

Eva Pfaff

„Die Qualifikation zur WM 2007 ist dieses Jahr das wichtigste Ziel.“

Interview mit Silvia Neid, Bundestrainerin des Deutschen Fußball-Bundes (DFB) für die Frauen-Nationalmannschaft

Silvia Neid erlebte den rasanten Aufstieg des Frauen-Fußballs in Deutschland als Spielerin und als Trainerin. Von 1982 bis 1996 bestritt sie 111 Länderspiele mit der Deutschen Nationalmannschaft, gewann in dieser Zeit dreimal die Europameisterschaft (1989, 1991, 1995) und wurde 1995 Vize-Weltmeisterin.

Nach den Olympischen Spielen 1996 in Atlanta beendete sie ihre aktive Laufbahn, ließ sich an der Deutschen Sporthochschule in Köln zur Fußball-Lehrerin ausbilden und wechselte in den DFB-Trainerstab.

Dort erlebte sie als Assistentin von Bundestrainerin Tina Theune-Meyer die Siege bei der Weltmeisterschaft 2003 sowie den Europameisterschaften 1997 und 2001 ebenso wie den Gewinn der Bronzemedailien bei den Olympischen Spielen 2000 in Sydney und 2004 in Athen.

Seit August 2005 steht sie in der Verantwortung als Bundestrainerin. Das Gespräch mit Silvia Neid führten wir vor dem WM-Qualifikations-Spiel gegen Irland in Cottbus, das die deutsche Auswahl mit 1:0 gewann.

Eingegangen: 30.6.2006

Die DFB-Frauen nehmen dieses Jahr an der Qualifikation für die WM 2007 teil und spielen im nächsten Länderspiel gegen Irland. Was genau trainieren Sie vor einem solchen Spiel?

Die Trainingsinhalte vor einem Länderspiel richten sich zum einen nach dem Gegner, zum anderen nach meinen Eindrücken und Beobachtungen aus der letzten Zeit. Dabei ist mir aufgefallen, dass vor allem die Ballan- und -mitnahme bei den Frauen verbesserungswürdig ist. Dazu gehört auch das konsequente Zuspiel, d. h. die optimale Schärfe und das Timing des Passspiels. Diese Inhalte standen beim heutigen Training im Mittelpunkt.

Und worauf kommt es gegen Irland im Besonderen an?

Die Irinnen haben groß gewachsene Spielerinnen, sind sehr robust im Zweikampf und besitzen ein gutes Stellungsspiel. Wir werden permanent in die Situation kommen, wo wir uns vom Gegner befreien müssen. Meine Mannschaft soll diesen Stärken mit einer positiven Aggressivität und einer guten Raumaufteilung entgegen treten. Weil die Irinnen in der Mitte sehr kompakt stehen, heißt unser Motto für das Länderspiel „betont über Außen spielen“. Dazu soll sich die Außenverteidigerin mit einschalten, sodass eine 2-gegen-1-Situation entsteht.

Was macht man am Tag vor dem Spiel im Training?

Am Tag vor dem WM-Qualifikationsspiel sind Trainingsumfang und -intensität relativ gering; da geht es hauptsächlich um die Taktik für das Spiel.

Der Frauenfußball hat sich in den letzten Jahren unglaublich weiter entwickelt. Welche Verbesserungschancen sehen Sie da noch?

Sepp Blatter hat mal gesagt: „Die Zukunft des Fußballs ist weiblich“. Ich denke, dass es noch viele Verbesserungen geben kann. Schließlich spielen die Frauen erst 30 Jahre offiziell Fußball, und die Nationalmannschaft hatte 1982 ihr erstes Länderspiel – das ist kaum 25 Jahre her. So wie sich der Männerfußball in den gut 100 Jahren seit der Gründung des DFB stetig weiter entwickelt hat, sehe ich auch bei den Frauen noch viel Potenzial. Dieses liegt im Tempo, in der Athletik, der Technik und Taktik – da

entwickeln auch die Frauen sich permanent weiter.

Tempo und Technik haben sich stark verbessert – woran liegen diese sichtbaren Veränderungen?

Die Spielerinnen der Top-Mannschaften in der Bundesliga, also vom 1. FFC Turbine Potsdam, dem FCR 2001 Duisburg und dem 1. FFC Frankfurt, trainieren in der heutigen Zeit täglich. Durch das häufigere Training haben besonders die Nationalspielerinnen eine verbesserte Athletik.

Frauen-Fußball als Beruf – geht das?

Zu allererst achten wir bei unseren Spielerinnen darauf, dass sie eine Lehre machen oder studieren. Sie sollen mit beiden Beinen im Leben stehen. In dieser Zeit der Ausbildung können sie weiter leistungsorientiert Fußball spielen.

Zusätzlich eröffnet der DFB für Spielerinnen mit Perspektive für die Nationalmannschaft die Möglichkeit, sie bei der Sportförderkompanie der Bundeswehr unterzubringen. Eine Spielerin, die allein vom Fußballspielen leben kann, ist die absolute Ausnahme.

Zurück zu der spielerischen Entwicklung. In welchen Bereichen sehen Sie noch Potenziale für Verbesserungen?

Große Potenziale sehe ich in der Technik und durch vermehrte Bewegung, also auch im Spiel ohne Ball. Die Spielerinnen müssen sich durch Freilaufen anbieten, und das geschieht u. a. durch eine Auftaktbewegung. Damit kann sich eine Spielerin von der Gegnerin lösen oder sie zu einer Aktion verleiten. Es gibt u. a. folgende Auftaktbewegungen, die die Laufwege der sich freilaufenden Spielerin beschreiben:

- kurz kommen und lang wegstarten;
- kurz kommen, Gegner mitziehen und wegstarten;
- wegstarten, abbrechen und dann kommen.

Bezogen auf eine Spielsituation, kann z. B. eine äußere Mittelfeldspielerin nach innen ziehen, um Raum für die Außenverteidigerin zu schaffen. Diese wiederum startet in den freien Raum und bekommt den Pass diagonal zugespielt. Insgesamt entsteht durch eine verbesserte Technik beim Passspiel und durch ein gutes Laufverhalten ein besserer Spielfluss. Fußballspielen ist wie Schachspielen.

Wie viel Einfluss haben Sie auf die Trainingspläne der Spielerinnen?

Mit den Bundesligatrainern stehe ich in regem Kontakt, und nach den Länderspielen telefonieren wir immer. Wir überlegen dann gemeinsam, wie wir den Spielerinnen helfen können. Eine Empfehlung kann z.B. ein Zusatztraining mit Jungs sein, um das Passspiel oder das Zweikampfverhalten zu verbessern.

Bei der Vorbereitung auf die WM 2006 der Männer wurde viel über Fitness- und Konditionstests berichtet. Machen die DFB-Frauen auch solche Tests?

Vor Welt- und Europameisterschaften machen wir die gleichen Tests wie die Männer, um den Zustand der Spielerinnen zu erfahren. Sie werden an der DSHS in Köln konditionell durchgecheckt. Am Vormittag werden Schnelligkeitstests gemacht und dann folgt ein Ausdauerstest. Es handelt sich um einen Feldstufentest, bei dem Laktatwerte unter steigender Belastung gemessen werden.

Wie oft machen Sie diese Fitness-Tests?

In der Vorbereitung auf die WM 2007 wollen wir öfter Tests machen, damit wir Vergleiche haben. Die Fitness-Tests werden wir zu Anfang der Saison, in der Rückrunde und dann vielleicht noch mal im Mai, bevor die Spielerinnen in die Pause gehen, durchführen. Ca. 6 bis 8 Wochen vor der WM machen wir die letzte Untersuchung, damit – falls nötig – noch individuelle Maßnahmen ergriffen werden können. In den EM- oder WM-Jahren machen wir mehr Tests als in diesem Jahr.

Gibt es medizinische Untersuchungen?

Einmal pro Jahr schicken wir die Spielerinnen in die Sportklinik Hellersen nach Lüdenscheid, wo sie eine komplette internistische Untersuchung erhalten. Diese Informationen sind äußerst wichtig und geben dem Trainer- und Betreuungsteam den nötigen Rückhalt, um ein Fußballtraining auf höchstem Niveau durchführen zu können. Außerdem erfahren wir, ob die Spielerinnen voll belastbar sind, und worauf wir bei der Trainingssteuerung achten müssen.

Im Jahr 2006 findet keine große Meisterschaft für die DFB-Auswahl statt. Welche Inhalte stehen bei Ihrer Arbeit im Vordergrund?

Die Qualifikation zur WM 2007 ist dieses Jahr das wichtigste Ziel. Da nur der Gruppenerste durchkommt, kann man sich keinen Lapsus erlauben. Aber das ist auch ein Jahr, in dem ich viele Spielerinnen bei den Frauen, in der U21 und bei der U20-Weltmeisterschaft sehen möchte. Junge Spielerinnen bekommen die Möglichkeit, sich in die Nationalmannschaft hineinzuspielen. Ab Januar 2007 läuft dann der Countdown, die Vorbereitung auf die WM. Dann werden die Besten ausgewählt und das geschieht nach Leistung. Da spielt es keine Rolle, ob eine 33 oder 19 Jahre alt ist; jede Spielerin hat die Chance mitzukommen.

Sie sind seit August 2005 Bundestrainerin und haben im März 2006 den Algarve-Cup gewonnen. Wie kam es dazu?

Im Finale standen uns wieder einmal die USA gegenüber. Die Amerikanerinnen hatten schon ein halbes Jahr zusammen in Kalifornien trainiert, während wir nur ein kurzes Wintertrai-

legt und wir kamen immer besser ins Spiel. Ab der 95. Minute habe ich nicht mehr das Gefühl gehabt, dass wir verlieren könnten – schließlich haben wir im Elfmeterschießen gewonnen.

Das hört sich nach einer echten Teamleistung an.

Ja, zwar waren die Amerikanerinnen an dem Tag besser, aber die DFB-Frauen sind als Team aufgetreten und haben sich durchgesetzt. Wenn alle an einem Strang ziehen und jeder für den anderen da ist, d. h., wenn man einen guten Teamgeist hat, kann man Bäume ausreißen. Deshalb brauchen wir Spielerinnen, die alles dafür tun, dass das Team funktioniert.

Und was machen Sie, wenn jemand aus der Reihe tanzt und sich nicht in das Team einfügen kann?

Dieser Spielerin würde ich sagen müssen: „Es tut mir Leid, du kannst gut kicken, aber ich kann dich hier nicht gebrauchen“. Eine Mannschaft mit „elf Freundinnen“ ist eine Illusion, aber von erwachsenen Menschen verlange ich gegenseitigen Respekt und Akzeptanz. Diese Einstellung ist besonders wichtig, wenn die Mannschaft – wie bei der WM 2003 – acht bis zwölf Wochen zusammen ist.

Wie können Sie als Trainerin die unterschiedlichen Charaktere zu einem Team zusammenschweißen?

Als Trainerin habe ich viele Möglichkeiten, Einzelspielerinnen zu einem Team zusammen zu schweißen. Generell versuche ich, die Spielerinnen durch meine Hilfestellungen herauszufordern, damit sie zu einer Einheit zusammenwachsen und als Team aufzutreten lernen. Trai-

„Die Zukunft des Fußballs ist weiblich.“

„So wie sich der Männerfußball in den gut 100 Jahren seit der Gründung des DFB stetig weiter entwickelt hat, sehe ich auch bei den Frauen noch viel Potenzial.“

„Da spielt es keine Rolle, ob eine 33 oder 19 Jahre alt ist; jede Spielerin hat die Chance mitzukommen.“

„Eine Mannschaft mit „elf Freundinnen“ ist eine Illusion, aber von erwachsenen Menschen verlange ich gegenseitigen Respekt und Akzeptanz.“

ningslager absolviert hatten und dann zu dem Turnier anreisten. Ziel war schon, den Algarve-Cup zu gewinnen – aber wir hatten das Glück der Tüchtigen.

Die USA waren im Finale wirklich besser und hatten viele Torchancen, sie konnten aber in der regulären Spielzeit kein Tor machen. Unsere Torhüterin Silke Rottenberg war super aufge-



imago/Camera 4



Fußball ist ein Mannschaftssport – auch auf der Bank: Bundestrainerin Silvia Neid, dahinter Mannschaftsarzt Dr. Bernd Lasarzewski (dazwischen verdeckt: Ulrike Ballweg) und Physiotherapeutin Christel Arbinin (mit Sonnenbrille)

Image/ActionPictures

ningseinheiten wettkampfmäßig zu gestalten, gehört auch zu den Maßnahmen einer Teambildung. Beispielsweise lassen wir 4-gegen-4-Turniere austragen, spielen ein richtiges Turnier mit Siegerehrung oder lassen Jung-gegen-Alt-Tore ausschließen. Manchmal integriere ich die Spielerinnen in meine Überlegungen und motiviere sie zum

Mitdenken. Dann sollen sie ihre Ideen zu einem Schwerpunkt ausarbeiten wie „gutes Spiel über Außen – wie muss man sich als Mittelfeldspielerin oder Stürmerin verhalten?“.

Wie viel Zeit haben Sie mit der Nationalmannschaft seit dem letztem Jahr verbracht?

Vor Länderspielen treffen wir uns in der Regel montags und spielen donnerstags, d. h., wir haben nur wenig Zeit vor den Spielen. Mehr Trainingszeit gibt es, wenn wir zu Trainingslagern oder auf Turniereisen, wie den Algarve-Cup im März 2006, fahren.

Wie wird Frauen-Fußball in der Öffentlichkeit angenommen?

Frauen-Fußball wird inzwischen in der Öffentlichkeit gut angenommen und wir ziehen immer mehr Zuschauer und Interesse an. Die Frauen-Nationalmannschaft bestreitet auch auf Wunsch des Fernsehens mehr Länderspiele (Tab. 1).

Diesem Wunsch, dass die DFB-Frauen einmal pro Monat präsent sind, kommen wir gerne nach. So vergisst man uns nicht mehr.

Ist das Fernsehen jetzt bei allen Spielen dabei?

Heutzutage ja. Früher haben wir öfter unter Ausschluss der Öffentlichkeit gespielt und konnten so Spielerinnen und Spielzüge testen. Jetzt stehen wir ständig unter Beobachtung, wollen gute Spiele zeigen und den Frauen-Fußball im besten Licht darstellen. Dieses Jahr hat Eurosport sogar alle Spiele vom Algarve-Cup übertragen. Da muss man als Trainerin schon einigen Mut aufbringen, wenn man junge Spielerinnen testen und sie mit der Atmosphäre konfrontieren will.

Frauenfußball hat eine rasante Entwicklung genommen, wenn man bedenkt, dass das erste Länderspiel der Deutschen Nationalmannschaft erst 1982 stattfand.

Ja, das ist eine tolle Entwicklung. 1982 hatte ich auch mein erstes Länderspiel. Der richtige Durchbruch kam dann 1989 mit der Europameisterschaft in Deutschland. Im Finale haben wir 4:1 gegen Norwegen gewonnen und wurden das erste Mal Europameister im eigenen Land.

Kann man die Entwicklung des Frauen-Fußballs in Zahlen ausdrücken? Wie viele weibliche Mitglieder hat der DFB?

Der DFB hatte im Jahr 2005 rund 870.000 weibliche Mitglieder, davon 633.686 Frauen und 236.947 Mädchen (bis 16 Jahre). Im Mädchenfußball haben wir eine ganz erfreuliche Entwicklung, die sich in einem rund 20-prozentigen Zuwachs zeigt. Fußball ist – wie in den USA – Frauensport Nr. 1. in Deutschland. Am Spielbetrieb der Mädchen haben 4.113 Teams teilgenommen. Bei den Frauen beläuft sich die Zahl auf 3.577 Teams. Wenn pro Mannschaft 16 Personen gemeldet sind, kommt man auf 123.040 aktive Spielerinnen.

TAB. 1 Der deutsche Weg zur Weltmeisterschaft 2007

Datum	Paarung/Lehrgang	Ort	Ergebnis
1.09.2005	Länderspiel Kanada - Deutschland	Vancouver	1:3
4.09.2005	Länderspiel Kanada - Deutschland	Edmonton	3:4
25.09.2005	WM-Qualifikation: Deutschland - Russland	Siegen	5:1
20.10.2005	WM-Qualifikation: Deutschland - Schottland	Bayreuth	4:0
12.11.2005	WM-Qualifikation: Deutschland - Schweiz	Ulm	4:0
22.-28.1.2006	Wintertrainingslager	Spanien	
1.03.2006	Länderspiel Deutschland - China	Homburg/Saar	0:1
9.03.2006	Algarve-Cup: Deutschland - Finnland	Portugal	5:0
11.03.2006	Algarve-Cup: Deutschland - Schweden	Portugal	3:0
13.03.2006	Algarve-Cup: Deutschland - Norwegen	Portugal	1:0
15.03.2006	Algarve-Cup: Deutschland - USA	Portugal	4:3 n.E.
10.05.2005	WM-Qualifikation: Deutschland - Irland	Cottbus	1:0
3.08.2006	Länderspiel Deutschland - Italien	Krefeld	
26.08.2006	WM-Qualifikation: Irland - Deutschland	Dublin	
30.08.2006	WM-Qualifikation: Schweiz - Deutschland	Schaffhausen	
23.09.2006	WM-Qualifikation: Schottland - Deutschland	Perth	
27.09.2006	WM-Qualifikation: Russland - Deutschland	Moskau	
26.10.2006	Deutschland - England	Dresden	
23.11.2006	Deutschland - Japan	Karlsruhe	

WM-Qualifikationstermine, Länderspiele und Trainingslager der DFB-Frauen-Nationalmannschaft

Kommen wir zurück zur Nationalmannschaft – mit wem arbeiten Sie zusammen und welche Funktionen haben diese Personen?

Nach Cottbus sind wir mit unseren beiden Physiotherapeutinnen, Christel Arbini und Shyrin Spreitzer, sowie dem Mannschaftsarzt, Dr. Bernd Lasarzewski, gereist. Er ist Chefarzt der Sportklinik Hellersen in Lüdenscheid und wechselt sich mit Dr. Ulrich Schmid ab.

Vom DFB begleiten Pressesprecher Niels Barnhofer, Teammanagerin Simone Küster und Zeugwart Wolfgang Nebel die DFB-Frauen. Außerdem unterstützt uns noch der Torwart-Trainer Philipp Laux, ein ehemaliger Bundesliga-Torwart, und, last but not least, meine Co-Trainerin Ulrike Ballweg, mit der ich fußballtechnisch zusammenarbeite. Sie ist Verbandstrainerin beim Hamburger Fußballverband und kommt als Honorarkraft zu den DFB-Einsätzen dazu.

Hat die Frauennationalmannschaft auch einen Psychologen?

Philipp Laux, unser Torwart-Trainer, studiert Psychologie. Wir haben jetzt eine Spielerin, die ich zu ihm geschickt habe. Ich weiß nicht, um welches psychologische Problem oder Thema es ging, aber sie war äußerst zufrieden mit seiner Hilfe. Wenn in der Mannschaft Not am Mann ist, kann Philipp uns momentan weiterhelfen. Der Bereich Psychologie hat mich schon in der Trainerausbildung an der Trainerakademie in Köln angesprochen, und ich halte den Einsatz eines Psychologen grundsätzlich für sinnvoll. Bisher sind wir noch nicht soweit, aber man sollte das Thema überdenken, weil es uns weiterhelfen könnte.

Das sind alles in allem zehn Personen. Haben Sie die Betreuer von Tina Theune-Meyer übernommen?

Der Zeugwart ist neu, und die Co-Trainerin Ulrike Ballweg habe ich mitgebracht, mit ihr hatte ich schon bei der U19 zusammengearbeitet. Als klar war, dass ich Bundestrainerin der Frauen werde, habe ich sie gefragt, ob sie mitmacht.

Wie läuft die Zusammenarbeit im Betreuerstab ab?

Ich denke, dass Loyalität und Vertrauen ganz wichtig für eine gute Zusammenarbeit sind. In unserer Crew hat jeder seinen Arbeitsbereich und trägt die Verantwortung dafür. Abends setzen wir uns zusammen, besprechen den Tagesablauf und die Aufgaben für den nächsten Tag. Ich habe völliges Vertrauen in meine Crew, und das ist die Basis, um Erfolg zu haben.

Welche Ziele haben Sie für die Nationalmannschaft? Können Sie die Erfolge ihrer Vorgängerin fortführen?

Die Erfolge von Tina Theune-Meyer kann man nicht übertreffen. Mit ihr wurde die Mannschaft Weltmeister und erreichte drei Siege bei Europameisterschaften und zwei Bronzemedailien bei Olympischen Spielen. Nationen wie Ghana, Nigeria, Mexiko, China, Korea und Japan spie-

len inzwischen auch einen guten Fußball. Also bekommen wir neben Norwegen, USA, Schweden und Brasilien immer mehr Konkurrenz. Deshalb ist es mein Ziel, dass wir uns an der Weltspitze etablieren und konstant zu den besten vier Nationen gehören.

„Im Mädchenfußball haben wir eine ganz erfreuliche Entwicklung, die sich in einem rund 20-prozentigen Zuwachs zeigt.“

„... ich halte den Einsatz eines Psychologen grundsätzlich für sinnvoll.“

„Ich habe völliges Vertrauen in meine Crew, und das ist die Basis, um Erfolg zu haben.“

„Deshalb ist es mein Ziel, dass wir uns an der Weltspitze etablieren und konstant zu den besten vier Nationen gehören.“

Beim DFB haben Jürgen Klinsmann und seine Mitarbeiter neue Wege beschritten. Können Sie von seiner Arbeit für die Frauennationalmannschaft lernen?

Ja, natürlich können wir davon lernen, und ich finde die Ideen und Methoden von Jürgen Klinsmann gut. Als er Bundestrainer wurde, hat er zunächst einmal sein Umfeld begutachtet und seine Leute mit ins Boot geholt. Dadurch gab es einige radikale Veränderungen. Von seinem Training habe ich bisher nur Gutes gehört,

die Spieler schätzen seine Arbeit. Mir gefällt auch, mit welchem Selbstbewusstsein Klinsmann an schwierige Themen herangeht – er redet nicht nur, sondern lebt seine Einstellung vor: Offensiv denken und spielen.

Gibt es einen Austausch zwischen den Bundestrainern?

Wenig. Als ich Bundestrainerin wurde, hat Jürgen Klinsmann mir spontan seine Hilfe angeboten. Deshalb will ich ihn nach der WM anrufen und fragen, was für mich in Sachen Weltmeisterschaft bzw. deren Vorbereitung wichtig sein könnte, und mich informieren.

Die Fußballfrauen bekommen heutzutage Anerkennung und Unterstützung von den Männern. Im DFB haben Sie in dem Präsidenten Dr. Theo Zwanziger einen großen Fürsprecher.

Dr. Zwanziger versucht, zu allen Spielen der DFB-Auswahl zu kommen. Er spricht überall das Thema Frauenfußball an, er identifiziert sich damit. Durch seine Begeisterung und seinen Einsatz bringt er seine ganze Umgebung, die Verbandspräsidenten und Funktionäre dazu, den Frauenfußball zu unterstützen. Das finde ich einfach klasse.

Warum sollte ein Mädchen – so im Alter von 8 bis 10 Jahren – mit Fußball anfangen?

Fußball hat sehr viel Stil und Ästhetik. Fußball hat Elemente eines Kampfsports, ist aber auch

Ein bewährtes Team: Bundestrainerin Silvia Neid (re.) und Co-Trainerin Ulrike Ballweg

Imago/Camera 4



die hohe Kunst des Ballspiels: Ich muss den Ball wie meinen besten Freund behandeln, ein gutes Gefühl und eine gute Koordination haben. Man muss gleichzeitig Dribbeln und die Situation um sich herum einschätzen können. Ein Spieler muss gute Flanken schlagen können und ein gutes Kopfballspiel besitzen. Und vor dem Tor brauche ich die nötige Coolness für den Abschluss.

Bezogen auf das Zusammenspiel in der Mannschaft hat Fußball auch viele Seiten: Ein Spieler muss sich in Zweikämpfen durch- und für seine Mitspieler einsetzen. Als Einzelner kann ich glänzen oder mich an einem schlechteren Tag hinter meinen Mitspielern verstecken. Und man kann im Team gewinnen oder verlieren.

Wenn ich mir ein Spiel anschau, faszinieren mich immer wieder Flanken über 40 oder 50 Meter, die in den freien Raum für einen Mitspieler aufgelegt werden. Wenn es dann noch gelingt, den Ball mitzunehmen und das Tempo hochzuhalten, kommt ein richtiger Spielfluss auf. Fußball ist ein wunderschöner Sport!

Sie geraten ja regelrecht ins Schwärmen beim Thema Fußball... Welchen Einfluss übt Fußball auf die Persönlichkeit aus?

Das ist eine schwierige Frage und auch immer ein wenig vom Individuum abhängig. Viele Spieler lernen durch den Sport andere Länder und Mentalitäten kennen. Im Fußball lernt man auf jeden Fall sich durchzusetzen – gegen Gegner oder auch innerhalb der eigenen Mann-

schaft. Ich selbst bin wegen des Fußballs mit 19 Jahren ausgezogen und musste mich alleine durchkämpfen. Da war keine Mama, die mir die Wäsche gewaschen hat. Und wurde das Geld knapp, musste ich besser haushalten. Im oder durch den Fußball erfährt man viele Dinge, die man im normalen Leben nutzen kann.

„Ein Spieler muss sich in Zweikämpfen durch- und für seine Mitspieler einsetzen.“

„Im Fußball lernt man auf jeden Fall sich durchzusetzen – gegen Gegner oder auch innerhalb der eigenen Mannschaft.“

„Im oder durch den Fußball erfährt man viele Dinge, die man im normalen Leben nutzen kann.“

Warum sind Sie ausgezogen?

Ich war schon in der Nationalmannschaft, aber um dabei bleiben zu können, musste ich den Trainingsumfang erhöhen und täglich trainieren. Das bedeutete, dass ich mir einen anderen Verein suchen musste. Mir ging es nur um das Spielen, um den Fußball, der hat mir so einen Spaß gemacht.

Dafür haben Sie zu Hause alles liegen und stehen lassen?

Ja, für den Fußball bin ich von zu Hause weggegangen und habe gelernt, mich in der Fremde alleine durchzusetzen. Damals gab es noch keine finanzielle Unterstützung für das Fußballspielen, wir haben uns die Sachen noch selbst gekauft. Um so mehr brauchte man den unbedingten Willen und die Leidenschaft, sich einem Thema hinzugeben.

Wie schätzen Sie Ihren bisherigen Fußball-Weg ein?

Ich habe erlebt, wie schön es ist, beim Deutschen Fußball-Bund zu sein und das Trikot der Nationalmannschaft zu tragen. Nachdem ich einmal auf den Geschmack gekommen war, wollte ich nicht mehr weg. Für Deutschland zu spielen, war und ist mir eine Ehre.

Wir wünschen Ihnen viel Glück und Erfolg auf dem weiteren Weg!

*

Die Autorin

Eva PFAFF ist Diplom-Psychologin und DTB-A-Trainerin. Von 1980-1993 spielte sie als Tennisprofi auf der WTA-Tour.
Anschrift: Eva Pfaff, Friedrich-Ebert-Str. 8, 61462 Königstein
E-Mail: eva-pfaff@web.de



© image/Sven Simon

Interview mit Renate Lingor

Renate Lingor, Spielmacherin der Frauen-Fußball-Nationalmannschaft des Deutschen Fußball-Bundes (DFB), ist eine der erfolgreichsten deutschen Fußballspielerinnen, die bis heute 115 Länderspiele absolvierte. Mit dem DFB-Team wurde sie u. a. Weltmeisterin 2003, errang 2000 und 2004 Olympische Bronzemedailles und wurde 2001 und 2005 Europameisterin. Seit 1997 gehört sie der Mannschaft des 1. FFC Frankfurt an und seit dem 1.4.2006 ist sie Mitarbeiterin der neu gegründeten Abteilung Schulfußball des DFB in Frankfurt.

Wie fühlt es sich an, als neue Mitarbeiterin des DFB im Mittelpunkt des internationalen Sportgeschehens zu stehen?

Am Anfang bin ich sicherlich so ein bisschen ins kalte Wasser geworfen worden. Seit ich hier im April kurz vor der Weltmeisterschaft angefangen habe, ging es drunter und drüber, und an ein gemütliches Einarbeiten als Berufsanfängerin war überhaupt nicht zu denken. Unsere Abteilung Schulfußball wurde ganz neu gegründet, wodurch ich die Chance bekam, sie mit aufzubauen. Von Anfang an hieß es also, relativ viel selbstständig zu arbeiten und sehr viel Verantwortung zu übernehmen. Das Gute ist – es macht mir super-viel Spaß!

Warum sollen Mädchen gerade Fußball spielen? Was ist das Besondere an diesem Sport?

Weil es Spaß macht! Sicherlich gibt es andere Sportarten, die genau so viel Spaß machen, so war ich als Kind auch im Tennis-Verein. Aber Fußball als Mannschaftssportart hat mich mehr angesprochen. Es ist einfach schön, wenn du miteinander kämpfst und den Sport zusammen ausübst. Beim Fußball gehst du ins Training und davor und danach unterhältst du dich. Das ist der Vorteil gegenüber Einzelsportarten: Man ist mit seinen Freunden zusammen.

Sie stellen das gemeinschaftliche Erleben in den Vordergrund. Wie ist es mit den Inhalten des Fußball-Trainings?

Abgesehen davon, dass das Soziale sehr gefördert wird, kommen auf der sportlichen Seite alle Aspekte zum Tragen: Im Fußball braucht man eine gute Koordination, Schnelligkeit, Ausdauer, Kraft, Technik, und psychische Faktoren spielen auch eine Rolle. Außerdem ist Fußball ein sehr komplexes Spiel, bei dem man viel Mitdenken muss, sodass es einem nie langweilig wird. Wenn ich z. B. jetzt bei der Weltmeisterschaft einen neuen Trick von einem der Stars sehe, dann werde ich den im Training auch probieren. In unserer Sportart hört man nie auf zu lernen.



Foto: Imago/Comera 4

Sie spielen in der Nationalmannschaft und beim 1. FFC Frankfurt auf der Position der Spielmacherin. Welche sind Ihre Aufgaben?

Eine Spielmacherin sollte das Spiel an sich reißen und Bälle verteilen. Sie spielt meistens im zentralen Mittelfeld und bestimmt auch das Tempo. Wenn ich von Tempo rede, heißt das allerdings nicht, dass man 90 Minuten im Sprint herum rennen muss, sondern auch mal Ruhe ins Spiel bringen und hinten herum spielen sollte, um einen neuen Spielzug aufzubauen.

Inwieweit ist ein Spiel auf den Spielmacher ausgerichtet?

Die Mitspieler müssen nicht auf diese Person fixiert sein, sondern ein Spielmacher zieht das gesamte Spiel automatisch auf sich, wenn er in die freien Räume geht und so die Bälle fordert. Dann wird er auch oft angespielt und wird zu einer zentralen Figur.

Als Spielmacher braucht man eine gute Übersicht. Kann man das lernen oder hat man das von klein auf?

Sicherlich hat man die Übersicht nicht von klein auf, das kommt mit der Zeit. Viele haben aber die so genannte Spielintelligenz. Sie erkennen die Situationen und wissen, was zu tun ist. Diese Auffassungsgabe ist nur schwer zu erlernen, deshalb denke ich, dass man die Anlage zum Spielmacher quasi im Blut hat.

Was muss ein Spielmacher beim Zusammenspiel beachten?

Man sollte wissen, wie man die Mitspieler am besten anspielt: Der eine will den Ball lieber in den Lauf geschickt bekommen, ein anderer möchte ihn direkt in den Fuß. Neben dem Anspiel sollte man auch das Gesamtspiel und den eigenen Einsatz einschätzen können; man muss die verschiedenen Spielsituationen immer wieder neu analysieren und danach handeln. **Weiter auf Seite 62!**

Interview mit Renate Lingor

Im Verein trainiert man ständig mit seiner Mannschaft. Wie aber funktionieren das Zusammenspiel mit den Spielern in der Nationalmannschaft?

Wenn sich die Nationalmannschaft neu trifft, haben wir nur anfangs Probleme, und dann passieren auch mehr Fehlpässe. Ein gutes Zusammenspiel bekommt man aber relativ schnell wieder hin.

In der Frauen-Nationalmannschaft ist das nicht so schwierig, weil der Kreis der Spielerinnen überschaubar ist und wir schon lange zusammen spielen. Selbst wenn junge Spielerinnen neu dazu kommen, brauchen wir nur ein paar Tage, bis wir uns gefunden haben.

Bei der Herren-Nationalmannschaft ist es ein bisschen anders. Da werden die Spieler aus einem größeren Reservoir geschöpft und wechseln öfter – oder haben sehr oft gewechselt. Deshalb heißt es auch immer „Deutschland ist eine gute Turniermannschaft“; denn das Team braucht immer ein paar Begegnungen zum Einspielen.

Im Fußball wird immer von einem System gesprochen. Welche Rolle spielt dieses System und wie starr ist es?

Ein Spielsystem wird vom Trainer für seine Mannschaft vorgeschrieben. Es ist sehr wichtig, dass sich jeder Mitspieler danach richtet. Wenn nur ein Glied nicht richtig funktioniert, dann kann alles auseinander fallen. Nehmen wir beispielsweise die Viererkette: Wenn nur einer der Spieler schläft, dann hebt er beispielsweise ein Abseits auf oder die gesamte Abwehr wird ausgespielt. Selbst wenn drei von vier das Richtige tun, kassiert die Mannschaft schnell ein Tor.

Sie haben Ihre Magisterarbeit über die Weltmeisterinnen von 2003 geschrieben. Worum ging es in Ihrer Arbeit?

Die Idee dazu hatte ich schon im Januar 2003, also lange bevor wir Weltmeisterinnen geworden sind.

In der Arbeit geht es um individuelle Verbesserungen im technisch-taktischen Bereich über den Verlauf der WM-Saison 2003. Mit den Trainerinnen haben wir für jede einzelne Spielerin der Nationalmannschaft besprochen, welche taktischen Aufgaben sie verbessern sollte. Jede Spielerin, die im Kader stand, bekam eine spezielle Aufgabe für die Offensive und für die Defensive. Für jede der

Aufgaben habe ich Bewertungskriterien aufgestellt, wann die Aufgabe gelöst oder nicht gelöst ist.

Wie viele Spielerinnen haben Sie in der Saison so unter die Lupe genommen?

Am Anfang waren es 30 Nationalspielerinnen, die aber aus verschiedenen Gründen nicht alle in die Untersuchung einbezogen werden konnten. Für viele fehlte das Bildmaterial und einige hatten vielleicht nur an zwei Spielen teilgenommen. Da ich in der Studie Veränderungen der individuellen Fähigkeiten von Anfang Januar bis Oktober untersuchen wollte, musste ich Spielerinnen auswählen, die den größten Teil der Saison im Einsatz waren. So ergab sich letztendlich eine Stichprobe von 12 Spielerinnen.

Haben die Spielerinnen sich im Jahr 2003 individuell verbessert?

Insgesamt finden sich individuelle Verbesserungen, ja. Für jede Spielerin und ihre Aufgaben wurden über die Zeitspanne der 15 Spiele Kurven ermittelt, die einen Aufwärtstrend zeigen. Manchmal fanden sich zwar auch ein Abfall in der Kurve oder Schwankungen, aber das hing von der Anzahl der gelungenen Aktionen ab. Wenn eine Spielerin z. B. nur zwei anstatt normal zwanzig Aktionen in einem Spiel machen konnte und diese nicht den Anforderungen entsprachen, dann gab es einen starken Knick in der Leistungskurve. Solche Situationen ergaben sich aufgrund des Gegners oder der Mannschaftstaktik.

Wie spezifisch ist die Studie an der Nationalmannschaft ausgerichtet?

Die Arbeit war schon sehr spezifisch auf unsere Mannschaft und individualtaktisch auf einzelne Spielerinnen und ihre Aufgaben ausgerichtet. Das waren jeweils Punkte, bei denen die Trainerin Verbesserungsmöglichkeiten gesehen hat, und die vor der Weltmeisterschaft 2003 verstärkt trainiert wurden.

Warum sollte ein Trainer Ihre Arbeit lesen? Was wäre der Gewinn?

Ein Trainer kann meine Arbeit als Anreiz lesen und sie als ein Beispiel nehmen, gezielte Verbesserungen in einer Mannschaft zu initiieren und zu untersuchen. Auch wenn die Aufgaben ganz speziell für die damalige Frauen-Nationalmannschaft ausgearbeitet wurden, kann

sich ein Trainer Dinge für seine Mannschaft herauspicken.

Könnte man Ihre Arbeit untertiteln mit „Der Weg zur Weltmeisterschaft der DFB-Frauen aus wissenschaftlicher Sicht“? Oder ist das zu hoch gegriffen?

Das ist auf jeden Fall zu hoch gegriffen. Die individuellen taktischen Verbesserungen allein sind nicht dafür verantwortlich, dass wir Weltmeister geworden sind. Ganz im Gegenteil: Wenn man in der Untersuchung das Spiel gegen die USA betrachtet, da haben die meisten Spielerinnen in punkto „Spiel in die Offensive“ negative Werte, aber wir haben 3:0 gewonnen. Die Tore sind durch Konter gefallen.

Welche Faktoren benötigt man zusätzlich zum Gewinn einer Weltmeisterschaft?

Eine große Rolle spielt auch die Psychologie in der Mannschaft. Eine Maren Meinert, die erst zur WM zur Mannschaft stieß, hatte meines Erachtens einen sehr, sehr großen Anteil am Erfolg. Sie hat dem Team unheimliches Selbstvertrauen gegeben und uns immer wieder gesagt, dass wir uns nur selber schlagen können, wenn wir nicht an uns glauben.

Reicht es, wenn jede Spielerin ihre technisch-taktischen Aufgaben erfüllt, das System nach den Anweisungen mitspielt und an sich glaubt?

Unser Rezept beim Gewinn der WM 2003 war der Teamgeist. Wer die Spiele verfolgt und die Bank beobachtet, wird das feststellen können. Im USA-Spiel wurde keine Spielerin eingewechselt, die Feldspielerinnen haben von Anfang bis Ende durchgespielt.

Und die Ersatzspielerinnen haben hinterher gesagt: „Ich hätte gar nicht spielen können“. Die waren viel zu aufgeregt, haben die Mannschaft die ganze Zeit angefeuert und geschrien. Die konnten sich nicht einmal richtig warm machen, weil sie wie gebannt zugehört und sich mit den Spielerinnen gefreut haben. Dieser Zusammenhalt war so wichtig für die Mannschaft; wir waren wirklich ein Team in den USA. Wenn man mit einem freien Kopf, viel Selbstbewusstsein und mit viel Freude an die Aufgaben geht, kann man Berge versetzen...



LEISTUNGSGRUNDLAGEN

Ein sportspielübergreifendes Trainingskonzept

Das Buch beleuchtet die Aspekte Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination im Sportspiel, wobei umfangreiche und anschauliche Übungsvorschläge sogleich den Bezug zur Trainingspraxis herstellen. Ein weiteres Kapitel behandelt die Besonderheiten des Kinder- und Jugendtrainings. D. Steinhöfer: Grundlagen des Athletiktrainings. 384 Seiten, € 24,80



Bestellen Sie unter Telefon: 0251/23005-11, Telefax: 0251/23005-99,
e-Mail: buchversand@philippka.de oder nutzen Sie den Bestellschein auf S. 64
Besuchen Sie auch unseren Shop unter www.philippka.de