

DAS LÄUFER- SYSTEM

Erstellt von Aljoscha Peters und Max Willert

MOTIVATION

WARUM SPIELT MAN LÄUFER-SYSTEM?

POSITIONEN

M – Mittelblocker

A – Außenangreifer/Annahme

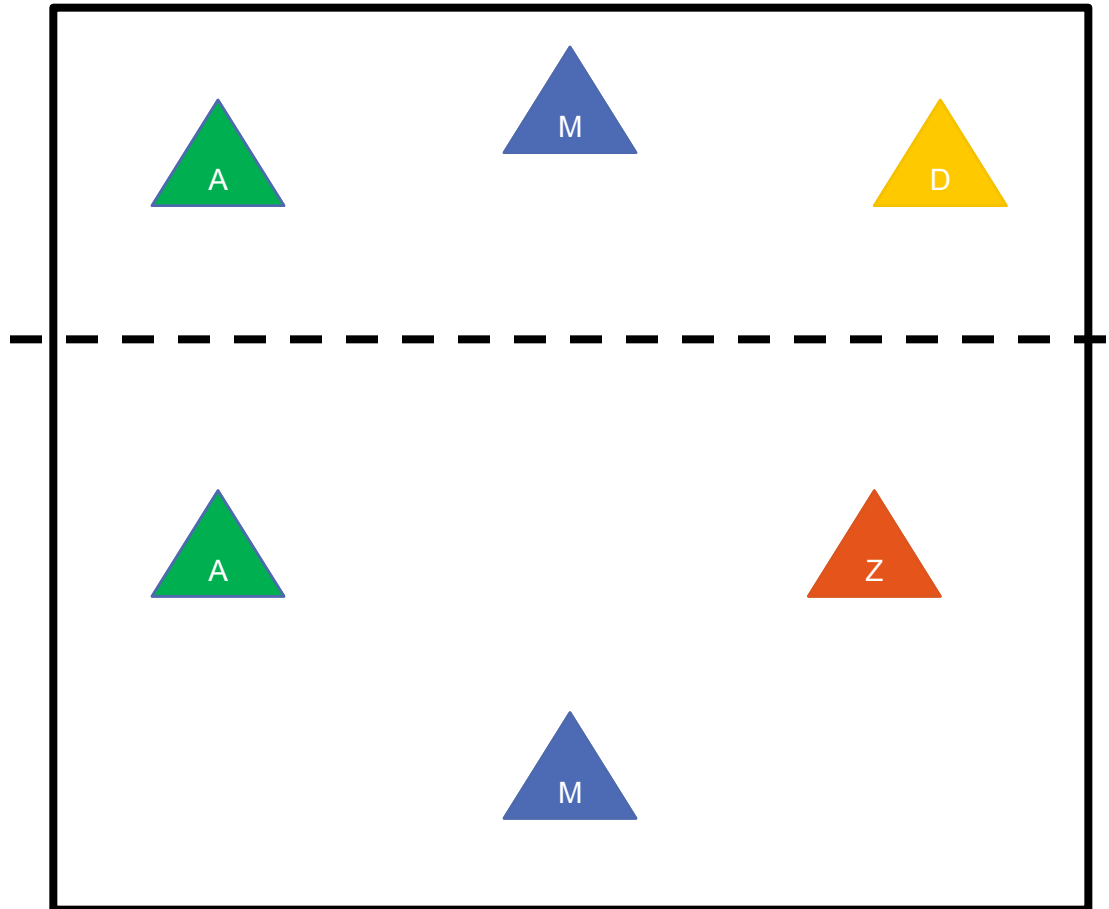
Z – Zuspieler

D – Diagonal

(L – Libero)

Vorteile:

- Spezialisierung, d.h. jeder hat seine Position, auf der er/sie **IMMER** steht
- 3 Angreifer sind vorhanden
- Nur 1 Zuspieler (jeder Zuspieler spielt anders zu)



POSITIONEN

Mittelblocker:

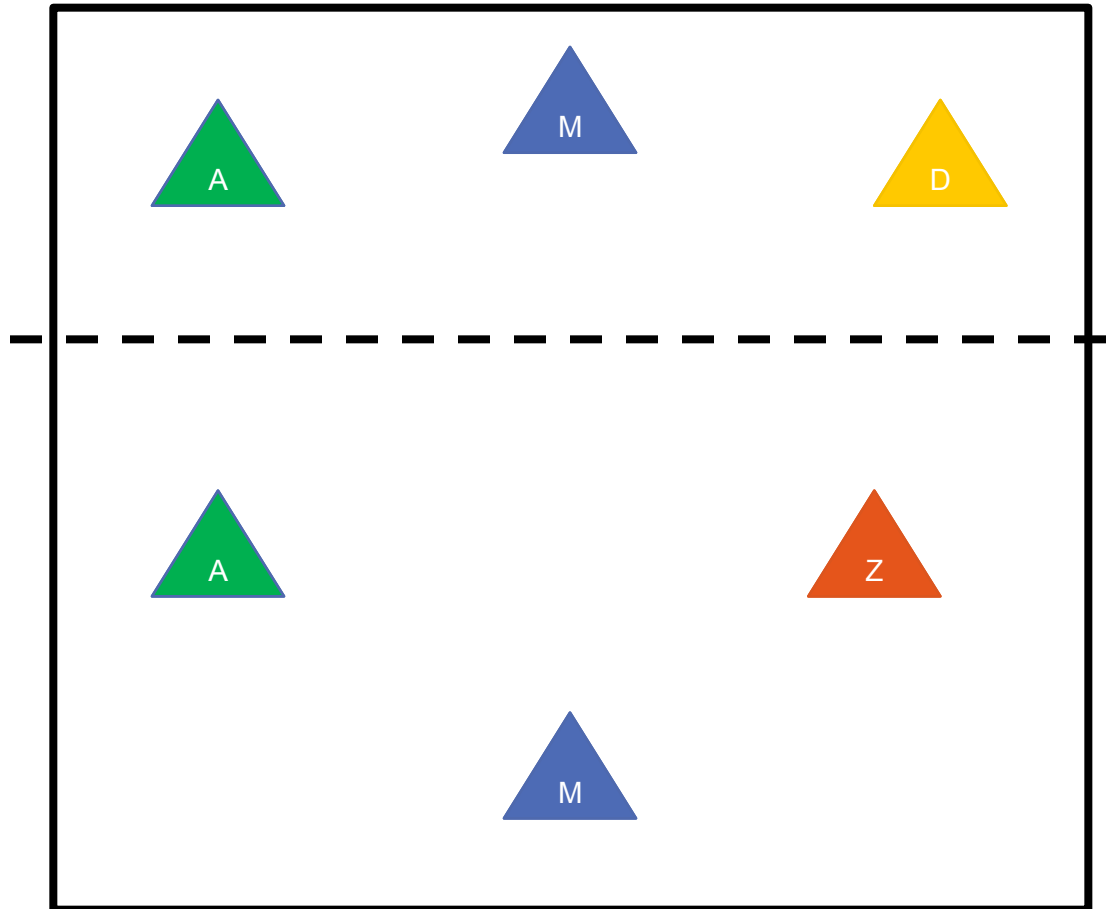
- Vorne: Block und Schnellangriff in der Mitte
- Hinten: Lange 6

Außenangreifer/Annahme:

- Vorne: Angriff über 4
- Hinten: Abwehr auf der kurzen 5
- Immer: Annahme

Libero:

- Abwehr und Annahme
- Kommt für die Mitte rein, weil die i.d.R. nicht annehmen kann



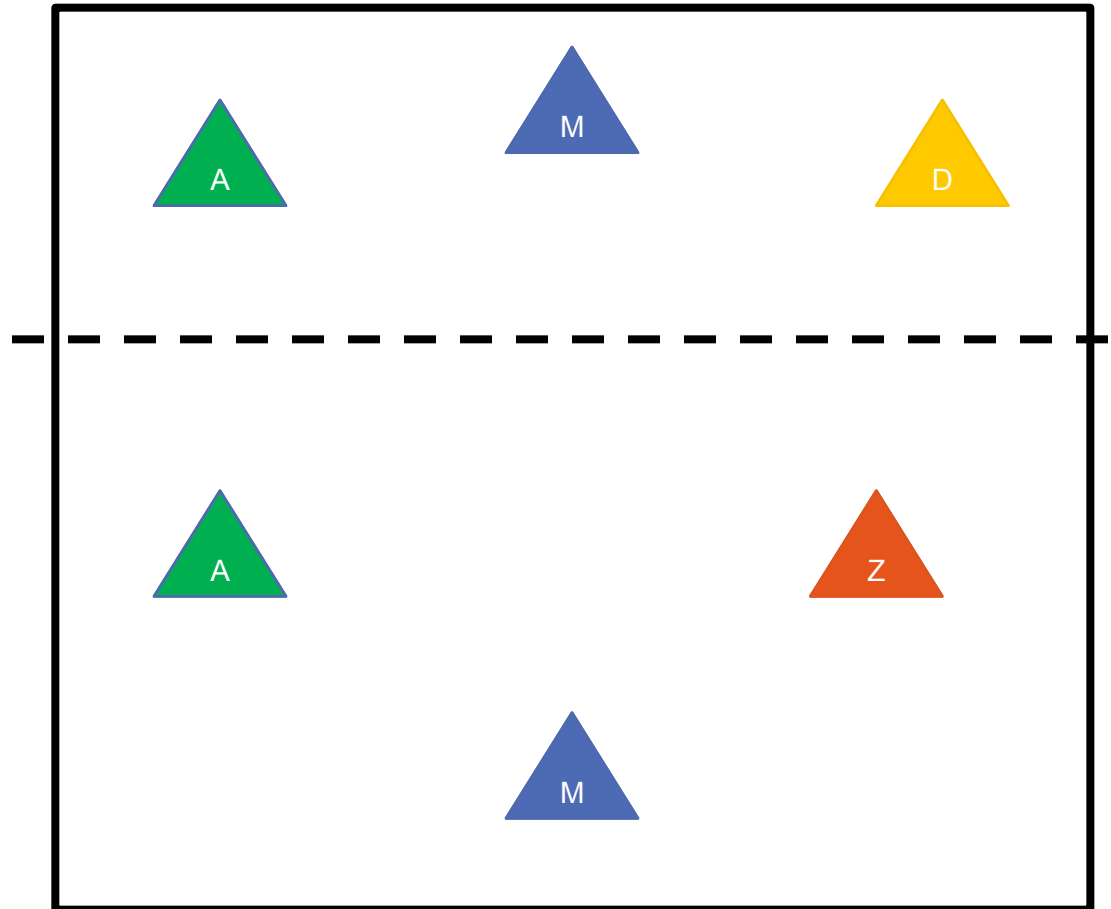
POSITIONEN

Zuspieler:

- Vorne: Zuspiel über 2-einhalb
- Hinten: Abwehr auf der kurzen 1
- IMMER: Zuspiel(!)

Diagonal:

- Vorne: Angriff über 2
- Hinten: Abwehr auf der kurzen 1 und Angriff
- Immer: Angriff
- Niemals in der Annahme!



ANNAHME

**DAS WICHTIGSTE: JEDER ACHTET DARAUF WO
MAN SELBST STEHEN MUSS, KONZENTRATION!!**

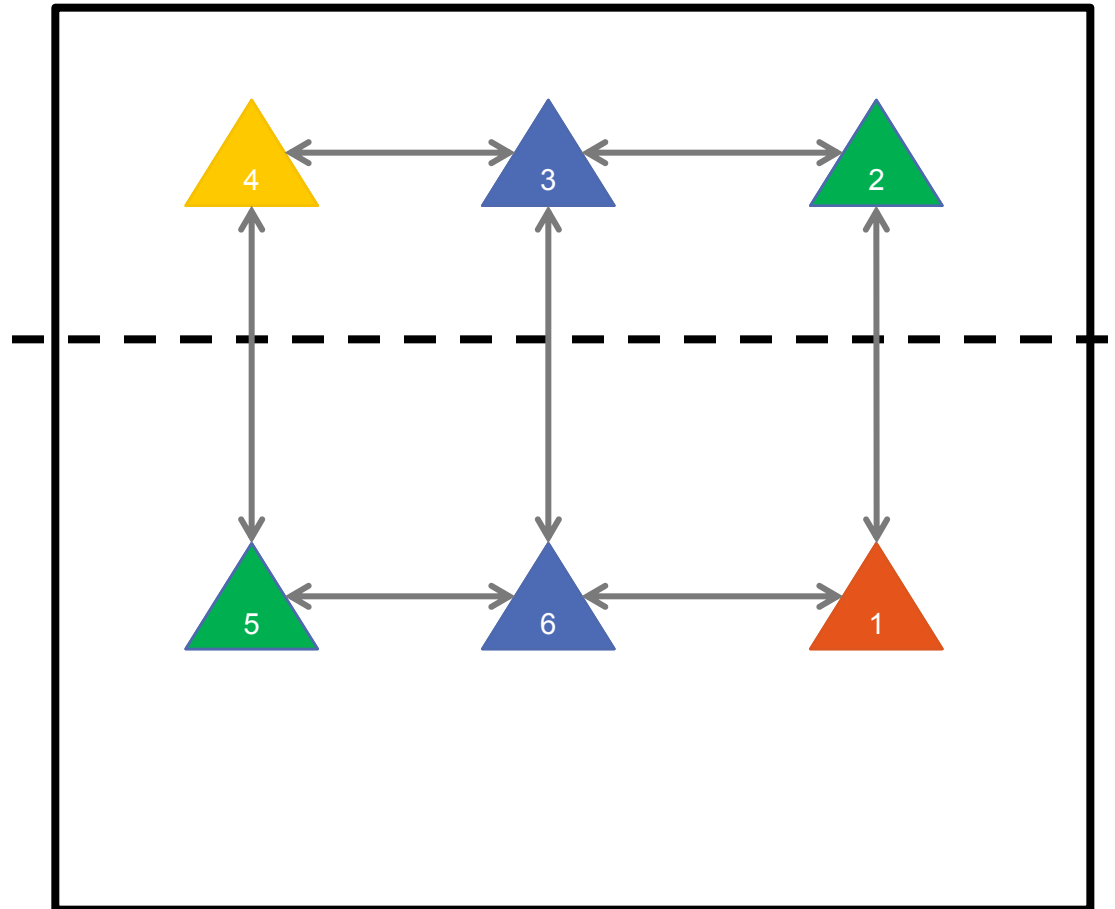
ZUR ERINNERUNG

Vordermann steht mit mind.
einem Fuß vor seinem
direkten Hintermann!

Linker direkter Nachbar steht
mit einem Fuß links von
seinem direkten rechten
Nachbarn.

Rechter Nachbar steht mit
einem Fuß rechts von
seinem direkten Nachbarn.

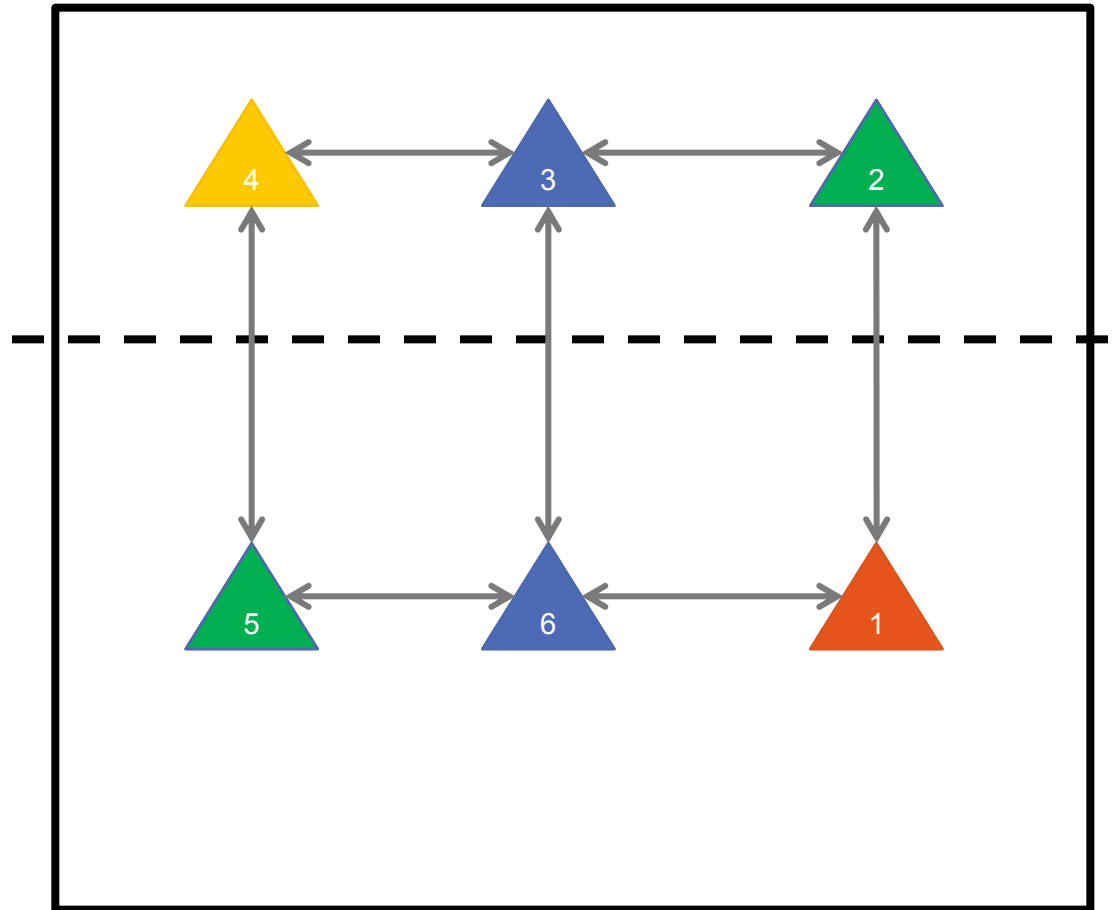
Z.B. stehen 4 und 2 oder 4
und 1 in keiner Beziehung zu
einander!



ZUR ERINNERUNG

Also:

- 1 steht hinter 2 und rechts von 6
- 2 steht vor 1 und rechts von 3
- 3 steht vor 6 und links von 2 und rechts von 4
- 4 steht vor 5 und links von 3
- 5 steht hinter 4 und links von 6
- 6 steht hinter 3 und rechts von 5 und links von 1



LÄUFER 1

Positionen

Vorderfeld:

2 = A (Hauptannahme)

3 = M

4 = D

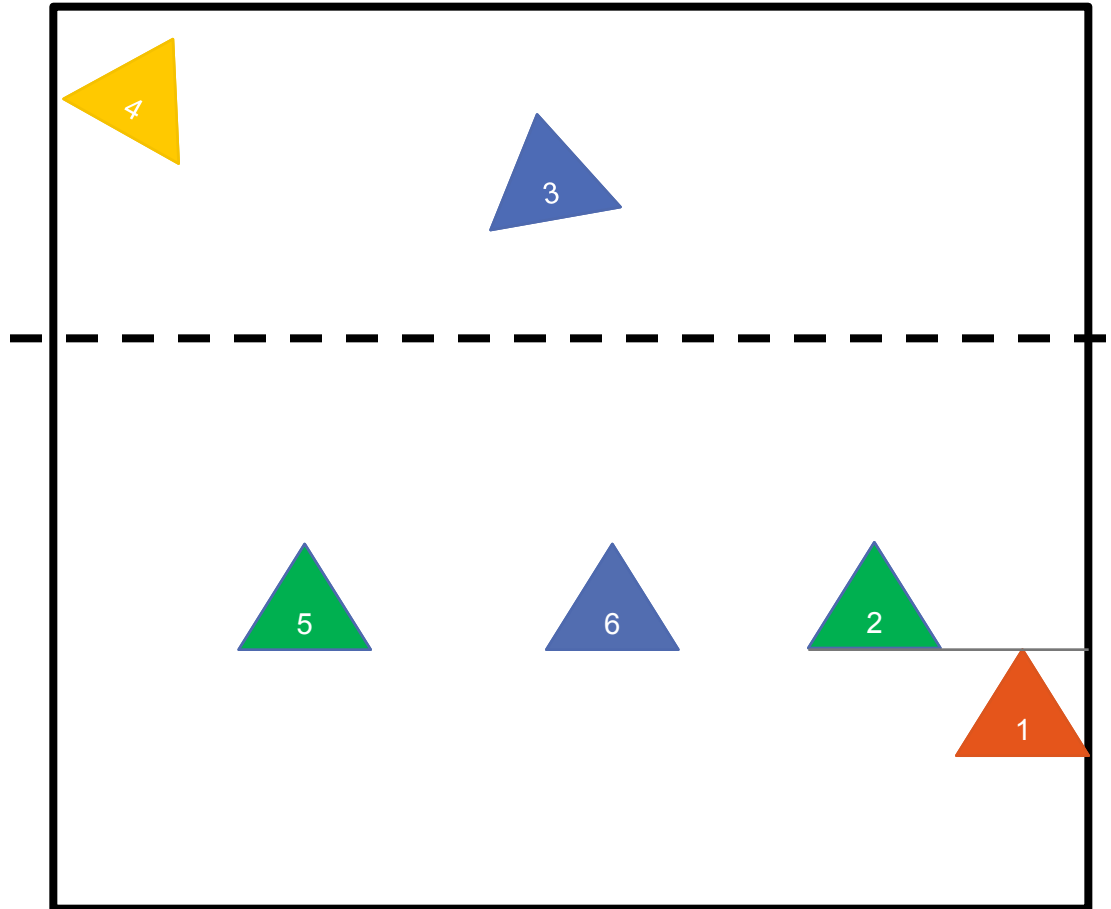
Hinterfeld:

5 = A (Hauptannahme)

6 = M

1 = Z

(2 und 1 aufpassen!!)



LÄUFER 6

Positionen

Vorderfeld:

2 = M

3 = D

4 = A (Hauptannahme)

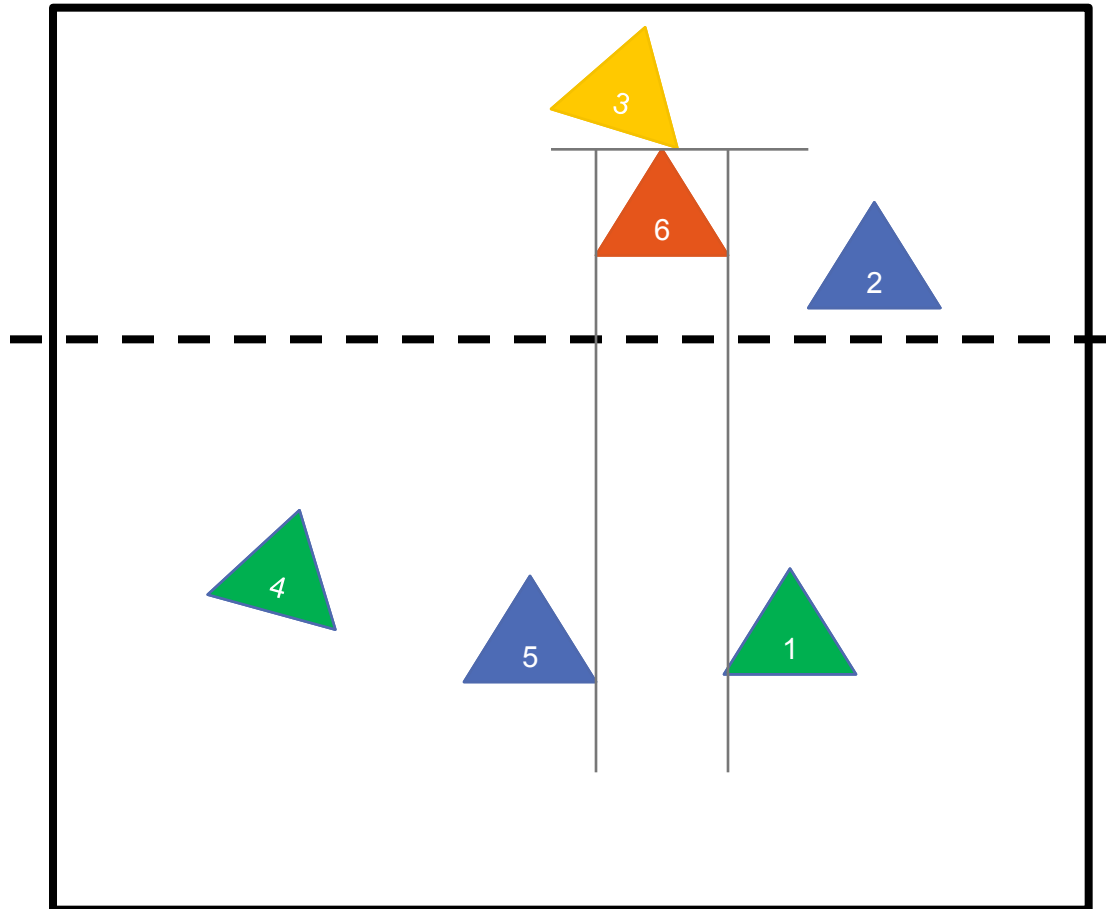
Hinterfeld:

1 = A (Hauptannahme)

6 = Z

5 = M

(4 und 5 aufpassen!!)



LÄUFER 5

Positionen

Vorderfeld:

2 = D

3 = A (Hauptannahme)

4 = M

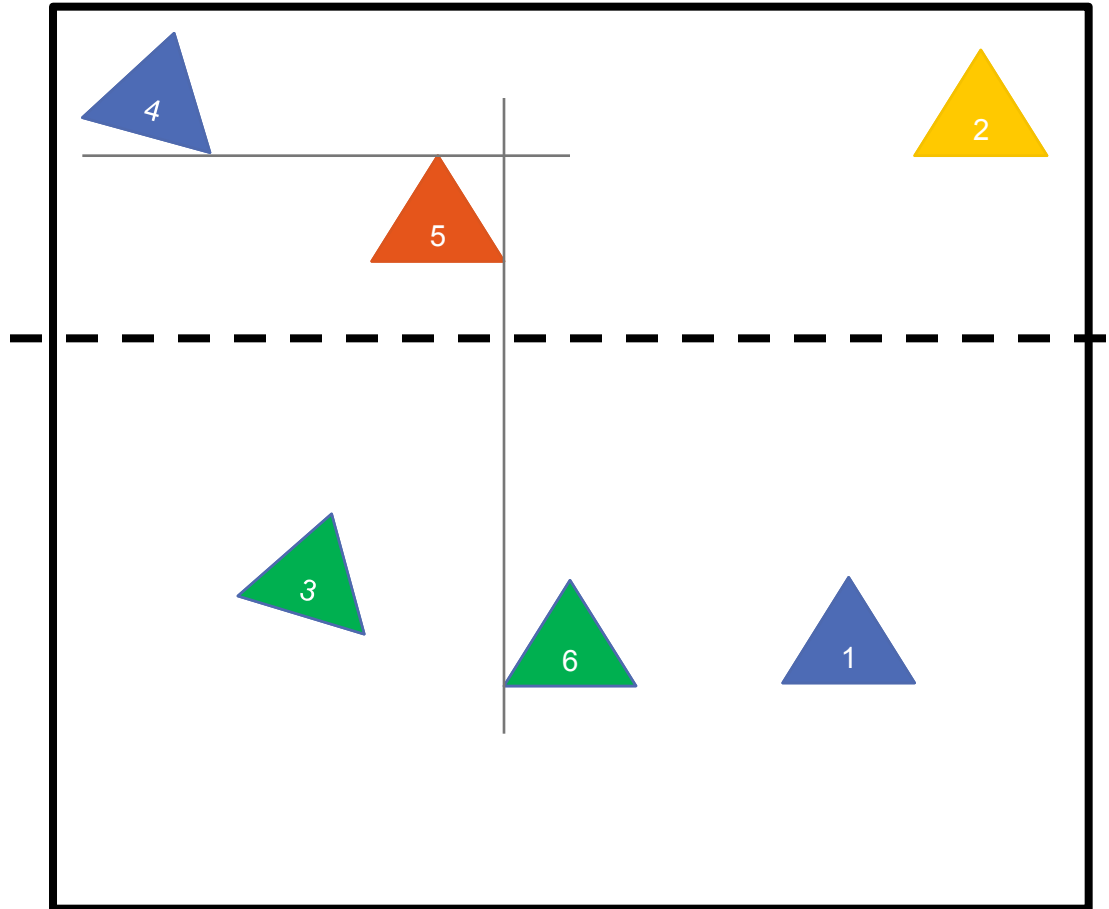
Hinterfeld:

1 = M

6 = A (Hauptannahme)

5 = Z

(3 und 6 aufpassen!!)



ZUSPIELER 4

Positionen

Vorderfeld:

2 = A (Hauptannahme)

3 = M

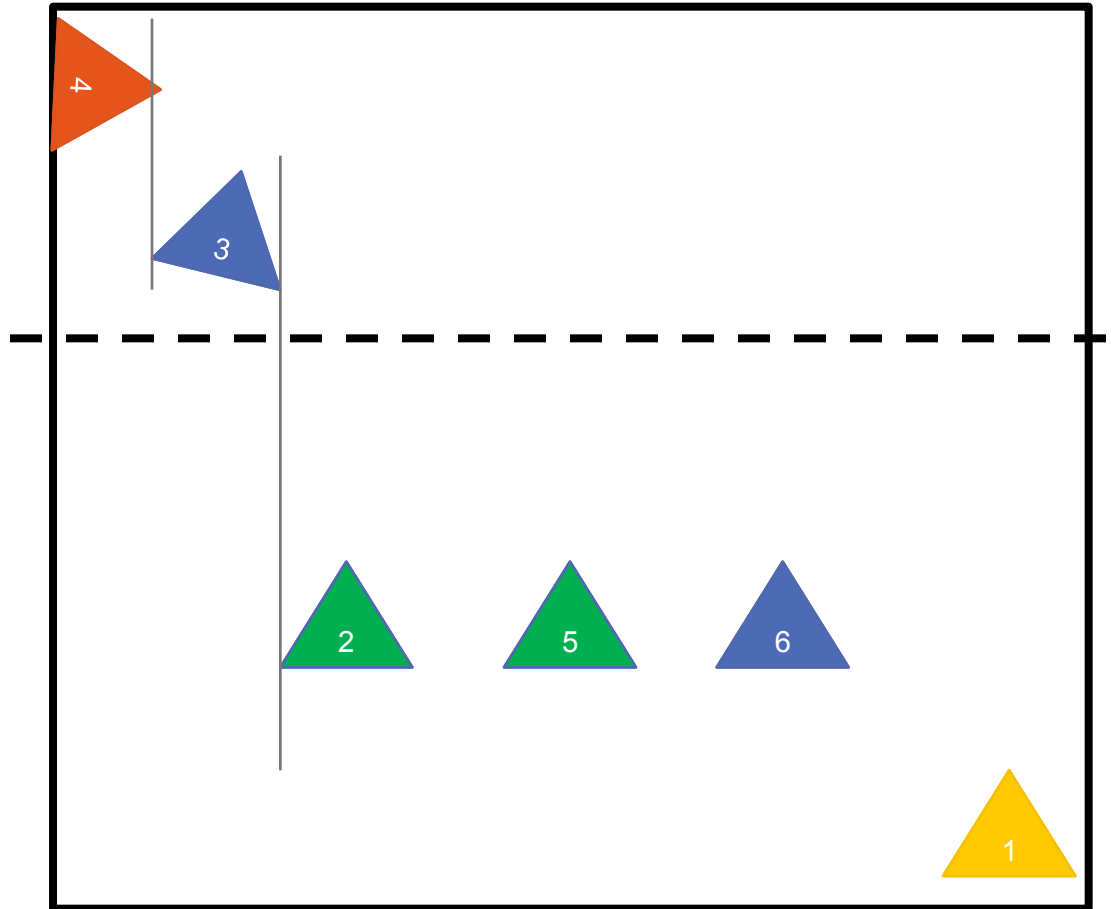
4 = Z

Hinterfeld:

1 = D

6 = M

5 = A (Hauptannahme)



ZUSPIELER 3

Positionen

Vorderfeld:

2 = M

3 = Z

4 = A (Hauptannahme)

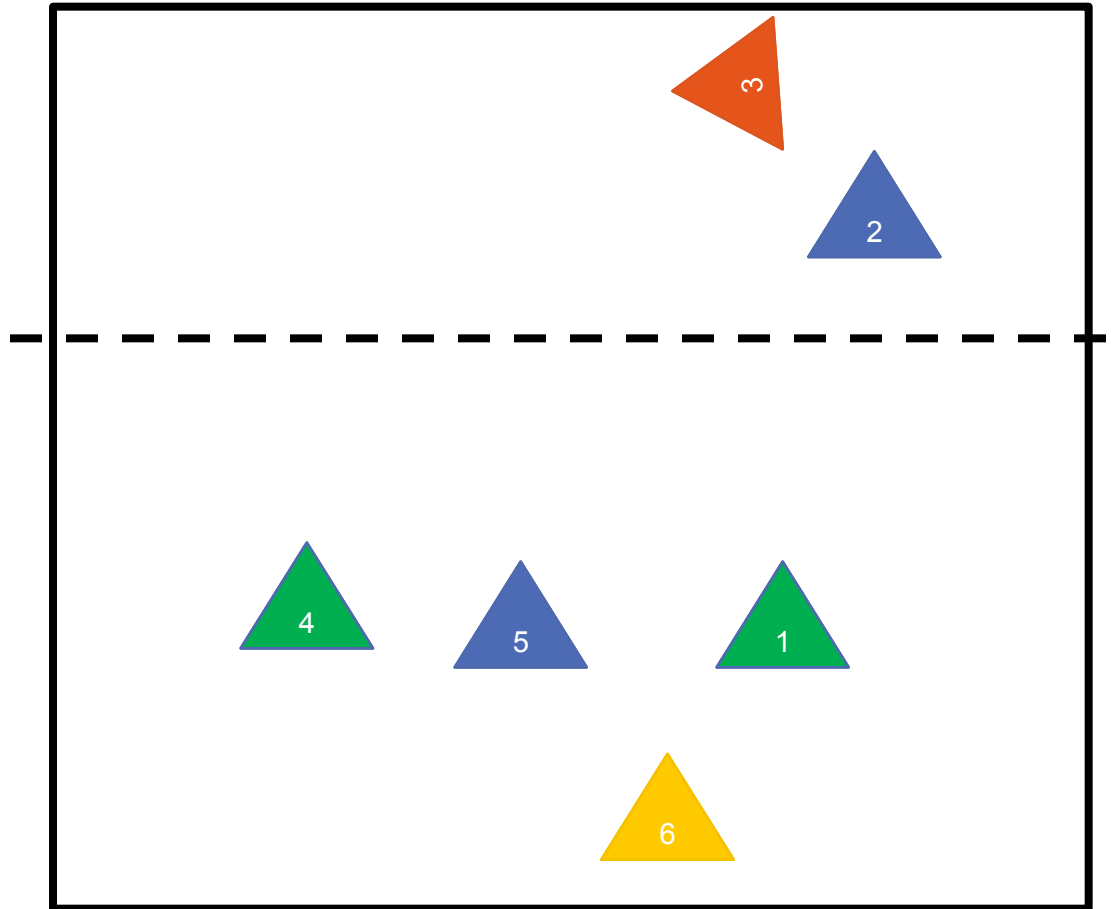
Hinterfeld:

1 = A (Hauptannahme)

5 = M

6 = D

(4 und 5 aufpassen!!)



ZUSPIELER 2

Positionen

Vorderfeld:

2 = Z

3 = A (Hauptannahme)

4 = M

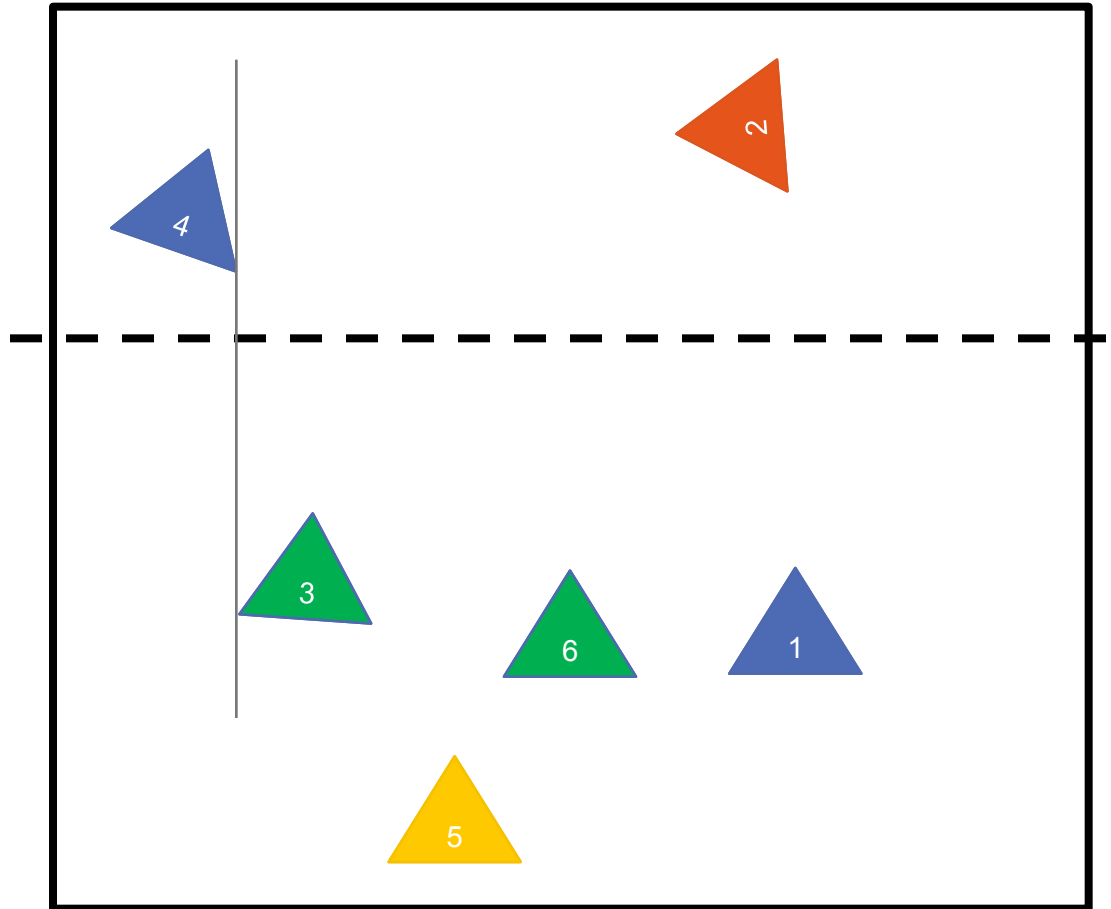
Hinterfeld:

1 = M

6 = A (Hauptannahme)

5 = D

(3 und 6 aufpassen!!)



ABWEHR

ANGRIFF GEG.-4

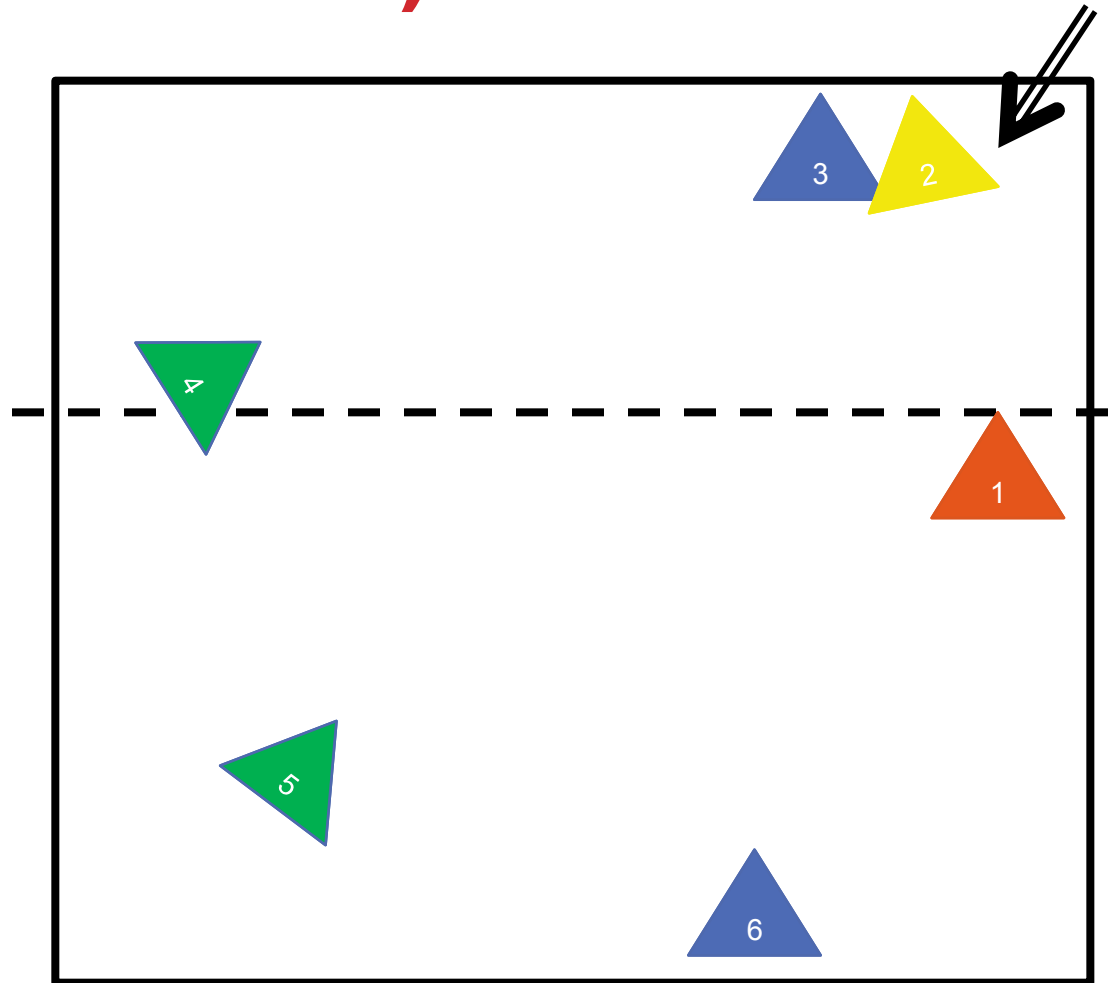
ABWEHR (VARIANTE 1)

Block: 3 und 2

Blocksicherung: 1

4 löst sich vom Netz und rutscht Richtung 5

6 stellt sich entweder neben die 5 oder hinter die 1



ANGRIFF GEG.-4

ABWEHR (VARIANTE 2)

Block: nur 3 (weil 2 nicht blocken kann)

Blocksicherung: 2

4 löst sich vom Netz und rutscht Richtung 5 (bleibt aber im 3m-Raum)

6 stellt sich in die Diagonale

1 stellt sich hinter die 2

