

# Ein himmlisches Kind

Kein Spielelement bringt unter Windeinfluss so große Vorteile wie der Aufschlag. Dirk Severloh, Trainer des Nationalteams Sara Goller und Laura Ludwig, beschreibt Grundsätze des Service bei Wind und gibt Tipps



FOTO: SAE

Acht Uhr morgens am Strand, der erste Blick geht hinüber zu den Bäumen und Fahnen an den Beachcourts. Ist der Seewind über Nacht aufgefrischt, oder herrscht gar Windstille? So oder ähnlich denken wohl die meisten Beachvolleyballer an den Stränden an Nord- und Ostsee. Alles nur ein Glücksspiel, oder gibt es doch taktische Möglichkeiten, den Wind für das eigene Spiel zu nutzen? Wie agieren eigentlich die Profis bei solch schwierigen Bedingungen? Dieser Beitrag soll Taktik und Technik des Aufschlages bei Wind näher beleuchten und Tipps für das Aufschlagver-

halten geben.

## Mentale Vorgehensweise

Anmerkungen zum Spielen bei Wind:

- ▶ Akzeptieren Sie, dass das Windspiel eine andere Spielform darstellt, als das ohne Wind. Es bietet aber trotzdem viele interessante Möglichkeiten, das Spiel zu gestalten.
- ▶ Versuchen Sie, den Wind zu nutzen. Ärgern Sie sich nicht über Fehler, die durch einen verwehten Ball entstehen.
- ▶ Stellen Sie nicht mental den Vergleich zu Spielsituationen ohne Wind dar, sondern konzentrieren Sie sich auf jede

Der Aufschlag bei Wind erfordert vor allem eins: Ballkontrolle

einzelne Herausforderung.

## Vorüberlegungen zum Wind-Service

Zunächst sollten Sie sehr genau prüfen, aus welcher Richtung und mit welcher Geschwindigkeit der Wind weht. Beobachten Sie die Fahnen, die es fast bei jeder Veranstaltung gibt. Weht der Wind konstant oder ändert sich die Windrichtung? Weiterhin haben Sie die Möglichkeit, etwas losen Sand aus der Hand rieseln zu lassen und die Verwirbelung zu beobachten.

Im Wesentlichen unterscheidet man drei Windrichtungen.

- ▶ Voll aufländig: Der Wind kommt konstant vom Wasser und trifft den Beachcourt von der Seite. Beide Feldhälften haben nahezu gleiche Windbedingungen.
- ▶ Der Wind, der aus Richtung Binnenland kommt, hat meistens keine große Bedeutung, da dieser durch Strandgebäude oder Dünen abgedeckt wird.
- ▶ Der Wind weht schräg aufländig entweder von der einen oder anderen Seite. Wir sprechen also von einer *Mitwindseite* und einer *Gegenwindseite*. Diese Bedingungen beeinflussen das Aufschlagverhalten ganz wesentlich. Sie kommen häufig vor und müssen genauer betrachtet werden.

## Die Mitwindseite

Von dieser Seite ist es deutlich schwieriger, die Annahme in Bedrängnis zu bringen. Versuchen Sie nicht, in die Hauptwindrichtung aufzuschlagen, sondern den Wind zu kreuzen. Die Länge des Aufschlages ist so schwieriger zu kontrollieren. Außerdem erzielen Sie den Effekt, dass der Ball in der Endphase des Aufschlages vom Wind nach links oder rechts verschoben wird.

Die Aufschläge sollten möglichst diagonal an die Seitenlinien positioniert werden. Der Annahmespieler hat so das Problem, den Ball nicht körpernah baggern zu können und mit dem Schultergürtel sein Spielbrett gegen den Wind stabilisieren zu müssen, was keine leichte Aufgabe darstellt.

**Tipp:** Kurze Aufschläge haben meistens nur geringe Wirkung, da der Wind den Ball in den hinteren Teil des Feldes drückt. Versuchen Sie also möglichst, den Annahmespieler durch den Aufschlag in eine Rückwärts- (seitwärts-)



FOTO: SAE

Anmut und Können: Stephanie Pohl aus Kiel weiß, wie bei Wind aufgeschlagen wird

**Bewegung zu drängen.** Als nächstes stellt sich die Frage, welche Aufschlagform die richtige ist: Sprungaufschlag oder besser nicht? Detaillierte Bewegungsbeschreibungen des Flatter- oder Floataufschlags und des Skyballs können Sie dem *Beach Pocket* in der Ausgabe 5/2008 des *vm* entnehmen. Der Floataufschlag ist die einfachere Variante, da er von der Mitwindseite nicht druckvoll aufgeschlagen werden muss. Der Effekt entsteht viel mehr, indem Sie den Ball etwas höher in den Wind schlagen und dieser unkontrollierbar zu einer Seite ausbricht. Zur besseren Kontrolle sollte der Ball etwas körpfernäher angeworfen werden und nicht in einer so starken Vorwärtsbewegung wie beim Jump-Float-Aufschlag getroffen werden.

**Tipp:** Probieren Sie vor dem Spiel unterschiedliche Anwürfe aus. Ziel ist es, den Ball mit möglichst gestrecktem Arm zu treffen. Konzentrieren Sie sich schwerpunktmäßig auf ein fixiertes Handgelenk und auf eine versteifte Handinnenfläche für die beste Ballkontrolle beim Abschlag. Der Topspin-Aufschlag ist Mitwind technisch sehr anspruchsvoll. Ziel dieser Variante sollte es sein, den Druck über die Geschwindigkeit zu erzeugen.

**Tipp:** Fokussieren Sie vor der Ausführung des Aufschlages den Zielort an und nicht den Annahmespieler, in dessen Richtung Sie den Ball spielen wollen.

Bei Mitwind-Aufschlägen sollten sich die Schwierigkeiten für den Annahmespieler durch die Notwendigkeit der schnellen Korrektur des Annahmeortes ergeben und den dadurch entstehenden Zwang, den Ball nur unkontrolliert hochspielen zu können.

**Die Gegenwindseite**  
Bevor ich näher auf den Aufschlag gegen den Wind eingehe, möchte ich zunächst eine Beobachtung wiedergeben: Oft ist ein Team erleichtert, auf die Gegenwindseite zu wechseln. Endlich besteht die Möglichkeit, selbst mehr Druck mit dem Aufschlag zu erzielen, nun wird alles viel einfacher. Diese Einstellung macht sich mental bemerkbar. Es entsteht eine Unkonzentriertheit beim Aufschlagverhalten, die oft in unnötige Fehler mündet.

**Tipp:** Volle Konzentration auf den Ablauf des Aufschlages. Verschlagene Aufschläge von der guten Seite sind doppelt ärgerlich. Dennoch ist die Gegenwindseite die bessere Aufschlagseite, vor allem Tennis- und Topspin-Aufschläge erzielen gute Wirkung. Von hier aus haben Sie alle Möglichkeiten, den Ball druckvoll aufzuschlagen. Wenn Sie über einen schnellen kraftvollen Aufschlag verfügen, lässt sich dieser von der Gegenwindseite hervorragend realisieren. Der Anwurf ist das wichtigste Element beim Topspin-Aufschlag. Am einfachsten ist es, den Ball in

## Aufschlag bei schwierigen Windbedingungen

Von Dirk Severloh



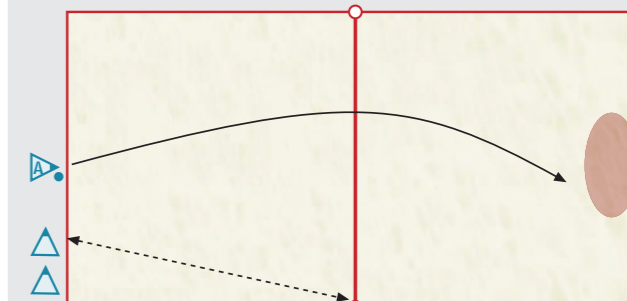
Für die Planung ist es wichtig, ob der Schwerpunkt in der Technikverbesserung oder aber in der Aufschlageffizienz liegen soll. Das hat Auswirkungen auf die Übungsreihenfolge. Kraft und Konzentrationsniveau müssen hoch sein, um eine saubere Ausführung zu gewährleisten. Technisch anspruchsvolle Übungen

sind in das erste Drittel des Trainings zu legen. Das Aufschlagverhalten verschlechtert sich unter Stress, wozu auch Wind gehört. Es gilt, diese Situationen im Training zu simulieren. Solche Übungsformen lassen sich gut im letzten Drittel des Trainings einbauen, wenn eine gewisse Ermüdung da ist.

### Übung 1: Triff die Zone

Spieler A hat sechs Aufschlagversuche und soll möglichst häufig eine vorgegebene Zielzone treffen (der Windsituation angepasst). Die anderen Trainingsteilnehmer erhalten an der Grundlinie – direkt neben dem Aufschläger – eine athletische Aufgabe (Vor- und Zursprünge über die Grundlinie oder Ähnliches). Sollte Spieler A die Zone nicht treffen, gibt es sofort für jeden Athleten außer dem Aufschläger eine Zusatzaufgabe

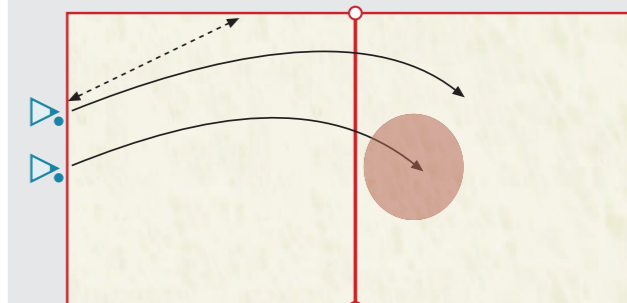
(zum Beispiel vier Kniebeugen). Begeht A einen Aufschlagfehler, gibt es für den Rest des Teams eine zusätzliche Sanktion wie beispielsweise Vierfüßlerbewegungen vorwärts oder rückwärts zu einem der beiden Netzpfosten. Jeder Athlet ist mindestens einmal in der Aufschlagsituation. Die maulenden Trainingspartner, welche Sanktionen für den Aufschläger erledigen müssen, werden Stress erzeugen.



### Übung 2: Den Kopf und den Körper anstrengen

Zwei Spieler arbeiten in der Aufschlagsituation gegeneinander, der Aufschlag erfolgt von der gleichen Seite. Rahmenbedingungen sind eine bestimmte Anzahl an Aufschlägen und vorgegebene Zielzonen. Trifft ein Athlet diese Zone, erhält er je nach Schwierigkeitsgrad Punkte, die er selbst zusammenaddieren muss. Begeht er einen Aufschlagfehler, gibt es eine kurze Sprintsanktion. Wird das Feld getroffen, aber nicht in die Zone, gibt es

keinen Punkt. Jeder Athlet ist selbstständig für das Holen der Bälle verantwortlich. Gewinner ist der Übende mit den meisten Punkten. Beide Spieler bieten vor dem Beginn im Falle einer Niederlage ihre auszuführende Sanktion an. Bei dieser spannenden und anstrengenden Übungsform haben beide Athleten zusätzlich noch sehr hohe mentale Anforderungen (Aufschläge zählen und Punkte addieren) zu erfüllen.



### Übung 3: Wettkampf Aufschläger gegen Annehmer

Ein Aufschläger agiert in einem Wettkampf gegen ein komplettes Team. Es werden Kurzsätze bis acht Punkte gespielt, jeder Ball wird ausgespielt. Bei einem Aass gibt es zwei Punkte für den Einzelspieler. Die Anforderungen an die Sideout-Situation können je nach Leistungsniveau der Trainingsgruppe selbst definiert werden. Schafft der zuspieldende Athlet es beispielsweise nicht, im Pritschen zu agieren, so

erhält der Aufschläger einen Punkt, gelingt das Obere Zuspielden, wird das Sideout-Team mit einem Punkt belohnt. Fehlaufschläge werden mit einem Punkt zugunsten des Teams in der Annahme gewertet. Welche Seite erreicht zuerst acht Punkte? Der Gewinner des Wettkampfs erhält einen Big-Point, danach werden die Rollen zwischen Aufschlag- und Annahmespieler getauscht.

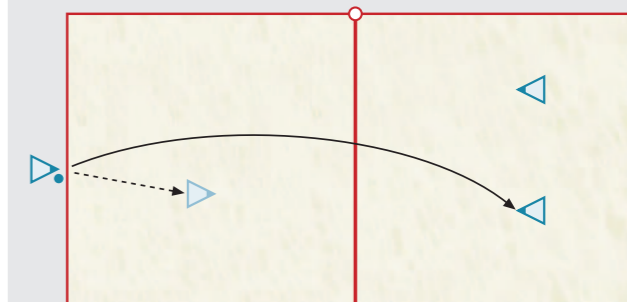




FOTO: FVB

**weiter auf Seite 36** ► einer ruhigen Position abzuschlagen. Der Ball sollte durch den Anwurf aus einer Hand (welche ist egal) in eine Gegenrotation gebracht werden. Diese Bewegung erfolgt aus dem Handgelenk und kann durch das schwingvolle Ziehen über die Fingerspitzen verstärkt werden. Grundsätzlich gilt die Faustregel: Je stärker der Wind weht, desto stärker sollte der Ball angedreht werden, um einen stabilen Abschlagpunkt zu erhalten. Der Ball soll nicht offensiv nach vorn angeworfen werden. Um die Beeinflussung durch den Wind möglichst zu minimieren, sollte der Absprung möglichst punktuell nach oben erfolgen. Außerdem ist von einem langen Anlauf abzuraten. Der Windeffekt ist beim Topspin-Aufschlag gering, da der Ball in einer stabilen Flugkurve das Netz passiert. Die interessantere und einfachere Möglichkeit ist es, mit dem Abschlagwinkel zu experimentieren. Schlagen Sie den Ball je nach Windintensität etwas höher in den Wind, und versuchen Sie, den Ball auf die letzten zwei Meter des gegnerischen Feldes zu platzieren. Bei einem solchen Aufschlag hat der Gegner meistens keine Chance zu antizipieren, da die Verwirbelungen des Balles

Das lieben alle Beachvolleyballer: Volle Pulle gegen den Wind aufschlagen

nur schwer erkennbar sind. Die Folge ist eine reaktive Improvisationshandlung, die großen Stress in der Sideout-Situation des Gegners hervorruft und zu leichten Fehlern führt. **Tipp:** Schlagen Sie den Ball in die Hauptwindrichtung, damit Ihr Aufschlag nicht ins seitliche Aus gedrückt wird. Ein Flatteraufschlag gegen den Wind ist schwierig und erfordert viel Kraft, dennoch kann auch diese Variante durch die Verwirbelungen für Schwierigkeiten in der Annahme sorgen. Die beste Möglichkeit, das eigene Aufschlagverhalten bei Wind zu verbessern, ist es, die Annahme und Zuspiesituation mit in das Training einzubinden. So fällt es am leichtesten, die Wirkungsweise unterschiedlicher Aufschlagvarianten kennenzulernen und zu verbessern. ■

### Der Autor

Dirk Severloh (38) arbeitet gemeinsam mit seinem Trainerkollegen Olaf Kortmann in der dritten Saison für das Erfolgsduo Sara Goller und Laura Ludwig. Seine Hauptaufgabe liegt in der Turnierbetreuung und dem Coaching der Deutschen Meister von 2006 und 2007. Zuvor war er für den SHVV und den DVV als Honorartrainer tätig.

### So kommt Ihr Turnier in den vm-Kalender

Sie wollen ein Turnier ausrichten und es einer breiten Öffentlichkeit ankündigen? Dann nutzen Sie doch unseren Turnierkalender. Dieses Service-Angebot ist für viele Leser eine hilfreiche Grundlage für die eigene Turnierplanung. Deshalb bieten wir allen Veranstaltern die Gelegenheit, ihr(e) Turnier(e) zu veröffentlichen. Einmalig **kostenlos** ist die Veröffentlichung, wenn vorher, gleichzeitig oder in einem Folgeheft des vm eine Ankündigung des betreffenden Turniers in Gestalt einer Kleinanzeige erfolgt (Größe 4,3 x 4 cm = 62 Euro; Größe 9 x 4 cm = 112 Euro, incl. Mehrwertsteuer). Größere Formate sind proportional teurer. Auskünfte gibt: Anzeigenabteilung, Peter Möllers, 0251/23 005 28. Sonst berechnen wir für die Ankündigung pauschal 30 Euro. Ihre Turnierdaten werden im nächsten

Heft (Erscheinungstermin: 26. Juni) veröffentlicht, wenn Sie den unten stehenden Coupon bis zum **13. Juni** an die **vm-Redaktion, Postfach 150105, 48061 Münster**, schicken. **Achtung: Senden Sie uns bitte Ihre Turnierangaben nach dem unten abgedruckten Muster.** Angaben aus in vorhergehenden Ausgaben geschalteten Anzeigen werden nicht übernommen.

Heft (Erscheinungstermin: 26. Juni) veröffentlicht, wenn Sie den unten stehenden Coupon bis zum **13. Juni** an die **vm-Redaktion, Postfach 150105, 48061 Münster**, schicken. **Achtung: Senden Sie uns bitte Ihre Turnierangaben nach dem unten abgedruckten Muster.** Angaben aus in vorhergehenden Ausgaben geschalteten Anzeigen werden nicht übernommen.

Termin	Ort/Bezeichnung	Spielklasse	Startgeld/Kautions	Meldefrist	Übernachtung	Rahmenprogramm	Ausschreibung	Kontaktadresse
--------	-----------------	-------------	--------------------	------------	--------------	----------------	---------------	----------------

### vm-Turnierkalender

Termin	Ort/Bezeichnung	Spielklasse	Startgeld/Kautions	Meldefrist	Übernachtung	Rahmenprogramm	Ausschreibung	Kontaktadresse
31. Mai/01. Juni	13. Soester Hanse-Turnier	Damen: KK - BK/ BeL - VL, Hobby-Mixed Herren: KK - BK/ BL - OL	60 € (inkl. 20 € Kautions)	01.05.2008	in Zelten rund um die Schützenhalle	Samstagabend Players Night in der Schützenhalle Lühringsen	04/08	H. Arens, Schützenstr. 31 59505 Bad Sassendorf Tel.: 0 29 21/6 34 48 soestertv-volleyball@gmx.de
01. - 03. August	Borkum/ NVV-B-Beach-Cup	offen (2 : 2)	40 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mega-Party im Festzelt mit D.J.</li> <li>• Catering</li> <li>• Frühstück</li> <li>• Beachswear-Angebot</li> </ul>	06/08	NVV, Ferd.-Wilhelm-Fricke-Weg 10 30169 Hannover Tel.: 05 11/9 81 93-15 Fax.: 05 11/9 81 93-99 E-Mail: beachreferat@nvv-beach.de Internet: www.nvv-beach.de
01. - 03. August	Borkum/ NVV-C-Beach-Cup	offen (2 : 2)	40 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	
01. - 03. August	Borkum/ NVV-Quattro-Beach-Cup	offen 60 Frauen 60 Männer 144 Mixed	45 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	

### vm-Turnierkalender

Termin	Ort/Bezeichnung	Spielklasse	Startgeld/Kautions	Meldefrist	Übernachtung	Rahmenprogramm	Ausschreibung	Kontaktadresse
08. - 10. August	Borkum/ NVV-2er-Mixed-Beach-Cup	offen, LK 1 60 Teams ab LL	40 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mega-Party im Festzelt mit D.J.</li> <li>• Catering</li> <li>• Frühstück</li> <li>• Beachswear-Angebot</li> </ul>	06/08	NVV, Ferd.-Wilhelm-Fricke-Weg 10 30169 Hannover Tel.: 05 11/9 81 93-15 Fax.: 05 11/9 81 93-99 E-Mail: beachreferat@nvv-beach.de Internet: www.nvv-beach.de
08. - 10. August	Borkum/ NVV-2er-Mixed-Beach-Cup	offen, LK 2 80 Teams bis BzL	40 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	
08. - 10. August	Borkum/ NVV-Quattro-Mixed-Beach-Cup	offen 144 Teams (2 Mä/2 Fr)	45 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	
08. - 10. August	Borkum/ NVV-Jugend-Quattro-Beach-Cup	offen U 19, U 17 U 15, U 13	30 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	
15. - 17. August	Borkum/ NVV-B-Beach-Cup	offen (2 : 2)	40 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mega-Party im Festzelt mit D.J.</li> <li>• Catering</li> <li>• Frühstück</li> <li>• Beachswear-Angebot</li> </ul>	06/08	NVV, Ferd.-Wilhelm-Fricke-Weg 10 30169 Hannover Tel.: 05 11/9 81 93-15 Fax.: 05 11/9 81 93-99 E-Mail: beachreferat@nvv-beach.de Internet: www.nvv-beach.de
15. - 17. August	Borkum/ NVV-C-Beach-Cup	offen (2 : 2)	40 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	
15. - 17. August	Borkum/ NVV-3er-Beach-Cup	offen 60 Teams (2 Mä/1 Fr)	45 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	
15. - 17. August	Borkum/ NVV-Quattro-Beach-Cup	offen 20 Frauen 20 Männer 60 Mixed	45 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mega-Party im Festzelt mit D.J.</li> <li>• Catering</li> <li>• Frühstück</li> <li>• Beachswear-Angebot</li> </ul>	06/08	NVV, Ferd.-Wilhelm-Fricke-Weg 10 30169 Hannover Tel.: 05 11/9 81 93-15 Fax.: 05 11/9 81 93-99 E-Mail: beachreferat@nvv-beach.de Internet: www.nvv-beach.de
15. - 17. August	Borkum/ NVV-6er-Mixed-Beach-Cup	offen 40 Teams (3 Mä/3 Fr)	45 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	
15. - 17. August	Borkum/ NVV-Senioren-Beach-Cup	offen (2 : 2) Männer und Frauen	40 € 40 €	01.07.2008	in eigenen Zelten		06/08	
30. August	7. Geraer Sommerturnier (12 Teams)	Landesliga - 2. Bundesliga (Damen)	30 €	25.06.2008	auf Anfrage		05/08	Klemens Müller Tel./Fax: 0365/23912 E-Mail: klemensm@t-online-de
30. - 31. August	29. Mindener Turnier	Herren/Damen LK I (2. BL, RL, OL) LK II (OL, VL, LL) LK III (Bel, BK, KL)	60 €	15.08.2008	in eigenen Zelten	Turnierfete mit Happy Hour Frühstücksbuffet	05/08	Peter Mehwald Tel.: 05 71/2 77 78 oder 8 29 33 80 Fax: 05 71/9 72 07 59 E-Mail: info@vcminden.de www.vcminden.de
30. - 31. August	Zweitagesturnier Volleyball des CVJM-Heeren-Werve in Kamen	Herren/Damen LK I (LL-OL) LK II (KL-Bel)	45 € 25 €	20.07.2008	Fr. und Sa. Turnhalle	Anreise ab Freitag möglich Samstag: große Fete mit DJ Sonntag: Frühstück	05/08	Eva Meyrahn, Goethestr. 3, 59174 Kamen Tel.: 0 15 20/5 14 06 17 E-Mail: e.meyrahn@gmx.de
06. - 07. September	25. Internationales Hallenturnier des Rheydter TV 1847	Da/He 1: BeL - LL; 2: BK - BeL; Jgd. C m./w.: 94 u. jü.; Mixed: 3 + 3	20 € 20 €	15.08.2008			06/08	Manfred Rolles, Nordstr. 29 a, 41236 Mönchengladbach Tel.: 0 21 66/42 08 45, Fax: 0 21 66/62 36 46 www.rheydter-tv.de