisierung innerhalb eines Wettkampfs funktioniert nur, wenn eine hohe Grundqualität vorhanden ist und nicht bereits in der Vorrunde die maximale Spritzigkeit vorliegen muss. Die technischen Tools werden im Vorfeld etabliert, der situative Abruf kann dann im Turnier erfolgen. Vor allem die offensiven Elemente gewinnen an Effektivität, wenn die Spritzigkeit zunimmt.

Eine andere wichtige Komponente war die mentale Steuerung des Teams. Schließlich ist der Rhythmus bei Olympia anders als auf der World Tour. Wer nur alle zwei Tage spielt, hat viel Zeit zum Nachdenken. Zudem kann die Spannung nicht ständig aufrechterhalten werden, muss aber rechtzeitig vor dem nächsten Spiel wieder aufgebaut werden.



Erstes Gruppenspiel gegen Elghobashy/Nada (EGY), 2:0 (21:12, 21:15)

Thema: Erster Einsatz bei Olympischen Spielen

Für Kira Walkenhorst bedeutete das Spiel gegen Ägypten den ersten Auftritt bei Olympischen Spielen, während Laura Ludwig bereits in Peking und London dabei war. Deutsche Beachvolleyballer schafften es bislang nie, bei ihrer ersten Olympiateilnahme die beste Leistung zu zeigen. Medaillengewinner Brink, Reckermann, Ahmann und Hager brachten ihre Topleistung alle erst beim zweiten Turnier.

Ein großer Vorteil für Kira Walkenhorst war, dass Wagner und Laura Ludwig schon Olympiaberfahrung hatten und sie gut auf den Mythos vorbereiten konnten. Zudem begleitete Teampsychologin Anett Szigeti das Duo bereits während der Qualifikationsphase intensiv und stimmte es auf Rio ein. Sie brachte ihre Athletinnen mental dazu, ihr Leistungspotenzial unter besonderen Bedingungen auszuschöpfen.

Dazu gehören die eigene Erwartungshaltung, die der Medien, die Bürde ein ganzes Land zu repräsentieren, der Turnierrhythmus, der Tagesrhythmus mit frühen und sehr späten Wettkämpfen, wechselnde äußere Bedingungen, kleinere Verletzungen und das unfaire brasilianische Publikum. Alles das sind Faktoren, die leistungshemmend sein können, wenn ein Team nicht richtig auf sie vorbereitet ist.

Olympia kann bei Sportlern Angst auslösen. Auch die hohe Wertigkeit dieses Wettkampfs erzeugt Druck, der sich negativ auf die Aufmerksamkeitsleistung auswirkt. Um dem standzuhalten, wurden Mechanismen der Selbststeuerung erarbeitet, durch die im ersten Spiel die Handlungsorientierung aufrechterhalten werden konnte.

Nach nervösem Start gelang es den Deutschen, die mentalen Prozesse auf den nächsten Handlungsvollzug auszurichten. Ein typisches Beispiel hierfür war das Blocktiming von Kira Walkenhorst. Im ersten Satz sprang sie meist zu spät und wurde häufig von den mit deutlich geringerer Handlungshöhe agierenden Ägypterinnen angeschlagen. Danach war sie fokussierter, prompt gelangen einige Blockpunkte.

Sicherlich waren die Ägypterinnen ein dankbarer Auftaktgegner. Der Niveauunterschied war so gewaltig, dass selbst bei nicht optimaler Ausnutzung aller Qualitäten (zum Beispiel im Aufschlag), ein sicherer Sieg eingefahren wurde.

Zweites Gruppenspiel gegen Broder/Valjas (CAN), 2:0 (21:17, 21:11)

Thema: Defensivstrategien

Ein stabiles Sideout wird bei Weltklasseteams als gegeben vorausgesetzt. Bei Ludwig/Walkenhorst traf das in allen Turnierspielen zu. In der FIVB-Statistik belegten sie mit 61 Prozent erfolgreicher Sideouts den dritten Platz (Spitzenwert 62 Prozent). Die deutlichen Satzsergebnisse sind jedoch ▶

Kira Walkenhorst ist eine äußerst spielfähige Blockerin, die ihre Gegner im Angriff gern mal überrascht

auf viele Breaks zurückzuführen. Dafür sind die Elemente Aufschlag, Block und Abwehr verantwortlich. Das Thema Aufschlag wird später noch ausführlich behandelt.

Es gibt Angreiferinnen, die blockorientiert agieren. Das heißt, sie nehmen vor und kurz nach dem Absprung das Verhalten der Blockspielerin wahr und gestalten ihr Angriffsspiel entsprechend. Dabei handelt es sich meist um athletisch starke Spielerinnen, die hart schlagen und selten mit Shots agieren. Eine solche Athletin ist die Kanadierin Jamie Lynn Broder. Sie ist zwar klein gewachsen, verfügt aber über eine gute Dynamik und Sprungkraft. Broder war das Ziel der meisten deutschen Aufschläge.

Fast immer, wenn ein Aufschlag Wirkung erzielte und das Zuspiel aus dem Halbfeld erfolgte, war Kira Walkenhorst zur Stelle. Dann sprang sie – aus neutraler Blockposition – spät in die Diagonale. Auf diese Weise erzielte sie sechs Blockpunkte in zwei kurzen Sätzen. Diese Quote wäre selbst bei den Männern beachtlich, bei den Frauen ist sie sensationell! Im gesamten Turnierverlauf hatte Kira Walkenhorst mit 28 Blockpunkten die zweitbeste Statistik (Spitzenwert 30).

Scheitert eine Angreiferin häufig am Block, stellt sie ihr Spiel auf mehr Shots um. Genau so reagierte Broder, was jedoch keine gute Idee war. Denn nun setzte sich Laura Ludwig in Szene. Im Team wurde schon vor den Olympischen Spielen eine neue Abwehr-Ausgangsposition erarbeitet. Diese war enger am Blockschatten als üblich, also mehr in der Feldmitte. Von dort beobachtete Laura Ludwig das Handgelenk der Kanadierin, verschob ihre Position und startete Richtung Lineshot oder Cut. So wurden viele Shots abgewehrt und im Gegenangriff verwertet. Insgesamt kam Kanada auf eine Sideoutquote von lediglich 41 Prozent.

Drittes Gruppenspiel gegen Menegatti/Giombini (ITA) 2:1 (21:18, 18:21, 15:9)

Thema: Zweite Bälle

Im Spiel gegen die Italienerinnen beeinflusste der Wind das Geschehen mehr als an den anderen Tagen. Auch die Temperaturen waren für brasilianische Verhältnisse kühl. Beide Blockerinnen waren meist das Ziel der Aufschläge. Kira Walkenhorst und Laura Giombini spielen auf der rechten Seite, die Abwehrspielerinnen somit links. Beide Defensivspezialistinnen sind zudem Rechtshänderinnen. Bedingt durch den Wind kamen auf einer Netzseite bei beiden Teams einige Annahmen zu dicht ans Netz. Laura Ludwig und Marta Menegatti lösten dieses Problem oft, indem sie den zweiten Ball angriffen. Dabei war die linke Schulter am Netz, der Schlag musste also aus einer Rotation nach links erfolgen. Als Folge wurde der Ball oft Richtung Position VI oder V angegriffen, denn ein Angriff auf die Position I erfordert eine sehr weite Drehung in der Hüfte, der Schulterachse und im Schlagarm. Alternativ agierten beide Abwehrspielerinnen mit Shots Richtung Position II. Beide Optionen waren meist erfolgreich. Vor allem, wenn die Blockspielerin aufschlag,



Kira Walkenhorst war in Rio eine Wand am Netz

blieb zu wenig Zeit, den Block-Abwehr-Verband zu stellen. Ein weiteres Argument für den Einsatz zweiter Bälle ist, dass ein Zuspielversuch bei sehr dichten Annahmen risikoreich ist. Die Gefahr technischer Fehler, einer Netzberührung oder eines ungenauen Zuspiels steigt.

Nach kurzen Aufschlägen auf die Blockspielerin wurden ebenfalls zweite Bälle eingesetzt. Dieses Mal allerdings nicht wegen einer dichten Annahme, sondern um die Partnerin zu entlasten. Nach kurzen Aufschlägen ist der Anlaufrythmus gestört, es wird weniger Dynamik aufgebaut. Zweite Bälle können helfen, den Angriff dennoch erfolgreich zu gestalten.

Achtelfinale gegen Forrer/Vergé-Dépré 2:0 (21:19, 21:10)

Thema: Verantwortung übernehmen

Wie üblich wurde auch in Rio meist eine Spielerin ausgeguckt und mit Aufschlägen eingedeckt. Erst, wenn sich damit längere Zeit keine Erfolge einstellen, kam Plan B zum Einsatz. Die jeweilige Zuspielerin in einer Etappe hat aber auch im Annahmehbereich eine große Verantwortung. Laura Ludwig formuliert es so: „Sich gegenseitig zu helfen, ist das A und O auf so einem Level.“

Die deutschen Aufschläge landeten zunächst bei Anouk Vergé-Dépré. Es wurden einige Breakchancen erspielt, jedoch vergeben. Nach der Technischen Auszeit im ersten Satz (11:10) kam Plan B zum Einsatz, und schnell wurden einige Breaks über Isabelle Forrer erzielt. Das Service der Schweiz landete meist bei Kira Walkenhorst, was dazu führte, dass der deutsche Annahmeriegel weiter nach rechts verschoben wurde. Laura Ludwig öffnete ihre linke Seite, um den Annahmestreifen ihrer Partnerin zu verkleinern. Meist bleiben die Aufschlägerinnen jedoch bei ihrer Strategie und nutzen die Chance auf ein Ass im freien Sektor kaum.

Eine besondere Bedeutung für Aufschlag und Annahme hat die Zone zwischen beiden Spielerinnen, der sogenannte „Husband-and-Wife-Bereich“. Hier ist Kommunikation das A und O, die meist zuspielende Partnerin kann übernehmen. Genau dies machten auch die Olympiasiegerinnen. Immer wenn die Aufschläge der Schweizerinnen in die Überschneidungszone flogen, übernahm Laura Ludwig Verantwortung. Doch die Qualität der Aufschläge war gut, die Deutschen mussten mit veränderten Rollen agieren (Laura Ludwig Sideout, Kira Walkenhorst Zuspiel). Zudem schafften es die Schweizerinnen, dass Laura Ludwig ungewohnt über Kopf oder durch die Mitte angreifen musste. Dadurch gingen im ersten Satz vier Sideouts in Folge verloren, Forrer/Vergé-Dépré führten mit 18:17 und 19:18.

Doch Laura Ludwig übernahm weiter Verantwortung für die Mittelzone und nahm damit Druck von ihrer Partnerin. Über



Freigespielt: Nachdem der Druck abgefallen war, stieg die Präzision

den starken Block-Abwehr-Verband schafften die Deutschen den Satzgewinn.

Der zweite Satz wurde zur ersten Demonstration der unglaublichen Aufschlagstärke. Isabelle Forrer brach im Sideout mehr und mehr ein. In der Satzmitte gelangen Kira Walkenhorst drei Asses über unterschiedliche Techniken und Richtungen. In dieser Phase versuchte Anouk Vergé-Dépré die „Husband-and-Wife-Zone“ zu übernehmen, produzierte dadurch aber selbst häufiger Fehler.

Die Unterstützung der Partnerin – auch durch spieltaktische Maßnahmen – ist auf diesem Spielniveau unerlässlich, allerdings kein Garant für Erfolg. Ein cleverer Gegner kann mit dem Aufschlag und Block-Abwehr genau solche Situationen für sich nutzen. In der Analyse hielten die Schweizerinnen im Aufschlag zu lange an ihrem Plan A fest, denn eine enorm stark agierende Kira Walkenhorst kam am Ende auf eine Angriffsquote von sensationellen 79 Prozent. Mit 64 Prozent im Turnierverlauf wurde sie zur effektivsten Angreiferin des Olympiaturniers.

Viertelfinale gegen Pavan/Bansley (CAN) 2:0 (21:14, 21:14)

Thema Aufschlagdruck

Im Viertelfinale kam die große Aufschlagstärke von Ludwig/Walkenhorst in einem ganzen Spiel zur Geltung. Sarah Pavan ist mit 1,96 Metern in der Weltspitze die längste Blockerin, Heather Bansley ist eine der schnellsten Abwehrspielerinnen. Deshalb ist es schwer, sein Sideout gegen dieses Team sicher zu halten. Kanada agiert ohne großen Aufschlagdruck und verlässt sich auf die Block-Abwehr-Qualitäten.

Der Schlüssel zum Erfolg waren die Aufschläge und ein gut agierendes Block-Abwehr-System. Heather Bansley wurde von Laura Ludwig mit schnellen Floats in die Diagonale (von Position V auf Position V) eingedeckt. Kira Walkenhorst schlug gerade von der VI auf die Innenseite der Kanadierin auf und agierte mit schnellen Floats und fallenden Aufschlägen.



Mit neuer Schlagtechnik und voller Dynamik: Laura Ludwig im Angriff

Heather Bansley gehört zu den besten Annahmespielerinnen der Tour, geriet aber zunehmend unter Druck. In den beiden Sätzen schafften die Deutschen sieben Asses: Sensationell! War der Aufschlag nicht direkt erfolgreich, erfolgte Bansleys Annahme häufig ungenau. Als Folge löste sich Kira Walkenhorst öfter vom Netz und verteidigte den Ball zusammen mit ihrer Partnerin. Heather Bansley stellte zunehmend auf Shots um. Darauf hatte Laura Ludwig nur gewartet.

Im zweiten Satz übernahm Sarah Pavan die Mitte und agierte im Angriff viel mit harten Bällen. Da sie einen langen Weg zu ihrem präferierten Angriffsort hatte, ging zunehmend die Wahrnehmung des Gegners verloren. Walkenhorst nutzte dies und blockte die Kanadierin trotz deutlicher Größenachteile mehrfach über gutes Timing ab.

In diesem Spiel stimmte bei der Breakgestaltung einfach alles, was die unterirdische Sideoutquote von 38 Prozent bei den Kanadierinnen widerspiegelt. Wagner sagte: „Wir haben es geschafft, über Aufschlag und Block-Abwehr eine solch brutalen Druck aufzubauen, dass sie immer kleiner wurden.“ ▶

Halbfinale gegen Larissa/ Talita (BRA), 2:0 (21:18, 21:12)

Thema: Körperliche Verfügbarkeit unter Druck

Im Halbfinale ging es gegen das erste brasilianische Team und 12.000 Zuschauer. Beide Teams standen unter großem Druck, unter diesem Vorzeichen begann das Spiel, in dem alle vier Spielerinnen zunächst nervös agierten. Ungewohnte Eigenfehler und unpräzise Handlungen bestimmten den Spielbeginn bis zur Satzmitte (11:14).

Nach einer Auszeit schaffte es zunächst Laura Ludwig den Druck über Freude am Spiel etwas abzubauen und lockerer zu werden. Sie zog ihre Partnerin mit, das Team punktete nun auch über Block und Abwehr. Walkenhorst beschrieb diese ungemein wichtige Phase später so: „Beim 11:14 haben wir uns in der Auszeit gesagt, dass wir uns lauter und besser präsentieren wollen. Wir hatten uns bis dahin von der Atmosphäre zu sehr erdrücken lassen.“

Diese Gefahr gegen das heimische Team war bekannt und wurde mental vorbereitet, wie Laura Ludwig berichtete: „Wir hatten Tools erarbeitet, um uns von der Kulisse nicht aus dem Spiel bringen lassen.“ Zum Beispiel, sich bei der Wahrnehmung voll auf das Sehen zu fokussieren und das Hören möglichst auszublenden. In dieser Phase kippte das Spiel, die Brasilianerinnen schafften es bis zum Schluss nicht, frei zu agieren.

Durch den viel zitierten Druck werden einzelne Handlungen undynamischer und die Wahrnehmungsfähigkeit lässt nach. Der Kopf trifft Entscheidungen, aber die Beine folgen nicht. Als beim deutschen Team die Freude am Spiel geweckt war und darüber der Druck abnahm, kehrte die mentale Frische wieder. Auch die athletischen Komponenten konnten voll abgerufen werden. Bis dato hatte das Team im Turnierverlauf noch nicht mit einer solchen körperlichen Verfügbarkeit agiert. Kira Walkenhorst dominierte das Geschehen am Netz über ihre Handlungshöhe, Laura Ludwig kontrollierte das Feld über unglaublich schnelle Abwehraktionen und souveräne Gegenangriffe. Die körperliche Präsenz der Deutschen war sensationell, weil der mentale Zustand dies zuließ.

Ein Indikator dafür war die veränderte Schlagtechnik mit mehr Geschwindigkeit im Arm. Diese Power kam jetzt voll zur Geltung und ermöglichte einige spektakuläre Angriffe und schnelle Floats. Darüber hinaus wirkte sich die körperliche Verfügbarkeit auf das Defensivspiel aus: Brasilien schaffte lediglich eine Angriffsquote von 37 Prozent. Besonders Talita gelang es nie, den Druck abzulegen (ein Ass, kein Block, viele Eigenfehler).

Finale gegen Agatha/ Barbara (BRA), 2:0 (21:18, 21:14)

Thema: Windspiel

Es war wie verhext. Der ganze Finaltag war von schönstem Wetter begleitet, kein Wind wehte. Dies änderte sich zu Spielbeginn um Mitternacht: „Wir haben uns bei Windstille eingespielt“, berichtete Kira Walkenhorst, „und plötzlich war auf dem Center Sturm. Alle haben etwas Zeit gebraucht, um sich damit zu arrangieren, dann ist es uns gut gelungen.“

Es gab nun eine gute und eine schlechte Seite, Brasilien erwischte bei der Seitenwahl (noch bei Windstille) zufällig die bessere. Der drehende Wind wirkte sich aus: Während Agatha und Barbara mit ihrem Aufschlag haderten, der häufig im Aus (mit Wind) oder im Netz (gegen Wind) landete, hatten die Deutschen Zuspieldprobleme. Die Annahme war nicht gewohnt sicher, häufig musste im Unteren Zuspield agiert werden. Diese Pässe wurden normal hoch angesetzt und vom Wind verweht. In der Konsequenz gab es einige ungewollte Netzduelle, kein Team setzte sich ab (13:13).

Dann folgte die Initialzündung beim Aufschlag und im Block. Laura Ludwig stellte ihre Aufschläge hoch über dem Netz in den Wind und setzte Barbara damit stark unter Druck. Kleine Spielerinnen verfügen über eine geringere Armlänge und können hohe Aufschläge in die Schultern nicht so gut kontrollieren wie große. Zudem kam der Hybridaufschlag zum Einsatz, bei dem der Ball wie beim Float angeworfen und dann mit Spin getroffen wird (siehe Seite 32).

Gegen den Wind fielen die Bälle schneller als von Barbara erwartet, die Folge waren schlechte Annahmen. Dadurch geriet die Abwehrspezialistin im Angriff zunehmend unter Druck und Kira Walkenhorst konnte am Netz zupacken. Diese Phase war ein perfektes Beispiel für gute Teamleistung und das Zusammenspiel von Aufschlag und Block. Das deutsche Duo setzte sich entscheidend ab (17:13).

Wagner erklärte es später so: „Die Brasilianerinnen sind sehr gute Windspielerinnen, aber Laura hat perfekt aufgeschlagen. Und Kira hat den Vorteil, dass sie sehr hoch ist.“

Die gute Handlungshöhe war auch in Satz zwei bedeutend, als Agatha vermehrt im Angriff agierte. Bei Wind stehen die Zuspiele selten optimal vor der Schlagschulter, deshalb muss im Angriff improvisiert werden. Spielerinnen mit weniger Handlungshöhe behelfen sich mit Shots, was Walkenhorst über ihren Blicksprung beim Block und die lange Zeit in der Luft ausnutzte. Im zweiten Satz gelangen der Deutschen vier Shotblocks gegen Agatha. Sensationell!

Die Elemente Aufschlag (Deutschland drei Asses, Brasilien keines) und Block (7:1 für Deutschland) waren beim Olympiasieger wesentlich effektiver. Nach furiosem Start über den konsequenten Einsatz dieser beiden Elemente geriet Satz zwei zum Triumphzug. Das Spiel war früh entschieden, es passte einfach alles. Den Worten von Kira Walkenhorst ist nichts hinzuzufügen: „Es war unser Plan, in Rio unser bestes Beachvolleyball zu spielen. Das ist aufgegangen.“ ■



Code auf volleyball.de: vm091603

„Alles unter Kontrolle“: Vor vier Jahren berichteten Markus Dieckmann und Lothar Linz in VT über die Mission Gold von Brink/Reckermann.