

EHC FREIBURG

established in 1984



NACHWUCHSKONZEPT

EHC FREIBURG





Nachwuchskonzept EHC Freiburg

It's a long way to the top

Wir, der Nachwuchs des EHC Freiburg, sind fünf Werten verpflichtet.

Fairplay - Respekt - Toleranz - Anstand - Teamwork.

Wir wollen der Gesellschaft einen wichtigen Dienst leisten, indem wir unseren Spielern und Spielerinnen Pflichtgefühl, Verantwortungsbewusstsein, Gemeinschaftssinn und Freude an der körperlichen Betätigung vermitteln.

In allem, was sie tun und sagen, sollen sie Respekt zeigen: gegenüber den Gegnern, den Mitspielern, Trainern, Betreuern, Eltern und natürlich den Schiedsrichtern.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

It's a long way to the top

Der EHC-Nachwuchs ist dem Breitensport ebenso verpflichtet wie dem Leistungssport.

Wir wollen Mädchen und Jungen eine sportliche, sinnvolle, gesunde Freizeitbeschäftigung bieten und ihnen die Bedeutung von Spielregeln beibringen, in ihrem Sport, aber auch in der Schule und im übrigen Leben.

Mannschaften. Wir setzen uns dafür ein, ihnen von der Laufschiule über die Minis bis zum Juniorenbereich die bestmögliche Ausbildung auf dem höchstmöglichen sportlichen Niveau zu bieten. Ziel unserer Nachwuchsabteilung ist natürlich auch, die Aktiv-Mannschaften des EHC mit eigenen Spielern zu besetzen und damit unseren Verein nachhaltig gesund und lebendig zu halten.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

It's a long way to the top

Sozialer Auftrag. Wir sind uns dessen bewusst, dass nicht jedes EHC-Kind von heute eines Tages in der NHL spielen wird. Also ist es vor allem Sozialarbeit, was wir hier betreiben. Mannschaftssport und der Einsatz so vieler Leute im EHC-Nachwuchs macht unsere Spieler fit für ein vernünftiges Miteinander später im „richtigen“ Leben. Und das ist uns in einer Zeit, in der Dummheit unsere Gesellschaft zerfressen will, sehr wichtig.

Da Eishockey im Vergleich zu anderen Sportarten ein kostspieliger Sport ist, setzen wir alles daran, ihn für jedermann zugänglich und erschwinglich zu machen. Eltern, die sich diesen Sport für ihre Kinder eigentlich nicht leisten könnten, bieten wir Unterstützung, vom Förderkreis bis zu Möglichkeiten, das Eisgeld durch Arbeitseinsätze deutlich zu reduzieren.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

It's a long way to the top

Förderung. Wir legen Wert auf respektvollen Umgang und eine anständige Clubkultur.

Auf allen Ebenen setzen wir uns für eine optimale Infrastruktur und das beste Personal-Tableau mit bestens ausgebildeten Trainern ein.

Auf diese Weise soll jeder Spieler seinen Stärken und Fähigkeiten entsprechend gefördert werden.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

It's a long way to the top

Auf dem Eis. Wir nutzen unsere knappen Ressourcen zuallererst dafür, die kompetentesten und engagiertesten Trainer zu verpflichten.

Von unseren Trainern erwarten wir in Training und Spiel starke Eigenmotivation, hohe Intensität, eine individuelle Ansprache und frühzeitige Fehlerkorrektur. Gemeinsam sollen sie für alle Altersklassen eine einheitliche Spielidee entwickeln. Diese Spielidee umfasst maximales Tempo, hohe Pass- und Laufbereitschaft, eine klare Grundaufstellung und eine gute Spielorganisation. Auch auf dem Eis legen wir Wert auf Disziplin.

Wir wollen Strafen im Spiel vermeiden und wollen, dass unsere Spieler wertschätzend miteinander umgehen. Für Stänkerer ist kein Platz hinter unserer Bande.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

It's a long way to the top

In der Kabine. Auch jenseits des Eises sind Struktur und Ordnung wichtig. In jedem Team soll ein vernünftiger Umgangston herrschen. Teamfähigkeit ist wichtiger als Egoismus. Bei Streit im Team sind Trainer und Betreuer gehalten, frühzeitig einzuschreiten und den/die Streithähne vom Training auszuschließen.

Das Team ums Team. Eishockey kann nicht funktionieren ohne Schiris, ohne Punktrichter/Zeitnehmer und ohne engagierte Helfer rund um jede Mannschaft. Deshalb sind wir bestrebt, auch für diese Positionen jederzeit genug neue Kräfte auszubilden und einzusetzen. Jeder, der sich mal als Schiedsrichter oder Trainerhelfer versuchen will, wird im EHC vom frühestmöglichen Zeitpunkt an unterstützt. Wer die Regeln beherrscht und auch schon bei Kleinfeld-Turnieren als Schiri hilft, wird vermutlich auch als Spieler besser.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

It's a long way to the top

Ausrüstung und Selbstverständnis. Wir legen Wert auf saubere Kleidung, auf korrekte Ausrüstung und ein einheitliches Erscheinungsbild. Schon unsere Kleinsten sollen ohne Angeberei, aber mit Stolz als Mannschaft auftreten: Hier kommt der Nachwuchs vom EHC Freiburg - einem Verein mit viel Tradition und einem steigenden Stellenwert in unserer Stadt.

Wer weiß, wer er ist und woher er kommt, tut sich nachher leichter beim Umsetzen unserer fünf Werte:

Fairplay - Respekt - Toleranz - Anstand - Teamwork.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

It's a long way to the top

Kindergarten

Regelmäßig sichten unsere Trainer Kinder im Alter von 3-6 Jahren von unterschiedlichen Kindergärten aus Freiburg. Wir versuchen den Kindern schon frühzeitig den Spaß am Eissport zu vermitteln, das Ziel soll es sein, dass Kinder direkt in die Laufschule münden.

Kids Days

Der EHC Freiburg führt pro Saison mindestens zwei „Kids Days“ sowie einen Girls Day durch. Die Nachwuchstrainer vom EHC sowie mindestens 5 Profis aus dem aktuellen DEL 2 Kader stehen den Jungs und Mädels parat, um bei ersten Schritten auf Eis behilflich zu sein und zu begleiten. Zum Abschluss stehen unsere Spieler für Autogramme und Smalltalk zur Verfügung.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Verhaltenskodex

Verhaltenskodex 1/2

Im EHC Freiburg wird auf angemessenes Verhalten sehr großen Wert gelegt, wir richten uns am Verhaltenskodex des Deutschen-Eishockey-Bundes aus:

- Ich verstehe, dass sich mein Verhalten auf Mitspieler, Trainer und den ganzen Verein auswirken kann
- Ich werde meinen Trainer jederzeit respektieren, ihm aufmerksam zuhören und seinen Instruktionen zu folgen
- Ich akzeptiere die Entscheidung meines Trainers in Bezug auf das Coaching und die Aufstellung



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Verhaltenskodex

Verhaltenskodex 2/2

- Ich respektiere die Entscheide der Schiedsrichter jederzeit fair und sportlich
- Ich respektiere und unterstütze meine Mitspieler jederzeit und betreibe weder im Team noch Privat gegen ein Teammitglied Mobbing
- Ich respektiere die Gegner, beschimpfe ihn nicht und verletze keinen Spieler absichtlich, ich bejuble keine unsportlichen Aktionen
- Ich erscheine pünktlich zum Training und zum Spiel
- Ich achte und respektiere die Arbeit der Betreuer, helfe wo es geht und befolge die Vorgaben
- Ich verlasse die Umkleide immer ordentlich und sauber
- Ich bringe nie Alkohol, Snus oder Tabakprodukte zu spielen, Trainings oder anderen Team-Events



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Trainingskonzept

Trainingskonzept 1/2

Unser Trainerstab geführt von vier Hauptamtlichen Trainern, welche sich im Tagesgeschäft um den Kita-/Schulsport sowie die Trainingsplanung und Trainingssteuerung kümmern, werden durch unsere Ehrenamtlichen und Honorartrainer im Trainings-/ Spielbetrieb unterstützt.

Alle Trainer vertreten die Philosophie des Vereins und setzen diese im Trainings-/Spielbetrieb um. Unterstützt von den jeweiligen Betreuern werden die Kinder bestmöglich betreut und im Spielbetrieb versorgt.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Trainingskonzept

Trainingskonzept 2/2

Unser Ziel ist klar eine breite technische, hochwertige Grundlagenausbildung welche wir in den Vordergrund im unteren Bereich stellen. Der untere Bereich bis zur Altersstufe U15 dient bei uns zur Grundlagenausbildung, hier bilden wir im Bereich des Breitensports aus, der Leistungssport beginnt im zweiten Jahr der U15 im Übergang zur U17.

Uns ist es wichtig allen Kindern die Möglichkeit zu bieten Eishockey zu spielen. Man kann nicht sagen wann sich ein Kind wie entwickelt, die biologischen Voraussetzungen sind bei jedem anders.

So ist bei uns die Ausbildung in Drei Etappen unterteilt welche systematisch aufeinander aufbauen und den Kindern die Möglichkeiten bietet sich nachhaltig zu entwickeln.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

3-Stufen-Ausbildung

3 Stufen Ausbildung

Die Ausbildung eines Eishockeyspielers dauert zwischen zwölf und fünfzehn Jahren und unterteilt sich je nach Trainingsprozess des einzelnen Spielers in folgende drei Stufen:

1. Grundlagenausbildung (U7 Laufschiule - U13 1.Jahr)

Das Erlernen aller läuferischen Grundlagen: Kantenläufe, Übersetzen, Vorwärtslauf, Rückwärtslauf, Drehungen ohne Geschwindigkeitsverlust, Starten und Stoppen sowie Koordination und Gleichgewicht

Das Erlernen aller technischen Grundlagen: Schlägerhaltung, Puckführung, Passen und Schießen, Training der koordinativen und motorischen Fähigkeiten, Schulung der visuellen Erkenntnis.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

3-Stufen-Ausbildung

2. Eishockeyspezifische Ausbildung (2. Jahr U13 – U15)

Ausbau der erlernten Grundlagen im eishockeyspezifischen Bereich, Aufbauphase Vorbereitung auf den Hochleistungssport: taktische Grundlagen, verschiedenen Rollen, Regelkunde etc.

Intensivierung des Trockentrainings: Start mit leichtem Krafttraining, Koordination, Motorik, Stabilisation, Schnelligkeit etc.

3. Leistungsorientierte Spezialisierung des Eishockeyspielers (U17 - U20)

Start des Hochleistungssports, Eishockeyspezifische Steigerung in allen Bereichen: Einzeltaktik, Spielsysteme, Rollen etc.

Ausbau des Trockentrainings: differenzierte Steigerung des Krafttrainings, Stabilisation, Schnelligkeit



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Trainingsstruktur

Trainingsstruktur 1/3

In den Trainingseinheiten der U7- U13 wird nach dem Prinzip Spielen Trainieren-Spielen gearbeitet.

Bis zur U13 wenig bis keine Ganzfeldübungen. In den Spielen können defensive oder offensive Prinzipien als Aufgabe gestellt werden. Ab der U15 können mehr Übungen über die ganze Fläche trainiert werden, trotzdem immer viel Spiel auf engem Raum einfließen lassen.

Break Outs, Fore-Checking, Re-Group, Defensive Zone, Offensive Zone kann man auch auf Kleinfeld trainieren.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Trainingsstruktur

Trainingsstruktur 2/3

Aus allen Mannschaften können die Spieler, die nach Absprache der Trainer (dies kann nur durch die Trainer entschieden werden), die nötigen Voraussetzungen (sportlich) haben mit der nächst älteren Mannschaft trainieren.

Das zusätzliche Training ist in beide Richtungen möglich, sprich Spieler die gewisse Voraussetzungen noch nicht erreichen, Beispielsweise Quereinsteiger, haben nach Absprache mit den Trainern die Möglichkeit zusätzlich mit der nächst jüngerer Mannschaft zu trainieren.

Es findet bei uns im Verein ein wöchentliches Torhütertraining statt. Die Torhüter haben ein Training in dem es speziell nur um ihre Ausbildung geht. Den Rest der Woche werden die Torhüter von einem Torhütertrainer während des Mannschaftstrainings betreut und geschult.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Trainingsstruktur

Trainingsstruktur 3/3

Ziel ist es die Athleten mit Rückstand (zu meist Quereinsteiger) zusätzlich zu fördern um den Abstand durch das spätere Einsteigen zu kompensieren und hieraus eine gute breite Masse zu generieren.

Anhand der Bewertungen aus dem Training werden, nach Absprache und Austausch der Trainer DEL2 und Nachwuchs, die Athleten, die für eine Förderung in Zusammenarbeit mit der 1. Mannschaft in Frage kommen, ausgewählt.

Diese sollen systematisch und nachhaltig an den Profibereich über Kooperationspartner oder direkt in den Profisport integriert werden.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Off-Ice Ausbildung

Off-Ice Ausbildung 2/2

Eine Kontrolle der Trainings- und Leistungsziele wird eingebaut: Entwicklungen können anhand der geführten Pläne ausgemacht werden, Ziele im Kraftbereich können gesetzt und leicht verfolgt werden.

Außerdem beinhalten die Off Ice Einheiten technische und taktische Aspekte, selbstverständlich angepasst an die Altersklassen.

Torhüter erhalten zusätzliche Übungen in den koordinativen und technischen Anforderungen spezifisch geschult werden, die anderen Einheiten werden gemeinsam mit der Mannschaft absolviert.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U7

Ausbildungsziele U7

Lauftechnik:

Vorwärts- und Rückwärtslaufen, Springen, Kurven L/R, Aufstehen, Hinfallen, Gleichgewichtsübungen, Bremsen, „Hockey Position“.

Stocktechnik:

Puck am Schläger führen.

SPIELE(N). SPIELE(N). SPIELE(N)



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U9

Abbildungsziele U9 1/2

Fähigkeiten des U7 Spielers ausbauen

Lauftechnik:

Vor- und Rückwärtslaufen, Springen, Kurven L/R, Aufstehen, Hinfallen, Gleichgewichtsübungen, Innenkante, Bremsen, Seitlich laufen, Übersetzen (Alle Lauftechniken ohne genaue Erklärung ausprobieren lassen) Stocktechnik: Puckführung Vor- und Rückwärts, Grundtechnik Passen und Schießen.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U9

Ausbildungsziele U9 2/2

Prinzipien:

Gegen einen Spieler mit Puck: „Angling“, Schläger in einer Hand.

Gegen einen Spieler ohne Puck: Def. Seite halten: zwischen Tor und Gegner

Puckführender Spieler: Optionen suchen, Puck abschirmen, Puck und Beine in Bewegung, Puck Richtung Tor, Bremsen vor dem Tor.

Puckunterstützender Spieler: Kommunikation, Puckführenden Spieler unterstützen, Beine in Bewegung, Bremsen vor dem Tor, Bereit für Nachschuss.

Hier gilt ganz klar - Ausbildung statt Ergebnis



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U11

Ausbildungsziele U11 1/2

Fähigkeiten des U9 Spielers ausbauen

Lauftechnik:

Vor - und Rückwärtslaufen, Springen, Kurven L/R, Gleichgewichtsübungen, Innenkante, Außenkante, Hip opener, Bremsen, Seitlich laufen, Übersetzen. Starts and Stops einbauen (kleine Schritte zum Antritt).

Stocktechnik:

Puckführung, Passen, Schießen

Einzeltaktik: 1-1 def. Stick on Puck, Anwinkeln. Off. Puck schützen, Auspielen.

Aufgabenlösung: 2-1, Angriffsdreieck, 4 Rollen, Mann halten, zusammen spielen.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U11

Ausbildungsziele U11 2/2

Prinzipien:

Gegen Spieler mit Puck: nicht entgegen, Abwehrseite, Mitte schützen, Lückenkontrolle, Schläger in einer Hand.

Gegen Spieler ohne Puck: Abwehrseite, Mitte schützen.

Puckführender Spieler: Optionen suchen, Puck abschirmen, Beine in Bewegung, Positionen halten, bereit für Nachschuss, bremsen vor dem Tor.

Puck unterstützender Spieler: Kommunikation, Passwege erlaufen, Beine bewegen, „Net drive“ & Bremsen vor dem Tor, bereit für Nachschuss.

Hier gilt ganz klar - Ausbildung statt Ergebnis



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U13

Ausbildungsziele U13 1/3

Fähigkeiten des U11 Spielers ausbauen

Lauftechnik:

Vor - und Rückwärtslaufen, Kurven L/R, Gleichgewichtsübungen, Innenkante, Außenkante, Hip-opener, Übersetzen, Untersetzen, Bremsen, Seitlich laufen. Hockey Positions halten

Stocktechnik:

Puckführung, Passen, Schießen, Puck schützen.
Positionsfindung: S/V



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U13

Ausbildungsziele U13 2/3

Einzeltaktik:

1-1 def. Stick on Puck, Anwinkeln. Off. Puck schützen, Auspielen.

Gruppentaktik:

2-1, 3-2 off. und def., Angriffsdreieck, Grundstruktur eigenes Drittel def., 3 Bahnen, Mann halten, zusammen spielen.

Prinzipien:

Gegen Spieler mit Puck: nicht entgegen, Abwehrseite, Mitte schützen, Gap Control, Schläger in einer Hand, Schussblock, Box Out, Anwinkeln.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U13

Ausbildungsziele U13 3/3

Gegen Spieler ohne Puck: Abwehrseite, Mitte schützen, Gap Control, Box Out.

Puckführender Spieler: Puck schnell bewegen, Puck abschirmen, Beine in Bewegung, Positionen halten - je nach Situation, bereit für Nachschuss, bremsen vor dem Tor, keine Turnover.

Puck unterstützender Spieler: Kommunikation, Passwege erlaufen, Beine bewegen, „Net Drive“: Bremsen vor dem Tor, bereit für Nachschuss, F3 hoch.

Hier gilt ganz klar - Ausbildung statt Ergebnis



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U15

Ausbildungsziele U15 1/3

Fähigkeiten des U13 Spielers ausbauen

Lauftechnik:

Vor - und Rückwärtslaufen, Kurven L/R, Innenkante, Außenkante, Hip- opener, Übersetzen, Bremsen, Seitlich laufen, Power Skating.

Stocktechnik:

Puck Führung, Passen, Schießen, Puck schützen

Einzeltaktik:

1-1 def. Stick on Puck, Anwinkeln. Off. Puck schützen, Auspielen, Körperspiel.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U15

Ausbildungsziele U15 2/3

Gruppentaktik:

2-1, 3-2 off. und def., Grundstruktur Special Teams, Angriffsdreieck, Verteidigungsstrategie eigenes und offensives Drittel, Aufbau, Re-group, 3 Bahnen, zusammen spielen.

Prinzipien:

Gegen Spieler mit Puck: nicht entgegen, Abwehrseite, Mitte schützen, „Haus“ Beschützen, Gap-Kontrolle, Schläger in einer Hand, Schussblock, Box Out, Körperspiel, Anwinkeln Zweikampf und System.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U15

Ausbildungsziele U15 3/3

Gegen Spieler ohne Puck: Abwehrseite, Mitte schützen, Box Out, Anwinkeln im System, Position halten im System.

Puckführender Spieler: Optionen suchen, Puck abschirmen, Beine in Bewegung, Nicht mischen- je nach Situation, bereit für Nachschuss, bremsen vor dem Tor, keine Turnovers.

Puck unterstützender Spieler: Kommunikation, Passwege erlaufen, Beine bewegen, „Net Drive“: Bremsen vor dem Tor, bereit für Nachschuss, F3 hoch.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U17

Ausbildungsziele U17 1/2

Fähigkeiten des U15 Spielers ausbauen

Lauftechniken weiter verfeinern
Stocktechniken weiter verfeinern
Defensive Gruppentaktik
Offensive Gruppentaktik
Einzeltaktiken
Fore Checking
Aufbau
Regroup
Special-Teams



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U17

Ausbildungsziele U17 2/2

Körperkontakt

Teamspiel

Spielverständnis entwickeln

Erlernte Prinzipien umsetzen

Videocoaching: Geschnittener Film mit verschiedenen Spielsituationen,
Trainingseinheiten.

Train to compete - Wettbewerb



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U20

Ausbildungsziele U20 1/2

Fähigkeiten des U17 Spielers ausbauen

Lauftechniken weiter verfeinern

Stocktechniken weiter verfeinern

Defensive Gruppentaktik

Offensive Gruppentaktik

Einzeltaktiken

Fore Checking

Aufbau

Regroup



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung U20

Ausbildungsziele U20 2/2

Körperkontakt

Teamspiel

Spielverständnis entwickeln

Erlernte Prinzipien umsetzen

„Living like an Athlet“

Videocoaching: Geschnittener Film mit verschiedenen Spielsituationen,
Trainingseinheiten.

Train to Win - Wettbewerb



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung Goalies

Altersklasse 1 (bis 11 Jahre): Aufbau und Erlernen der Torhüberteknik

Fähigkeiten, Techniken und Taktiken:

Grundstellung (Stehend und Butterfly), Zehenspitzen, Knie und Schultern bilden eine Linie.

Grundlagen des Stellungsspiels, zwischen Tormitte und Puck stehen. Bewegungsabläufe (Lauftechnik), T-Push, Shuttle, C-Cut.

Fang Techniken, Arme vor dem Körper, Fanghand nicht zu tief oder hoch. Sliden und Shuttle, aus dem Stand seitwärts sliden.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung Goalies

Altersklasse 2 (12 - 13 Jahre): 1/2

Fähigkeiten, Techniken und Taktiken:

Perfektion der Grundstellung Zehenspitzen, Knie und Schultern bilden eine Linie.

Recovery (schnelle Rückkehr in die Grundstellung) nach Abwehr oder Bewegung zurück in die Grundstellung.

Abläufe erlernen wie man sich um das Tor herum (in Grundstellung) bewegt, Shuffle oder T-Push (bei kurzer oder langer Bewegung).

Lauftechnik außerhalb des Tores. Bei Verlassen des Tores Blick zum Spielfeld, schnell zur Bande



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung Goalies

Altersklasse 2 (12 - 13 Jahre): 2/2

Perfektionieren der Fangtechnik und Fangtaktik Puck festhalten, kontrolliert abwehren.

Fangen des Pucks während der Ausführung des Slidens und Shuffels, Puck während der Bewegung festhalten.

Schüsse mit dem Körper abblocken, Körper zwischen Tor und Pucklinie bringen.

Schüsse mit den Armen abblocken Ellenbogen raus und Schulter nach vorne Grundlagen des Winkelverkürzens.

Verwendung des Schlägers, kurze Pässe spielen, Schüsse abwehren.

Techniken um Puckführenden unter Druck zu setzen, Aggressiv oder Passiv (tief oder weiter draußen) im Tor stehen.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung Goalies

Altersklasse 3 (14 - 15 Jahre): 1/2

Fähigkeiten, Techniken und Taktiken:

Perfektionieren der Techniken welche in U9 durchgeführt wurden Verhalten bei Screen (wenn Sicht genommen wird), darauf achten ob links oder Rechtsschütze, wo wird am Spieler vorbeigeschaut.

Spiel hinter dem Tor, Scheibe hinter dem Tor stoppen, Pfastenspiel wenn Puck hinter dem Tor ist.

Handhabung des Schlägers, Ausstechen, Paddle Down, kurze Pässe spielen, Schüsse abwehren.

Kommunikation mit Mitspielern.

Einleiten eines Angriffs, Pässe zu Mitspielern, Scheibe weiterspielen und nicht festhalten



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung Goalies

Altersklasse 3 (14 - 15 Jahre): 2/2

Schüsse mit Butterfly und Shuttle abwehren.

Koordination der Bewegungen des eigenen Abwehrstils, Favorisierte Bewegungen perfektionieren.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung Goalies

Altersklasse 4 (16 - 18 Jahre):

Fortsetzung Altersklasse 3....

Perfektionieren der Schussabwehr mit allen Methoden Körper, Arme, Schultern, Beine, Hände und Schläger nutzen.

Verhalten bei Eins gegen Eins Situationen, lernen Spieler zu lesen (hat er Zeit oder nicht, Links- od. Rechtsschütze etc.).

Schnelle Rückkehr (Recovery) in Grundstellung ohne Einsatz der Hände Oberkörper bleibt aufrecht. Bewegung kommt aus den Beinen.

Positive Eigenschaften des Torhüters nutzen.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung Goalies

Altersklasse 5 (19 Jahre und älter): 1/2

Fähigkeiten, Techniken und Taktiken:

Perfektionieren aller erlernten Aktivitäten aus U9, U11, U13, U15. Optimale persönliche Grundstellung schaffen, finale, favorisierte Grundstellung finden (Bsp. breitbeinig, Fanghand weiter oben).

Anpassung und Entwicklung der individuellen Vorzüge um persönlichen Stil zu stärken und zu festigen, Bsp. Mitspielender Torhüter, Reboundkontrolle wenn Torhüter viel abblockt. Trainingspläne und Übungen selbst gestalten.

Einbezogen werden in das Mannschaftsspiel (Aufbau etc.), Scheibe spielen, Aufbaupass oder langer Pass bei Wechsel des Gegners.



Nachwuchskonzept EHC Freiburg

Ziele der Ausbildung Goalies

Altersklasse 5 (19 Jahre und älter): 2/2

Entwicklung des Antizipierens (lesen und darauf reagieren), Situationen erkennen und Spiel anpassen.

Beschleunigung der Bewegungen Fokus auf Schnelligkeit bei bereits beherrschten Bewegungen.

Denkprozesse (Mentaltraining).

Perfektion der spezifischen Lauftechniken T-Push, Shuttle, C-Cut etc.



HUNGRY WOLVES HUNT BEST!

EHC FREIBURG
established in 1984

