

# BDFL JOURNAL

Verbandsmagazin Bund Deutscher Fußball-Lehrer

**BDFL BUND  
DEUTSCHER  
FUSSBALL-LEHRER**  
Kompetenz im Fußball



## **BDFL-Mitgliederbefragung: Danke fürs Mitmachen!**

Die wichtigsten Erkenntnisse und Auswirkungen auf die Arbeit des Trainerverbandes in der Zukunft

## **Hauptversammlung 2025: BDFL-Präsidium wiedergewählt**

Benno Möhlmann geht in seine zweite Amtszeit als Präsident des Trainerverbandes

## **Internationaler Trainer- Kongress kommt nach Mainz:**

Erste Informationen zu Ablauf, Veranstaltungsorten und Anmeldung zum ITK 2026

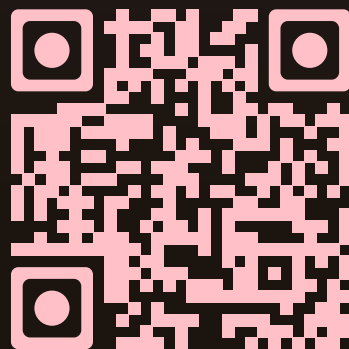
**WIR SUCHEN DIE  
BESTEN  
AMATEURTORE 2025.**



**FOLGT UNS AUF  
PEOPLES PUSKAS.COM**



**©PEOPLE'S PUSKAS** ***B&AT THAT***



## Liebe Trainerkolleginnen, liebe Trainerkollegen,

ihr habt als Mitglieder des BDFL im Rahmen der diesjährigen Hauptversammlung in Leipzig unser Präsidium für die nächsten drei Jahre einstimmig wiedergewählt und damit ein deutliches Zeichen der Kontinuität im Rahmen unserer Verbandsarbeit gesetzt. Präsident Benno Möhlmann und seine Präsidiumskollegen Prof. Dr. Oliver Höner (Vizepräsident Wissenschaft und Methodik), Jürgen Pforr (Vizepräsident Schatzmeister) und Dirk Reimöller (Vizepräsident Fortbildung) stehen auch in den nächsten drei Jahren an der Spitze unseres Trainerverbandes. Außerdem stößt Frank Schmidt (Cheftrainer 1. FC Heidenheim 1846) als Vertreter der Profitrainer ins Präsidium des BDFL. Ich sehe der weiteren konstruktiven Zusammenarbeit mit unserem Präsidium, welche von enormer Wertschätzung und Weitsicht geprägt ist, mit großer Vorfreude entgegen. Mit der Entscheidung für eine weitere hauptamtliche Stelle in der Geschäftsstelle hat das BDFL-Präsidium den Grundstein dafür gelegt, dass sich der BDFL in Zukunft noch professioneller aufstellen kann. Ich begrüße an dieser Stelle unsere neue Verbandsreferentin Marie Hofer ganz herzlich in der BDFL-Familie und wünsche ihr viel Erfolg und Freude bei ihrer Arbeit, die sie am 1. Januar 2026 aufnehmen wird.

## BDFL-Mitgliederbefragung 2025

Die Weiterentwicklung des Bundes Deutscher Fußball-Lehrer ist ein zentrales Anliegen unserer Arbeit im Ehren- und Hauptamt. Um diese Entwicklung bestmöglich im Sinne unserer Mitglieder voranzutreiben, wurde Ende der ersten Jahreshälfte 2025 eine Mitgliederbefragung durchgeführt. Deutlich über 1.000 Trainer\*innen haben die Chance genutzt, um die aktuelle Arbeit des BDFL zu bewerten sowie ihre persönlichen Wünsche zu platzieren und Potenziale des Verbandes aufzuzeigen. Herzlichen Dank dafür! Wir möchten auch in Zukunft den Weg der Weiterentwicklung unseres Trainerverbandes gemeinsam mit euch vorantreiben und die Aufgabenbereiche noch besser an eure Bedürfnisse anpassen. Unsere erste Prämisse ist es, dass unsere Mitglieder wissen und spüren, dass wir als Trainerverband für sie da sind und sie in ihrer Tätigkeit stärken möchten. Ihr als unsere Mitglieder stellt ein riesiges Potenzial an Kompetenz rund um den Fußball und die Verbandsentwicklung dar, auf das wir auch in Zukunft immer wieder zurückgreifen werden.

## Zusammenarbeit mit dem DFB ausgebaut

Traditionell pflegt der BDFL schon seit Jahrzehnten eine starke Partnerschaft mit den Kolleg\*innen des DFB. Ein herzliches Dankeschön auf diesem Wege an Markus Nadler und sein Team aus der Abteilung Trainer\*innen-Entwicklung für die sehr gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit auf



Marcus Dippel

operativer Ebene. Mit Andreas Rettig (Geschäftsführer Sport), Hannes Wolf (Direktor Nachwuchs, Training und Entwicklung) und Knut Kircher (Geschäftsführer Sport und Kommunikation DFB Schiri GmbH) konnten wir die Zusammenarbeit im letzten Jahr noch breiter aufstellen und kontinuierlich auf den unterschiedlichsten Ebenen ausbauen. Ich denke diesbezüglich an das gemeinsame Pilotprojekt „Fußball macht Schule“ in Köln, die Fortführung der Stipendien für Trainerinnen, die konsequente Weiterverbreitung der Trainingsphilosophie Deutschland in den vielfältigen Fortbildungsformaten des BDFL und die Förderung des Austausches zwischen Trainern und Schiedsrichtern im deutschen Profifußball. Wir schätzen es sehr, mit dem DFB einen starken und verlässlichen Partner an unserer Seite zu wissen.

## ITK 2026 findet in Mainz statt

Wir alle im BDFL freuen uns auf das Jahr 2026 mit seinen neuen Herausforderungen und blicken schon jetzt mit großer Vorfreude auf den ITK 2026, der vom 27. bis 29. Juli in Mainz stattfinden wird. Der 1. FSV Mainz 05 mit seinem Präsidenten Stefan Hofmann und dem Technischen Direktor Meikel Schönweitz an der Spitze (beide übrigens BDFL-Mitglieder) ist initiativ mit dem Ziel auf uns zugegangen, den ITK einmal in Mainz auszurichten, da sie den Kongress als Chance ansehen, sich als Verein den deutschen Trainer\*innen zu präsentieren. Beide öffnen uns mit ihren Kontakten vor Ort viele Türen. Herzlichen Dank auch dafür!

Abschließend wünsche ich euch und euren Familien eine besinnliche Weihnachtszeit sowie alles Gute für das Jahr 2026, vor allem Gesundheit!

Mit sportlichen Grüßen  
Euer

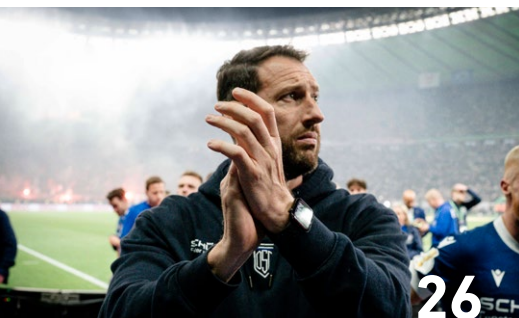
Marcus Dippel  
BDFL-Geschäftsführer



# Inhaltsverzeichnis



10



26



34

## Interview

Horst Steffen: Cheftrainer des SV Werder Bremen \_\_\_\_\_ 4

## Internationaler Trainer-Kongress

ITK Leipzig 2025: Rückblick auf hochkarätiges Programm \_\_\_\_\_ 10

BDFL-Hauptversammlung 2025 \_\_\_\_\_ 14

ITK 2026 findet in Mainz statt \_\_\_\_\_ 16

## Trainerwissen

Kontrolle abgeben - Teams in die Verantwortung nehmen \_\_\_\_\_ 18

Training in Positionsprofilen - spielnah individuell trainieren \_\_\_\_\_ 22

## Interview

Mitch Kniat: Cheftrainer des DSC Arminia Bielefeld \_\_\_\_\_ 26

## BDFL-News

BDFL-Mitgliederbefragung: Ergebnisse und Auswertung \_\_\_\_\_ 32

Stipendium für Trainerinnen: 32 Trainerinnentalente gefördert \_\_\_\_\_ 34

## Interview

Imke Wübbenhorst: Cheftrainerin der Young Boys Bern Frauen \_\_\_\_\_ 36

## Fokusthema

Diskussionsformat für BDFL-Mitglieder: LZ - und dann? \_\_\_\_\_ 42

## Profitrainer\*innen

Regionale Bundesliga Trainertagungen an fünf Standorten \_\_\_\_\_ 46

Vertretung der Profitrainer\*innen in BDFL-Gremien \_\_\_\_\_ 48

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Bund Deutscher Fußball-Lehrer e.V. • Otto-Fleck-Schneise 6 • 60528 Frankfurt am Main •

069 / 2043683-10 • mail@bdf.de • www.bdf.de

**Redaktion:** Melina Stock (stock@bdf.de) • Marcus Dippel (dippel@bdf.de)

**Bildredaktion:** Melina Stock (stock@bdf.de)

**Anzeigen:** Melina Stock (stock@bdf.de)

**Produktion und Vertrieb:** BDFL-Bundesgeschäftsstelle, Frankfurt am Main

**Satz und Druck:** AC medienhaus GmbH • Ostring 13 • 65205 Wiesbaden • www.acmedienhaus.de

**Redaktionsschluss:** Montag, 01. Dezember 2025



**Interview**

Meikel Schönweitz: Technischer Direktor des 1. FSV Mainz 05	50
---	----

**Trainerwissen**

Fußball pur: Das beste Training schreibt das Spiel	54
Der Spielbeschleuniger	58

**Fortbildung**

Fortbildungshighlights aus den BDFL-Verbandsgruppen	62
Methodische und inhaltliche Vielfalt im BDFL-Online-Campus	64

**BDFL-News**

Pilotprojekt „Fußball macht Schule“	66
Verabschiedung verdienstvoller BDFL-Funktionsträger	68
Prägende BDFL-Persönlichkeiten feiern runde Geburtstage	69
Einzug Mitgliedsbeitrag zum 01.01.	71
Mitgliederportal und BDFL-App	72

**Porträt**

Andreas Bauer: Skisprungtrainer-Legende und Fußball-Lehrer	73
--	----

**Recht**

Das Arbeitsrecht im Fußball	76
-----------------------------	----

**Fortbildungstermine 2026**

79



Alle Rechte der Vervielfältigung und Verbreitung einschließlich Film, Funk, Fernsehen sowie der Fotokopie und des auszugsweisen Nachdrucks sind vorbehalten. Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Haftung übernommen.

**Titelfoto:**  
Horst Steffen auf dem Trainingsplatz.  
Foto: DeFodi Images



Horst Steffen. Foto: IMAGO / foto2press

# Bereitschaft, Gemeinschaft, Freude

Horst Steffen, Cheftrainer des SV Werder Bremen, im Interview

**A**uf eine unfassbare Reise in Elversberg folgte der Neuanfang in Bremen. Horst Steffen hat aufregende sieben Trainerjahre hinter sich: 2018 hatte er die SV Elversberg als Regionalligist übernommen. Nach zwei Aufstiegen und einer phänomenalen letzten Saison blieb Steffen und seinem Team die Krönung des gemeinsamen Wegs mit dem knapp verpassten Aufstieg in die Bundesliga verwehrt. Der 56-jährige Chefcoach hat sich nach seinem Wechsel zum SV Werder Bremen trotzdem seinen Traum von der Bundesliga erfüllt. Im Gespräch mit BDFL-Verbandsreferentin Melina Stock hat Steffen über die Magie des Weserstadions, den Stellenwert von Freude am Spiel und persönliche Entwicklung gesprochen.

**Melina Stock (MS): Lieber Horst, seit Sommer bist du Cheftrainer des SV Werder Bremen. Hast du dich im Verein und in der Stadt gut eingelebt?**

**Horst Steffen (HS):** Ich habe mich sehr gut eingelebt. Bremen ist eine schöne Stadt mit der Weser, dem Bürgerpark und einer schönen Innenstadt. In erster Linie habe ich aber tolle Menschen kennengelernt. Schon im Trainingslager im Zillertal habe ich viel Wohlwollen mir gegenüber gespürt. Das hat sich so fortgesetzt. Alle Leute, die mich in

Bremen erkennen, sind sehr freundlich und wünschen uns Glück. Ich habe nur Positives zu berichten.

**MS: Sehr schön! Wie ist der Saisonanstieg rein sportlich aus deiner Sicht verlaufen?**

**HS:** Vor der Länderspielpause im November noch mal einen Sieg eingefahren zu haben, tat uns allen gut – vor allem weil uns die Anfangsphase der Saison nicht sehr gut gelungen ist: Wir hatten einige verletzte Spieler, Transfers sind teilweise erst recht spät zur Mannschaft gestoßen. Dann kam der sportlich schwierige Saisonstart mit dem Pokal-Aus und dem 1:4 in Frankfurt im ersten Ligaspiel. Schon am zweiten Spieltag hatten wir aber unser erstes Highlight mit dem Last-Minute-Unentschieden in Unterzahl gegen Leverkusen, als wir zwei Tore aufgeholt haben. Bei diesem Spiel ist das Stadion richtig laut geworden und ich habe einen ersten Geschmack davon bekommen, wie sich das Weserstadion anfühlt, wenn es gut läuft. Das war imposant für mich und ein tolles Erlebnis. Im Verlauf der Saison sind wir immer konstanter geworden und haben gut gepunktet.

**MS: Das Weserstadion und den Last-Minute-Heimsieg beim letzten Spiel vor der Länderspielpause hast du schon ange-**

**sprochen. Wie hat es sich als Trainer angefühlt, in diesem Stadion zu stehen und in der 94. Minute schießt ihr das 2:1-Siegtor gegen Wolfsburg?**

**HS:** Das ist natürlich pure Emotion, wie grundsätzlich immer bei Last-Minute-Siegen. Ich finde das Feiern nach einem Sieg im Weserstadion besonders schön. Dann ist das Stadion mit uns vereint. Die vielen glücklichen Gesichter zu sehen, all die Leute, die uns applaudieren, unsere Fankurve, die noch einmal alles gibt – das ist etwas Besonderes.

**MS: Für dich ist es das erste Jahr als Erstligatrainer. Was bedeutet es dir, jetzt Bundesligatrainer zu sein?**

**HS:** Überhaupt im Fußball als Trainer hauptberuflich zu arbeiten, ist außergewöhnlich. Dass es für mich einen Weg in die Bundesliga gegeben hat, ist sehr schön. Innerlich hatte ich immer den Drang, Bundesligatrainer zu sein. Das Arbeiten ist aber sehr ähnlich zu dem, wie ich es bislang gehandhabt habe: Ich bin Angestellter des Vereins. Ich muss den Jungs erklären, wie das Ganze zu funktionieren hat und wie wir im besten Fall erfolgreich sind. Ich muss immer wieder Anpassungen vornehmen und von Woche zu Woche überlegen, ob das, was ich tue und wie ich es tue, noch richtig ist. Es bleibt die gleiche spannende Aufgabe, mit Menschen zusammenzuarbeiten und für den Club, die Mannschaft und natürlich auch für mich das beste Ergebnis rauszuholen.

**MS: Bevor du nach Bremen gegangen bist, warst du fast sieben Jahre Cheftrainer in Elversberg – eine sehr lange Zeit vor allem als Trainer. Wie bist du die Veränderung angegangen?**

**HS:** Natürlich habe ich mich intensiv mit den Verantwortlichen ausgetauscht und versucht, die Mannschaft so schnell wie möglich kennenzulernen durch Videostudium der alten Spiele. In der Kaderplanung habe ich ebenfalls mitgewirkt und hatte das Gefühl, noch etwas steuern zu können, was sich allerdings nicht ganz einfach gestaltete. Die Wohnungssuche und der Umzug kommen dazu. Es gab viele Treffen mit Menschen im Verein und Vereinsumfeld, die ich kennenlernen wollte und die mich kennenlernen wollten – ob aus der Geschäftsstelle, die sehr groß ist, dem Aufsichtsrat oder Sponsoren. Nachdem man sich kennengelernt hat, stellt sich irgendwann eine gewisse Routine ein. Bei uns ist das nach dem Transferschluss passiert, als klar war, dass wir jetzt unsere Mannschaft zusammen haben, mit der wir arbeiten dürfen. Davor herrschte lange Zeit ein Schwebezustand, weil bei dem einen oder anderen Spieler im Raum stand, dass er vielleicht noch wechselt und dann wieder ein anderer Spieler hinzukommen müsste. Mit dem Ende des Transferfensters war dieser Schwebezustand vorbei und für uns war klar: Das sind die Spieler, mit denen wir in dieser Saison zusammenarbeiten werden, jetzt können wir eine Gruppe formen.

**MS: Eine langjährige Zusammenarbeit verbindet dich mit deinem Co-Trainer Raphael Duarte, der schon als Co-Trainer in Elversberg aktiv war. Was macht eure Zusammenarbeit aus?**

**HS:** Wir haben ein sehr großes gegenseitiges Vertrauen in uns und die Dinge, die wir tun. Rapha hat schon in Elversberg immer mehr Inhalte der Trainingsplanung und Trainingsdurchführung übernommen, was bis dahin komplett mein Part war. Ich konnte ihm immer mehr abgeben, sodass sich das Gefühl entwickelt hat: Da ist ein fachlich und menschlich guter Trainer an meiner Seite, der mir Arbeit abnehmen kann. Dadurch kann ich mich mehr auf andere Dinge konzentrieren, wie Spielergespräche. Einzelgespräche sind sehr wichtig, um eine gute Bindung zu den Spielern aufzubauen und beizubehalten. Mir ist es wichtig, die Spieler kennenzulernen und zu wissen, wie sie ticken und was sie erlebt haben. Somit bekomme ich durch unsere gute Zusammenarbeit wichtige Freiräume und bin froh, dass ich Rapha mitnehmen konnte. Wir haben hier ein großes Team, in dem wir uns gemeinsam dafür verantwortlich fühlen, die Jungs so gut wie möglich zu trainieren. Da gehören nicht nur die Co-Trainer und unser Torwarttrainer dazu, sondern genauso die Athletiktrainer, Videoanalysten, Scouts und Physios, aber auch unser Leiter Lizenzspielerbereich Peter Niemeyer. Meine beiden Co-Trainer Rapha und Christian Groß sind voll involviert und meine engsten Ansprechpartner.

**MS: Lass uns über deine Zeit in Elversberg sprechen. Du hast in diesem Verein eine unglaublich erfolgreiche Ära geprägt. Wie schaust du auf diese Zeit zurück?**

**HS:** Das war einfach eine unglaubliche Geschichte. Dass ich es erleben durfte, mit dem Verein so eine Entwicklung zu nehmen, gemeinsam mit den Verantwortlichen zu wachsen und zu sehen, wie ein Stadion größer wird, eine Fanbasis wächst und eine ganze Region mitgenommen wird,



Horst Steffen feiert den Elversberger Zweitligaufstieg.  
Foto: IMAGO / Fussball-News Saarland



dafür bin ich dankbar. Es war so eine Begeisterung und Freude da, die ich auch gerne auf dem Spielfeld sehen möchte – diese Spielfreude, die in jedem Spieler steckt und die jeden Einzelnen zu Bestleistungen treibt, auf dem Feld sichtbar wird und das ganze Stadion ansteckt. Das ist gut gelungen und kann nur dann passieren, wenn gute Leute zusammenkommen. Als damals das Spiel abgepfiffen wurde, wonach der Aufstieg in die dritte Liga feststand, drehte ich mich zu unserem Vorstand um, der schon so lange danach gelehzt hatte, dass es eine Liga nach oben geht, und habe pure Freude gesehen. Es war für mich ein großes Gefühl, dass wir mit unserer Arbeit so vielen Leuten einen großen Wunsch erfüllt hatten. Die Geschichte hat sich dann fortgesetzt mit dem Aufstieg in die zweite Liga und dem, was wir dort erreicht haben. Viele Dinge sind besser gelaufen, als ich jemals vermutet hatte. Häufig ist das eigentliche Leistungsniveau von den Jungs übertroffen worden. Dementsprechend bin ich davon abgekommen, eine Einschätzung abzugeben, wie eine Saison verlaufen kann. Ich warte ab, was passiert. Natürlich arbeiten wir zielgerichtet. Aber Ergebnisse zu antizipieren – dabei bin ich sehr zurückhaltend geworden.

**MS: Du hast gerade viel von Spaß und Freude gesprochen. Einer der Spieler, die unter dir in Elversberg gespielt haben, hat in einem Interview gesagt, dass du ihm den Spaß am Fußball zurückgegeben hast. Was macht es mit dir, wenn ein Spieler so etwas über dich als Trainer sagt?**

**HS:** Das ist genau das, was ich rüberbringen möchte und ich spüre das auch. Ich hatte in Elversberg das Gefühl, dass

die Jungs so gut spielen möchten wie möglich und einfach ihr Spiel spielen. Es geht nicht darum, eine Show zu machen. Es geht nicht darum, ein Schlachtfeld zu kreieren, wo es nur um Kampf geht. Nein, wir wollen besser und schneller spielen als der Gegner. Kampf ist ein Bestandteil des Spiels, aber mir wird er überbetont, wodurch zu große Ernsthaftigkeit ins Spiel kommt und oft die Spielfreude gebremst wird. Die Spielfreude soll immer im Vordergrund stehen und nicht verloren gehen. Das Grundgefühl jedes Einzelnen sollte sein: Ich will dieses Spiel spielen. Das haben wir als Kind gespielt und genauso möchte ich es meinen Spielern anbieten. Meine Überzeugung ist, dass es nicht darum geht, ein Spiel zu durchdenken. Natürlich müssen wir uns als Trainer ein Stück weit vorbereiten, aber am Ende soll es für die Spieler möglichst gedankenlos ablaufen.

**„Kampf ist ein Bestandteil des Spiels, aber mir wird er überbetont, wodurch zu große Ernsthaftigkeit ins Spiel kommt und die Spielfreude gebremst wird.“**

**MS: Wie versucht ihr, diese Leichtigkeit, die du beschreibst, in den Trainingsalltag zu integrieren? Wie sieht das bei euch auf dem Platz aus?**

**HS:** Wir wollen Situationen kreieren, in denen ein Wettbewerb entsteht, die Spieler in Spielsituationen kommen, die sie am Wochenende zu erwarten haben und in denen sie Freude haben. Es kann beides in einem Training stattfinden: Ernsthaftigkeit und Lachen. Es gibt Phasen, in denen ich sage: Jetzt geht es um Inhalte und Ernsthaftigkeit. Und dann gibt es wieder einen Tag, zwei Tage vor einem Spiel, der gedankenlos ablaufen kann, an dem wir ein Aufwärmen machen, im Kreis spielen und eine Turnierform durchführen, das wars. Wir wollen einen Tag anbieten, an dem wir einfach zocken. In der Durchführung der Turnierform sind natürlich bestimmte Inhalte gefordert, die die Jungs aber gar nicht wahrnehmen, sodass dieser Tag ohne Denken stattfindet, während wir andere Tage haben, an denen Gegneranalysen anstehen und die Spieler aufmerksam sein und mitdenken müssen. Ich glaube, ein wichtiger Punkt ist das Vertrauen, das wir den Spielern schenken. Sie merken, dass wir uns nicht verändern, egal ob wir drei Mal verloren oder drei Mal gewonnen haben und dass auch wir unsere Leichtigkeit behalten. Wir sind Vorbilder und es ist wichtig, wie wir mit gewissen Situationen umgehen und wie locker wir sind. Ich bin so, wie ich bin. Die Spieler merken, dass ich keine Rolle spiele. Ich bin der Coach, aber ich bin auch Mensch. Es darf gelacht werden, man darf sich ärgern, es darf Freude über einen Sieg da sein. Ich versuche, aufmerksam den Jungs gegenüber zu sein, damit sie sich gesehen fühlen und dass



Horst Steffen auf dem Trainingsplatz. Foto: IMAGO / Nordphoto

klar ist: Ich habe Interesse an ihnen. Wenn das Vertrauen und die Bindung da sind, werden Dinge nicht mehr ganz so persönlich genommen und damit kommt dann auch die Leichtigkeit, die sich im Trainingsalltag zeigt und sich letztlich auf das Spiel überträgt.

**MS: Was sind die Elemente, die in eurem Spiel immer zu sehen sein sollen?**

**HS:** Es gibt viele Basics, die da sein sollen. Das sind vor allem der Fokus und die Intensität. Wir wollen eine Gemeinschaft darstellen und Verbindungen auf dem Feld haben, sodass von außen spürbar wird, dass die Spieler verbunden sind – ob das über Gesten, Coaching oder die Abstände in der Defensive und Offensive sichtbar ist. Dass Mut und Vertrauen zu sehen sind. Dass wir füreinander arbeiten. Wir wollen Spielfreude ausstrahlen. Ich möchte alle Elemente sehen. Wir hatten schon einige Momente, in denen die Freude so groß war, dass keiner so richtig wusste wohin mit den Emotionen. Das ist mein liebstes Gefühl. Spieler, die Chancen verwerten, sollen den Gedanken haben: „Wer hat denn eigentlich die Vorlage gegeben? Danke dafür!“ Dass das Ego ein Stück weit in den Hintergrund und die Gemeinschaft in den Mittelpunkt rückt, ist mir wichtig.

**MS: Dazu gehört auch, dass man in einer Fußballmannschaft mehr als elf Spieler im Kader hat. Dementsprechend gibt es immer Spieler, die auf der Bank sitzen, es nicht in den Kader schaffen oder auf einer anderen Position zum Einsatz kommen als auf der eigenen Lieblingsposition. Wie gehst du die Kommunikation dieser Entscheidungen an?**

**HS:** Das ist die komplizierteste Aufgabe: Spielern mitzuteilen, dass sie nicht im Kader sind oder nicht spielen, weil jeder das Bedürfnis hat zu spielen und sich in der Regel auch so einschätzt, dass er spielen sollte. Für mich ist wichtig, dass es für diese Spieler im Training Inhalte gibt, bei denen sie an den Dingen arbeiten können, die wir im Trainerteam kritisieren. Es gibt immer wieder Zusatzprogramme für die Jungs, die hintendran sind. Ich führe sehr viele Gespräche mit den Spielern, die nicht dabei sind, aber natürlich auch mit denen, die am Wochenende die Spielentscheider sein werden. Deshalb reicht die Gesprächszeit nicht immer aus, um den Bedürfnissen derjenigen, die nicht spielen, nachzukommen. Ich mache in meiner Wertschätzung keine Unterschiede zwischen den Spielern – das ist das Wichtige. Für jeden Spieler, der bei uns ist, ist klar, dass ich Interesse an ihm habe und es mir nicht egal ist, wenn er enttäuscht ist. Wenn ich gewisse Emotionen wahrnehme, suche ich sehr schnell das Gespräch, damit ich die Resonanz geben kann: Ich habe dich gesehen. Gesehen zu werden, ist etwas sehr Wichtiges für die Spieler, die hintendran sind. Wenn sie sich unwichtig oder wie ein Objekt fühlen, wird es nicht gut funktionieren. Deshalb herrscht bei uns im Trainerteam das Bemühen, für alle da zu sein.



*Steffen mit Anweisungen während des Spiels. Foto: IMAGO / Nordphoto*

**MS: Gerade beim Heranführen und in der Begleitung junger Spieler spielt die Kommunikation eine besonders wichtige Rolle.**

**HS:** Das Bedürfnis nach Ansprache ist bei den jungen Spielern sehr unterschiedlich: Die einen brauchen sie mehr, die anderen weniger. Grundsätzlich ist es wichtig, dass sie mein Vertrauen spüren und wissen, dass ich sie mag. Sie bekommen bei uns die Möglichkeit, reifen zu können. Mir ist klar, dass ich als Trainer Fehler mache. Das sage ich auch gegenüber der Mannschaft. Dieser Umgang mit Fehlern nimmt den Druck raus, immer perfekt sein zu müssen, um den Trainer zufrieden zu stellen. Wenn du frei von diesen Gedanken bist, kommt das Talent noch mehr zum Vorschein, was davor ein Stück weit eingeschlossen war. Fehler sind erlaubt. Nur so geht Entwicklung. Das trifft natürlich vor allem auf jüngere Spieler zu. Es gibt aber auch Spieler mittleren Alters, die in anderen Vereinen nicht an ihre Leistungsgrenzen gekommen sind und bei uns dann wieder freier aufgespielt und sich entwickelt haben. Diese Atmosphäre hilft allen Spielern bei der Entwicklung ihres wahren Potenzials. Denn dieses Potenzial steckt in ihnen. Ich kann ja nichts rausholen, was gar nicht vorhanden ist. Ich kann mehr oder weniger gar nichts dafür. Ich kann nur die Tür öffnen, Hilfestellungen geben und Begleiter sein, aber die Jungs müssen für sich selbst Verantwortung übernehmen. Eine Opferhaltung ist nicht zu tolerieren. Du kannst nicht mit dem Finger auf andere zeigen. Du hast Verantwortung für deine eigene, aber auch für die Teamleistung. Es ist nicht nur eine Wohlfühlatmosphäre, in der wir alle füreinander da sind, nein. Jeder Spieler hat den Auftrag – für die Gruppe und für den Verein, bei dem er einen Vertrag unterschrieben hat – sein Bestes zu geben. Ein gutes Gefühl und eine gute Atmosphäre sind nötig, um das Leistungspotenzial auszu-

schöpfen. Aber es gibt auch die klare Forderung von meiner Seite: Ihr müsst selbst etwas dafür tun, dass euer Talent sichtbar wird. Mit Faulheit und Zufriedenheit kann ich nicht gut umgehen. Das Talent ist geschenkt worden und es ist dazu da, es so gut wie möglich einzusetzen für eine Gemeinschaft. Darin sehe ich den Auftrag der Spieler. Es kann nicht sein, dass ein Spieler zum Training kommt ohne eine Vorstellung davon, was er heute trainieren möchte, sondern alles dem Trainerteam überlässt. Die Spieler müssen ihr eigenes Leben in die Hand nehmen, so gut es geht.

**MS: Dabei geht es nicht nur um Fußball, sondern um eine Einstellung zum Leben.**

**HS:** Letztlich sind alle Berufe eine Lebensschule. Für jeden in seinem Bereich und mit seinem Talent. Ich lerne fürs Leben in meinem Bereich Fußball. Für mich wird es beispielsweise eine Lernaufgabe fürs Leben sein, Gewinnen und Verlieren zu akzeptieren (lacht). Das fällt mir schon immer schwer und wird mich noch lange begleiten.

**MS: Ist doch super, wenn man seine eigenen Entwicklungspotenziale kennt (lacht).**

**HS:** Absolut! Das sehe ich auch so. Diese Eingefahrenheit – das habe ich nicht in mir. Natürlich habe ich meine Gewohnheiten, die sich gut anfühlen. Aber ich werde immer wieder neugierig sein, was es in der Welt und im Fußball Neues gibt. Ich bin immer gespannt, was der nächste Trainingstag und die nächste Woche bringt und was die Trainerkollegen rechts und links von mir zeigen, von dem ich denke: Das habe ich noch gar nicht so gesehen, das ist interessant. Offenheit ist mir sehr wichtig. In der Pressearbeit muss ich natürlich aufpassen. Ich merke, dass viele Sätze genommen werden und nach draußen gehen, bei denen der Kontext nicht stimmt. Das ist ein Bereich, in dem ich weniger offen bin als in Situationen mit der Mannschaft. Dort kann ich über private Dinge sprechen, weil ich spiegeln möchte, dass auch sie offen mir gegenüber sein können. Warum nicht? Wenn sich das Gefühl von „Ich darf nicht so viel sagen, ich darf nicht so viele Bälle verlieren“ einstellt, ist das schade. Ich möchte, dass es in eine andere Richtung geht. Ich für mich habe dieses Gefühl nicht mehr, sondern stelle mir eher die Frage: „Wofür sollte mein Fehler gut sein? Warum hat es sich heute nicht so gut angefühlt?“ Dadurch entstehen neue Erkenntnisse, auf denen ich aufbauen kann. Ich habe eine Menge aus den Dingen gelernt, die sich nicht gut angefühlt haben. Alles, was wir an Erfolgen haben, verblasst und interessiert irgendwann niemanden mehr. Deshalb ist für mich der Umgang miteinander das Wichtigste. Natürlich bin ich Sportler und möchte Spiele gewinnen, das ist ganz klar. Das ist der Antrieb, weiterhin gut zu arbeiten und alles rauszuholen.

**MS: Dein Vertrag bei Werder läuft bis 2028. Was möchtest du mit dem Verein erreichen?**

**HS:** Ich kann das nicht an einer Platzierung festmachen. Ich versuche, das Gleiche zu tun wie in allen anderen Trainerjahren zuvor: Ich möchte eine Gemeinschaft formen, einen Spielstil auf den Platz bringen, der Spielfreude und Mut ausstrahlt. Ich nehme lieber ein 5:4 als ein 1:0 – und trotzdem feiern wir auch unsere 1:0-Siege. Es ist keine Selbstverständlichkeit, in der Bundesliga Spiele zu gewinnen. Ich habe die Idee, dass sich alles wie aus einem Fluss anfühlt. Es ist klar, dass es Zeit braucht, bis sich dieser Zustand einstellt. Wir wollen eine Mannschaft sein, die eine hohe Intensität auf den Platz bringt, die Spielfreude und Gemeinschaft zeigt – und dann kommt ein Ergebnis zustande. Jeden Punkt, jeden Sieg, den wir einfahren, sollten wir feiern und dann schauen wir mal, wo die Reise hingeht. Leistungsbereitschaft, Gemeinschaft, Freude – das soll im Vordergrund stehen. Davon bin ich überzeugt. Dass vieles im Fußball Zufall ist, ist ein Fakt. Darüber reden die Leute nicht, aber ich weiß das. Deswegen weiß ich auch, dass Glück und Pech dazugehören. Wir wollen so wenig wie möglich zufällig spielen und das Glück auf unsere Seite bringen. Am liebsten strahle ich Glück aus – dann kommt es vielleicht auch zurück.

**MS: Dann drücke ich die Daumen, dass das Glück zu dir zurückkommt – beruflich sowie privat.**

**HS:** Vielen Dank, das wünsche ich dir auch.

## Vita Horst Steffen

**Geburtsdatum:** 03.03.1969

### Seine Stationen als Spieler:

1988 – 1991:	Bayer 05 Uerdingen
1991 – 1993:	Borussia Mönchengladbach
1993 – 1996:	Bayer 05 Uerdingen / KFC Uerdingen 05
1996 – 2003:	MSV Duisburg

### Seine Stationen als Trainer:

2003 – 2005:	SC Kapellen-Erft (Cheftrainer)
2006 – 2008:	MSV Duisburg II (Cheftrainer)
2008 – 2009:	MSV Duisburg U19 (Cheftrainer)
2009 – 2010:	Borussia Mönchengladbach U17 (Cheftrainer)
2010 – 2013:	Borussia Mönchengladbach U19 (Cheftrainer)
2013 – 2015:	Stuttgarter Kickers (Cheftrainer)
2015 – 2016:	Preußen Münster (Cheftrainer)
2017 – 2018:	Chemnitzer FC (Cheftrainer)
2018 – 2025:	SV Elversberg (Cheftrainer)
seit 2025:	SV Werder Bremen (Cheftrainer)



# ***BDFL-WISSENSNETZ:***

## ***Experten-Inhalte auf Abruf***



**Die E-Learning-Plattform  
für Trainer\*innen!**



Das Wissensnetz ist die E-Learning-Plattform exklusiv für BDFL-Mitglieder. Praxisseinheiten und Vorträge sind als PDF- und Videodateien jederzeit abrufbar. Entdecke auch du die Online-Wissensdatenbank mit über 200 hinterlegten Inhalten für deine Entwicklung als Trainer\*in!



Christian Streich (v.l.), Roger Schmidt, Kosta Runjaic, Andreas Rettig und Arno Michels stellten sich auf der ITK-Bühne Michael Leopolds (rechts) Fragen.

# ITK überzeugt mit Inhalt und Prominenz

## Inspirierende Fortbildungsbeiträge / Bundestrainer Nagelsmann im Interview

Zwei Bundestrainer, internationale Top-Trainer\*innen, spannende Praxiseinheiten und intensive Workshopphasen: Der Internationale Trainer-Kongress des Bundes Deutscher Fußball-Lehrer (BDFL) hatte bei seiner 67. Auflage den knapp 1.000 teilnehmenden Trainer\*innen einige Highlights zu bieten. Unter dem Leitthema „Aktuelle Perspektiven der Fußballentwicklung“ wurden sowohl taktische Trends analysiert als auch ein Blick auf moderne Team- und Menschenführung geworfen und Detailthemen in Kleingruppen diskutiert. In der abschließenden Podiumsdiskussion sprachen Trainer- und Funktionärsgrößen über aktuelle Entwicklungen im Profifußball. Ebenfalls Teil der Veranstaltung war die turnusgemäße Hauptversammlung des Trainerverbandes, in deren Verlauf das BDFL-Präsidium um Präsident Benno Möhlmann einstimmig wiedergewählt wurde.

### Großartige Unterstützung von RB Leipzig

Unter dem Leitthema „Aktuelle Perspektiven der Fußballentwicklung“ machte der ITK in diesem Jahr in Leipzig Station. Bundesligist RB Leipzig öffnete für die Durchführung eines der weltweit größten Trainerkongresse seine Pforten und war nicht nur Gastgeber der Praxisdemonstrationen in seinem Trainingszentrum sowie der 3. Halbzeit in der Red Bull Arena, sondern gab auch spannende Einblicke in seine Philosophie und Nachwuchsarbeit. Durch das ITK-Programm führte einmal mehr Sky-Moderator Michael Leopold, der in Leipzig bereits zum zwölften Mal den Internationalen Trainer-Kongress begleitete.

Eröffnet wurde der 67. Internationale Trainer-Kongress von Benno Möhlmann, der in seiner Eröffnungsrede drei inspirierende Tage mit spannendem Input und interessanten Gesprächen mit Trainerkolleg\*innen versprach. Dieses Versprechen wurde bereits mit dem Eröffnungsvortrag eingelöst: Prof. Dr. Hans-Dieter Hermann (ehem. Sportpsychologe A-Nationalmannschaft des DFB, Geschäftsführer Coaching Competence Cooperation Rhein-Neckar) sprach in seiner gewohnt eindringlich-ruhigen Art über den vielfältigen Benefit, den der Einsatz sportpsychologischer Methoden und Werkzeuge im Fußball mit sich bringt. Dabei gab er einige Beispiele aus seiner langjährigen Arbeit mit der Fußball-Nationalmannschaft und konnte somit den anwesenden



Trainer\*innen konkrete Handlungsempfehlungen für die eigene Arbeit im Mannschaftskontext mit auf den Weg geben.

### Parallelvorträge: Was das Spiel verlangt und welche Rolle Schiedsrichter spielen

Nach dem Einführungsvortrag folgten am ITK-Montag drei Parallelvortrags-Blöcke: Jede\*r Teilnehmer\*in konnte zwischen zwei zeitgleich stattfindenden Vorträgen entscheiden. Im Hauptsaal gab Dr. Paul Bradley (FIFA Football Science Consultant) in seinem Vortrag mit dem Thema „Context is King – When Interpreting the Match Demands“ Impulse, wie physische Daten in den Kontext des Spiel gebracht werden und damit zielführend interpretiert werden können. Parallel widmete sich Knut Kircher der Überschrift „Der moderne Schiedsrichter“. Der Geschäftsführer Sport und Kommunikation der DFB Schiri GmbH zeigte auf, welchen Herausforderungen sich die Schiedsrichter im Profibereich stellen müssen und wie stark sich die Anforderungen an die Unparteiischen in den letzten Jahren verändert haben.

### Trainerentwicklung und systematische Verletzungsprävention

Im zweiten Block der Parallelvorträge wurden die Themen Trainerentwicklung in Premier-League-Vereinen und systematische Verletzungsprävention beleuchtet. Performance Coach und Trainerentwickler Iain Brunnschweiler zeigte die Grundsätze der Trainerentwicklung in Vereinen der Premier League anhand einiger Beispiele auf und ging darauf ein, wie die Entwicklung einzelner Trainer\*innen mit der Vision und den Anforderungen des Vereins in Einklang gebracht werden kann. Dem Thema „Fitter Spieler. Starke Teams. Nachhaltiger Erfolg – mit systematischer Verletzungsprävention“ widmete sich Dr. Micha Pietzonka (Sportreferent der VBG Verwaltungs- Berufsgenossenschaft) und erklärte dabei den Ansatz, durch verletzungspräventive Maßnahmen mit fittern Spielern zu arbeiten, dadurch das eigene Team zu verbessern und den Erfolg zu sichern.

### Fußball pur, Integration von Talenten und Ausbildung in Paraguay

Ein Faktor bei der erfolgreichen langfristigen Entwicklung von Talenten ist deren Integration in den Verein – das ist die These, die George Holmes in seinem Vortrag ausführte. Der Scout und Intelligence Manager bei Brighton & Hove Albion FC zeigte auf, welche wichtige Rolle sowohl die Gewinnung talentierter Spieler als auch deren Integration in den Verein und die optimalen Bedingungen für die fußballerische Entwicklung dieser Talente in der Gesamtstrategie des Vereins spielen. Zeitgleich gab Andreas Schumacher (zuletzt: Co-Trainer 1. FC Magdeburg, Trainerentwickler, Standardspezialist) Einblicke in seine Trainingsphilosophie. In seinem

Vortrag „FUSSBALL PUR. Das beste Training schreibt das Spiel.“ betonte Schumacher, dass immer das Spiel die Basis für Training sein muss und wie Erkenntnisse aus der Spielanalyse in die Trainingspraxis übertragen werden können.

Einen Blick über den Tellerrand bekamen die anwesenden rund 1.000 Trainer\*innen geboten, als Vertreter des Fußballverbands Paraguay ihre Ausbildungsphilosophie vorstellten. BDFL-Premiumpartner PUMA hatte Enrique Sánchez (Vizepräsident Fußballverband Paraguay) und Javier Valdecantos (Direktor Leistungszentrum „Cardif“) zum ITK eingeladen, um die Strategie der Nachwuchsförderung des Verbandes vorzustellen. In seinem Vortrag zeigte Valdecantos auf, wie in Paraguay junge Spieler ganzheitlich ausgebildet werden sollen.

### Praxis: Spielbeschleuniger und Impulsspielformen zur Spielerentwicklung

Zum ersten Mal auf den Platz ging es mit DFB-Trainer Marc-Patrick Meister und der U16 von RB Leipzig: Meister (Cheftrainer U15-Junioren des DFB) erläuterte zunächst, durch welche Aktionen ein Spiel beschleunigt werden kann und zeigte anschließend auf dem Platz, wie in Spielformen mit bestimmten Provokationsregeln genau diese Aktionen zur Spielbeschleunigung geübt werden können. Ebenfalls auf unterschiedliche Spielformen setzte RB-U19-Cheftrainer Sebastian Heidinger in seiner Praxisdemo zur Spielerentwicklung in Impulsspielformen. Ein wesentliches Ziel ist dabei das Erreichen einer hohen Intensität und das Erkennen von Impulsen im Spiel – etwa ein bestimmtes Gegnerverhalten – die eine bestimmte Handlung der Spieler auslösen sollen.

### Praxis: Individualisierung und Positionsspezifisch

Auch der zweite ITK-Tag startete im Trainingszentrum von RB Leipzig. Als Demogruppe stellte sich unter anderem die Frauen-Bundesligamannschaft der Leipziger zur Verfügung.



Das Frauen-Team von RB Leipzig gab Einblicke in deren Trainingsabläufe.



Deren Cheftrainer Jonas Stephan stellte den Aufbau einer Trainingseinheit in den Positionsprofilen seiner Mannschaft vor und erläuterte dabei, wie er seine Spielerinnen innerhalb des Teamtrainings spielnah, individuell und positionsspezifisch entwickeln möchte. Einen weiteren Ansatz zur Individualisierung im Teamtraining zeigte Bartosch Gaul (Leiter Leistungsbereich U15 bis U19 RB Leipzig) gemeinsam mit Trainern der U15- und U16-Junioren von RB auf. An unterschiedlichen Stationen lag der Fokus auf dem Coaching der einzelnen Spieler, um diese möglichst individuell zu entwickeln. Diesen Ansatz der RB-Ausbildungsphilosophie „Einfach, intuitiv, erfolgreich“ führte Gaul später auch in seinem Theorievortrag noch einmal aus und lieferte spannende Einblicke in die Arbeit mit Nachwuchsspielern bei RB Leipzig.

### Beteiligung der Spieler\*innen als Erfolgsfaktor

Um die systematische Entwicklung junger Spieler ging es auch beim Vortrag von Manuel Baum. Der Leiter Entwicklung und Innovation des FC Augsburg nahm in seinem Vortrag den Übergang vom Jugend- zum Profispieler ins Visier und gewährte dabei Einblicke in seinen vielfältigen Erfahrungsschatz. Ein Highlight des ITK war der Auftritt von Hockey-Bundestrainer André Henning. In seinem Vortrag zum Thema „Crunch-Time-Weltmeister: Wie Beteiligung ein Top-

Team formt“ überzeugte Henning sowohl mit seinem Ansatz der kooperativen Führung und der Übertragung von Verantwortung auf seine Spieler als auch mit seinem leidenschaftlichen und authentischen Auftreten.

### Workshops zu acht unterschiedlichen Themen

Erneut sehr gefragt waren die Workshops, die zu acht unterschiedlichen Themen und von hochkarätigen Referent\*innen angeboten wurden. Unter anderem wurden die Themen „Talententwicklung – wie sieht ein effizientes Training aus?“, „Neurozentriertes Training im Fußball – Trainingsbeispiele für das neuronale Anforderungsprofil“ oder „Berücksichtigung des Menstruationszyklus im Training“ in Kleingruppen behandelt. Neben dem Input der Referent\*innen war während der Workshops Raum für den inhaltlichen und erfahrungsbasierten Austausch unter Trainerkollegen.

### Taktische Analysen und Übertragung in die Trainingspraxis

Parallel zu den Workshops in Kleingruppen wurde den Teilnehmenden ein spannendes Vortragsprogramm geboten: Irene Fuhrmann (zuletzt: Teamchefin Frauen-Nationalmannschaft des ÖFB, UEFA Technical Observer) stellte ihre Analyse der UEFA Women's Champions League vor und



Bundestrainer Julian Nagelsmann während seines Interviews mit Michael Leopold auf der ITK-Bühne in Leipzig.

lieferte konkrete Empfehlungen für die Übertragung der Erkenntnisse in die Trainingspraxis.

Praxisnah gestaltete auch Bernhard Peters seinen Vortrag. Der ehemalige Hockey-Nationaltrainer und Sportdirektor im Profifußball legte seinen Fokus auf „Das Spiel im letzten Drittel bis zum Torabschluss“ und zeigte neben einer Analyse unterschiedlicher Spielszenen, wie im Training Abschlusssituationen kreiert und geübt werden können.

### Diversitätssensibilität als Führungskompetenz

Einen gesellschaftsrelevanten Beitrag zum ITK lieferten Otto Addo (Cheftrainer Ghanaische Fußballnationalmannschaft) und Younis Kamil (Sportwissenschaftler Vrije Universiteit Brussel, Vorstandsmitglied Roots Against Racism). mit ihrem Vortrag mit dem Titel „Diversitätssensibilität als Führungskompetenz moderner Fußballtrainer\*innen“. Im Zentrum des Vortrags stand der Umgang mit und die Sensibilisierung für Rassismus. Dabei gewährte der ehemalige Bundesligaprofi Addo einen Blick in seine eigenen Erfahrungen mit rassistischen Anfeindungen. Darüber hinaus stellten Addo und Kamil Lösungsansätze vor und zeigten auf, wie der Verein Roots Against Racism einen Beitrag für die Aufklärung und Verhinderung von Rassismus leisten möchte.

### Bundestrainer Nagelsmann auf der ITK-Bühne

Nachdem der letzte ITK-Tag mit der turnusmäßigen BDFL-Hauptversammlung eingeleitet wurde (Ausführungen folgen auf der nächsten Seite), betrat Bundestrainer Julian Nagelsmann die Bühne. Im Interview mit Moderator Michael Leopold blickte Nagelsmann auf die zurückliegende Heim-EM 2024 zurück, erläuterte seine Planungen bis zur WM im kommenden Jahr und sprach über die Rolle von DFB-Kapitän Joshua Kimmich. Dabei präsentierte sich Nagelsmann sehr offen und zeigte damit auch seine Wertschätzung den anwesenden Trainerkolleg\*innen gegenüber.

### Prominent besetzte Podiumsdiskussion bildet traditionell den Abschluss des ITK

Arno Michels (Leiter der Pro Lizenz-Ausbildung des DFB), Andreas Rettig (DFB-Geschäftsführer Sport), Kosta Runjaic (Cheftrainer Udinese Calcio), Roger Schmidt (zuletzt: Cheftrainer Benfica Lissabon) und Christian Streich (zuletzt: Cheftrainer des SC Freiburg) – sie alle bereicherten den ITK mit ihrer Teilnahme am Fortbildungsprogramm und der abschließenden Podiumsdiskussion, deren Inhalt sich am ITK-Leitthema „Aktuelle Perspektiven der Fußballentwicklung“ orientierte. Dank der unterschiedlichen Perspektiven, die die Podiumsteilnehmer durch deren vielfältige Werdegänge einbringen konnten, entwickelte sich ein interessanter Austausch. Im Rahmen der Diskussion wurden unter



Roger Schmidt bei der ITK-Podiumsdiskussion.

anderem die neue Trainerausbildung des DFB, die Besonderheiten des Fußballs in anderen Ländern und aktuelle taktische Entwicklungen besprochen.

Mit der Podiumsdiskussion fand ein erneut erfolgreich durchgeführter Internationaler Trainer-Kongress seinen Abschluss. Die Rückmeldungen der Teilnehmer\*innen haben einmal mehr gezeigt, dass der ITK das Fortbildungs-Flaggschiff des BDFL ist und den Trainer\*innen neben der persönlichen Weiterbildung die Chance zum Austausch mit anderen Expert\*innen ermöglicht, der weiter gefördert werden soll.

### ITK-Videos im BDFL-Wissensnetz

Das Wissen, das in Interviews, Vorträgen und Praxisdemonstrationen im Rahmen des ITK in Leipzig generiert wurde, ist online abrufbar: In Video- und/oder Textdateien sind die ITK-Inhalte im BDFL-Wissensnetz aufgearbeitet:





BDFL-Präsident Benno Möhlmann während der Hauptversammlung beim ITK in Leipzig.

# BDFL-Hauptversammlung 2025

## Präsidium des BDFL mit Benno Möhlmann an der Spitze wiedergewählt

**Der Bund Deutscher Fußball-Lehrer (BDFL) hat sein Präsidium für die nächsten drei Jahre aufgestellt: Benno Möhlmann, Rekordtrainer der 2. Bundesliga, wurde durch die Hauptversammlung des BDFL in seinem Amt als Präsident wiedergewählt. Ebenfalls erneut in ihre Ämter gewählt wurden Prof. Dr. Oliver Höner (Vizepräsident Wissenschaft und Methodik), Jürgen Pforr (Vizepräsident Schatzmeister) und Dirk Reimöller (Vizepräsident Fortbildung). Außerdem stößt Frank Schmidt (Cheftrainer 1. FC Heidenheim 1846) als Vertreter der Profitrainer ins Präsidium des Trainerverbandes.**

„Ich bedanke mich ganz herzlich für das Vertrauen. Das Amt des BDFL-Präsidenten fülle ich mit Freude aus und ich möchte auch in den kommenden drei Jahren die Weiterentwicklung unseres Trainerverbandes vorantreiben“, sagte BDFL-Präsident Benno Möhlmann im Rahmen der Hauptversammlung.

Außerdem wurden die Funktionsträger\*innen aus den Verbandsgruppen-Vorständen, die bereits in ihren regionalen Gruppen gewählt worden sind, im Rahmen der Hauptversammlung in ihren Ämtern bestätigt. Der Bundesvorstand des BDFL wird außerdem mit Trainer\*innen aus dem Profi-

fußball ergänzt: Steffen Baumgart (1. FC Union Berlin), Ole Werner (RB Leipzig), Christian Eichner (Karlsruher SC) und Daniel Thioune (zuletzt: Fortuna Düsseldorf) stehen für die Interessen der Trainer der 1. und 2. Bundesliga der Männer ein. Ailien Poesse (1. FC Union Berlin), Jonas Stephan (RB Leipzig), Alexander Fischinger (SC Sand) und Anne Pochert (zuletzt: FC Carl-Zeiss Jena) vertreten die Berufsgruppe der Trainer\*innen der Google Pixel Frauen-Bundesliga sowie der 2. Frauen-Bundesliga. Außerdem übernimmt Dieter Hecking die Stellvertreter-Rolle von Frank Schmidt im BDFL-Präsidium. Ebenfalls gewählt wurde die Besetzung des Ehren- und Bundesgerichts sowie das Team der Revisoren mit einem Stellvertreter.

### Satzungsänderungen verabschiedet

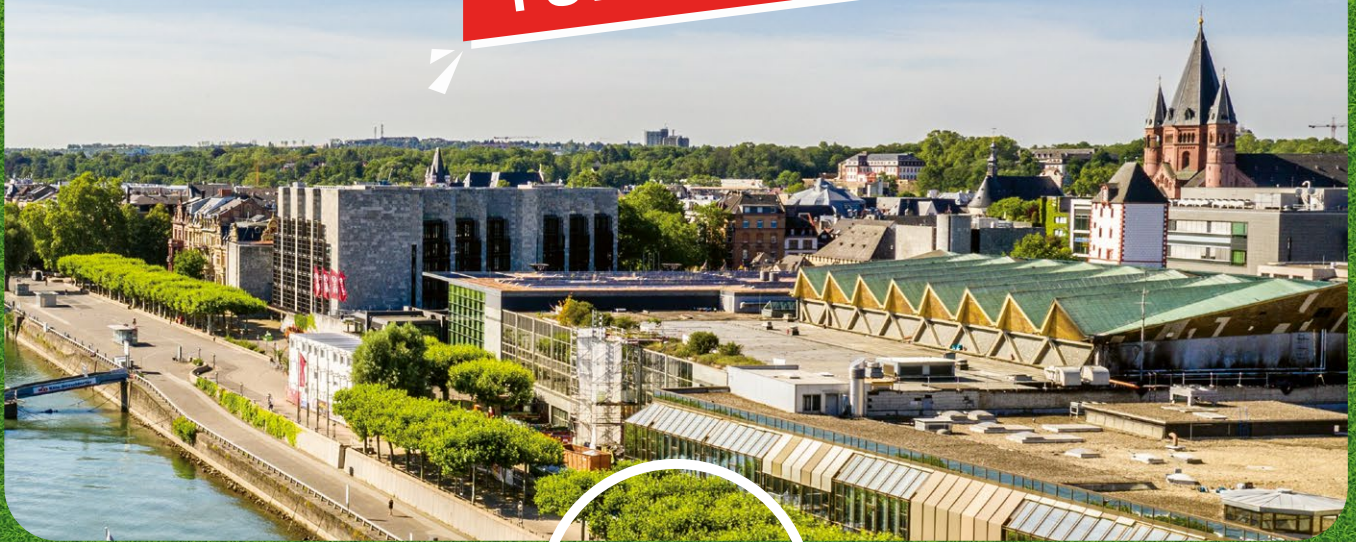
Neben der Besetzung wichtiger Ämter im BDFL wurde die Änderung der Satzung sowie der Rechts- und Finanzordnung beschlossen. Die vollzogenen Änderungen sind hier einzusehen:





# 1:0

FÜR MAINZ



**Der Internationale Trainer-Kongress  
kommt 2026 nach Mainz –**

**Die Rheingoldhalle wird zum Spielfeld für  
Wissen, Austausch und Inspiration**





# ITK 2026 findet in Mainz statt

Anmeldefenster zum Internationalen Trainer-Kongress öffnet am 27. Januar

**1:0 für Mainz!** Der Internationale Trainer-Kongress (ITK) des BDFL findet 2026 in der rheinland-pfälzischen Landeshauptstadt statt. Von Montag, 27. Juli bis Mittwoch, 29. Juli wird einer der größten Trainerkongresse weltweit zum bereits 68. Mal ausgetragen. Die Austragungsorte – die Rheingoldhalle im Herzen der Mainzer Innenstadt sowie das Bruchwegstadion und die MEWA-ARENA des 1. FSV Mainz 05 – bieten optimale Bedingungen für Vorträge, Workshops und Praxisdemonstrationen. Die Veranstaltungsorte bieten Platz für bis zu 1.300 Teilnehmer\*innen.

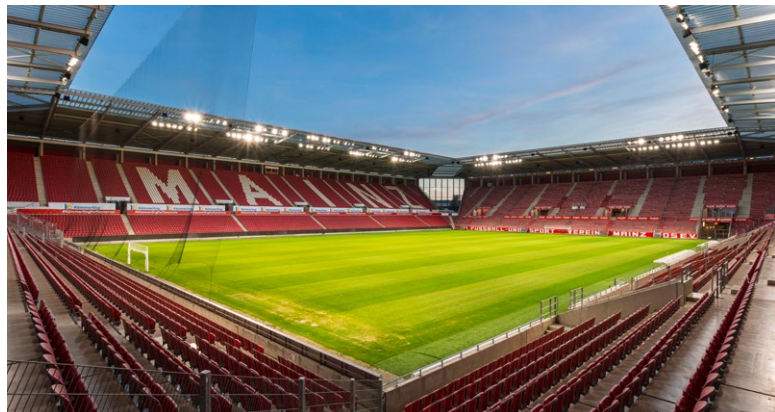
## Große Unterstützung von Stadt und Verein

„Wir sind sehr froh darüber, dass wir den nächsten ITK in der Mitte Deutschlands austragen und so vielen Trainerinnen und Trainern einen Teilnahmeplatz anbieten können“, so BDFL-Präsident Benno Möhlmann: „Wir haben das große Glück, dass wir sowohl vonseiten des Vereins als auch vonseiten der Stadt große Unterstützung erhalten. Mit Stefan Hofmann als Präsident und Meikel Schönweitz als Technischer Direktor agieren zwei BDFL-Mitglieder beim FSV Mainz 05 in verantwortungsvoller Position, die sich um die Austragung des ITK bemüht haben. Ich bin mir sicher, dass wir gemeinsam eine inhaltlich sowie organisatorisch sehr gute Veranstaltung durchführen können.“

## Optimale Bedingungen für Theorie und Praxis

In Mainz werden die teilnehmenden Trainer\*innen beste Bedingungen vorfinden: Die Rheingoldhalle ist nicht nur zentral gelegen, sondern bietet mit ihren modernen und großzügigen Räumlichkeiten optimale Bedingungen für die Durchführung von Haupt- und Parallelvorträgen sowie Workshops in Kleingruppen. Außerdem wird es eine große Ausstellung geben, sodass die Trainer\*innen die Möglichkeit haben, auch außerhalb des Fortbildungsprogramms Neuerungen und Technologien der Fußballbranche sowie spannende Unternehmen kennenzulernen und mit den BDFL-Partnern ins Gespräch zu kommen.

Die Praxisdemonstrationen des ITK werden entweder im Bruchwegstadion oder in der MEWA-ARENA des 1. FSV Mainz 05 durchgeführt. Beide Standorte eignen sich sehr gut als Austragungsort der ITK-Praxiseinheiten. Ohne die außergewöhnlich gute Zusammenarbeit mit Mainz 05 wäre die Austragung auf dem Gelände des Bundesligisten nicht möglich.



Der Blick in die MEWA-Arena. Foto: mainzplus CITYMARKETING

## Verpflegungspauschale und Stornogeühr

Beim Internationalen Trainer-Kongress in Mainz wird eine Verpflegungspauschale in Höhe von 75,- Euro (je 25,- Euro pro Tag) erhoben. Dieser Betrag wird bereits bei Anmeldung zum ITK eingezogen. Es ist nicht möglich, die Teilnahme am ITK ohne Verpflegungspauschale zu buchen. In der Verpflegungspauschale sind die Mittagessen inkl. Getränke und die Kaffeepausen an allen drei ITK-Tagen enthalten. In der Vergangenheit haben sich zahlreiche Trainer\*innen, die ursprünglich zum ITK angemeldet waren, leider kurzfristig, nämlich wenige Tage oder Wochen vor dem ITK abgemeldet oder sind ohne Abmeldung nicht erschienen. Dadurch ist dem BDFL ein finanzieller Schaden im fünfstelligen Bereich entstanden. Ein solches Verhalten kann nicht toleriert werden und schadet der gesamten BDFL-Mitgliedschaft. Daher wird es auch beim ITK in Mainz wieder Stornoregelungen geben, die mit Öffnung des Anmeldefensters kommuniziert werden.

Alle weiteren Informationen zum ITK 2026 folgen im neuen Jahr. Die Anmeldung wird ab dem 27. Januar 2026 möglich sein. Alle BDFL-Mitglieder werden über den Anmeldungsstart per E-Mail benachrichtigt. Bei Fragen rund um den ITK in Mainz kannst du dich gerne bei deinen Ansprechpersonen in der BDFL-Geschäftsstelle melden:

- Marcus Dippel (069/204368311 oder 0177/3422020 oder [dippel@bdf.de](mailto:dippel@bdf.de))
- Christoph Pinke (069/204368312 oder 01575/1587188 oder [pinke@bdf.de](mailto:pinke@bdf.de))
- Melina Stock (069/204368313 oder 0176/72353753 oder [stock@bdf.de](mailto:stock@bdf.de))
- Frank Illing (069/204368310 oder 0177/4155164 oder [illing@bdf.de](mailto:illing@bdf.de))

# Willkommen in Mainz – sportlich, inspirierend, emotional

**Willkommen in Mainz, der pulsierenden Stadt am Rhein, die mit ihrem ganz besonderen mainzgefühl einzigartige Veranstaltungserlebnisse garantiert. Das unverwechselbare Flair gepaart mit modernster Infrastruktur in der Rheingoldhalle macht Mainz zur idealen Tagungs- und Kongressdestination – und 2026 zum Gastgeber des Internationalen Trainer-Kongresses (ITK) des BDFL.**

## Sportstadt mit Herz und Leidenschaft

Mainz lebt den Sport – auf und neben dem Platz. Ob Spitzensport oder Vereinsleben: Hier schlägt das Herz einer Stadt, die Bewegung liebt. Allen voran Fußball, der in Mainz eine ganz besondere Rolle spielt. Mit dem 1. FSV Mainz 05 steht ein sympathischer Bundesligist für gelebte Werte wie Teamgeist, Leidenschaft und Bodenständigkeit. Das Stadion am Bruchweg, einst Kultstätte vieler Bundesliga-Spiele, dient heute als Trainings- und Nachwuchsstandort des Vereins, während die MEWA ARENA zu den stimmungsvollsten Fußballarenen Deutschlands zählt.

Auch abseits des Profifußballs präsentiert sich Mainz als echte Sportstadt: Von Rudern und Handball über Ringen bis hin zu Baseball – die Stadt am Rhein bietet ideale Bedingungen für Training, Wettkampf und Bewegung. Die Nähe zu renommierten Sportinstituten und die Kooperation mit der Johannes Gutenberg-Universität, die über eine herausragende Sportwissenschaft verfügt, schaffen wertvolle Synergien zwischen Wissenschaft, Praxis und sportlicher Leidenschaft.

## Perfekte Bedingungen für Tagungen und Kongresse

Im Herzen Europas, nur 25 Minuten vom Frankfurt Airport entfernt und mit direkter ICE-Anbindung, ist Mainz hervorragend erreichbar. Die Rheingoldhalle – mitten in der Stadt



Die Rheingoldhalle. Foto: mainzplus CITYMARKETING / Dominik Ketz



Die Mainzer Altstadt. Foto: mainzplus CITYMARKETING / Dominik Ketz

und direkt am Rheinufer – bietet auf 9.000 m<sup>2</sup> flexible Eventfläche und über 20 lichtdurchflutete Meetingräume mit Rheinblick. Das angrenzende Hilton Hotel sorgt für kurze Wege und höchsten Komfort. Weitere Hotels in allen Kategorien befinden sich in unmittelbarer Nähe – Mainz ist eine Großstadt der kurzen Wege.

## Mainz erleben – Kultur, Wein und Lebensfreude

Nach dem Kongress ist vor dem Erlebnis: Die charmante Altstadt mit ihren Restaurants, Weinstuben und dem beeindruckenden Dom lädt zum Entdecken und Genießen ein. Mit Rheinhessen, der größten Weinbauregion Deutschlands, direkt vor der Tür und zahlreichen jährlich stattfindenden Wein-Events, kommen Weinliebhabende ebenso auf ihre Kosten wie Kulturinteressierte. Mainz blickt auf über 2.000 Jahre Geschichte zurück und präsentiert sich heute als lebendige Kulturhochburg – voller Lebensfreude, Gastfreundschaft und Offenheit. Doch nicht nur das: Als Stadt der Wissenschaft beherbergt Mainz mehrere Hochschulen und Forschungsinstitute, sowie das Mainzer Biotechnologieunternehmen BioNTech. Dank Medienanstalten wie dem ZDF und dem SWR zählt Mainz außerdem zur Spitze der Medienbranche.

Wer zum Internationalen Trainer-Kongress vom 27. bis 29. Juli 2026 in die rheinland-pfälzische Landeshauptstadt reist, erlebt eine Stadt, die bewegt. Willkommen in Mainz – willkommen in der Rheingoldhalle!



# Kontrolle abgeben – Teams in die Verantwortung nehmen

**André Henning**, erfolgreicher Trainer der deutschen Hockey-Nationalmannschaft der Herren, teilt in seinem inspirierenden Vortrag Erfahrungen und Strategien zur Entwicklung eines Weltmeister-Teams. Dabei gibt er wertvolle Einblicke in seine innovative Herangehensweise: Durch die aktive Einbindung der Spieler in Entscheidungsprozesse schafft er ein hocheffektives „Players Team“. An praktischen Tipps und Konzepten verdeutlicht er, wie durch intelligente Teamführung und die Nutzung kollektiver Intelligenz Höchstleistungen erzielt werden können – sei es im Sport oder in anderen Bereichen des Lebens.

**„Auf dem Platz entscheiden die Spieler. Ich berühre keinen Ball, ich schieße kein Tor. Deshalb haben wir die Tür aufgemacht, damit Spieler in Entscheidungsprozesse eingebunden werden.“**

## Ist-Analyse zu Prozessbeginn

Bei seinem Amtsantritt im Dezember 2021 sah sich André Henning mit einer äußerst herausfordernden Ausgangssituation konfrontiert. Zwischen 2013 und 2023 hatte die deutsche Hockey-Nationalmannschaft keinen einzigen Titel gewonnen. Obwohl das Team über gute spielerische und technische Fähigkeiten verfügte, scheiterte es regelmäßig in entscheidenden Momenten. Dies veranlasste Henning, eine innovative Strategie zu entwickeln.

Der neue Coach begann seine Arbeit mit einer gründlichen Analyse der aktuellen Lage. Er beobachtete das Team besonders intensiv unter Drucksituationen, vor allem in K.-o.-Spielen. Dabei identifizierte er nicht nur eine klassische, hierarchische Teamstruktur, sondern auch Schwächen in der „Crunch Time“, den entscheidenden Phasen eines Spiels.

Diese Erkenntnisse bildeten das Fundament für seine weiteren Schritte und Maßnahmen, auf die er auch heute noch zurückgreift.

## Innovation statt klassischer Hierarchien

Im Gegensatz zum klassischen, stark hierarchischen Modell (siehe Abbildung 1), welches nur geringe Entscheidungsbefugnisse für Spieler\*innen aufweist, sieht Hennings Ansatz vor, das gesamte Team zu involvieren und individuelle Stärken zu nutzen, um die Leistungsfähigkeit sowie die Motivation zu steigern.

Dabei ist von allen Seiten Mut gefordert. Der Wechsel von einem direktiven Führungsstil zu einem partizipativen Ansatz erfordert Vertrauen in die Fähigkeiten des Teams. Dieser Prozess kann herausfordernd sein, lohnt sich aber langfristig. Er beginnt mit kleinen Schritten und Erfolgserlebnissen. Für die Führungsperson ist es entscheidend, dass sich dieser Ansatz authentisch und richtig anfühlt. Eine vollständige Abgabe aller Entscheidungen ist nicht notwendig; oft genügt es, das Team in den Entscheidungsprozess einzubeziehen und zu konsultieren. Statt die Spieler\*innen als bloße Erfüllungsgehilfen zu betrachten, öffnet sich so die Tür für mehr Beteiligung. Da sie auf dem Platz ohnehin entscheiden, lässt sich ihre Einbindung in weitere Prozesse fördern. Dies umfasst Mitsprache, gelegentliche eigenständige Entscheidungen und die Definition von Problemen, wie beispielsweise die Identifikation des größten taktischen Problems im Team.



André Henning während seines ITK-Vortrags.

## Rollenklarheit als wichtiger Baustein

Besondere Aufmerksamkeit sollte der Rollenklarheit im Team gewidmet werden (siehe Abbildung 2). Gemeinsam mit den Spieler\*innen wird die Rolle jeder einzelnen Person definiert, wobei individuelle Stärken und Persönlichkeiten berücksichtigt werden. Dies trägt dazu bei, dass jedes Teammitglied seinen Platz im Team kennt und seine Fähigkeiten optimal einbringen kann.

Bei der Definition der Rollen werden vier Hauptaspekte berücksichtigt:

### Skills (funktional)

- > Technische Fähigkeiten und Fertigkeiten werden analysiert und bewertet.
- > Spezifische Stärken in verschiedenen Spielsituationen werden identifiziert.
- > Entwicklungspotenziale werden erkannt und in die Rollengestaltung einbezogen.
- > Die Vielseitigkeit der Spieler\*innen wird berücksichtigt, um flexible Einsatzmöglichkeiten zu schaffen.

### Persönlichkeit (emotional)

- > Charaktereigenschaften wie Führungsqualitäten, Kommunikationsfähigkeit oder Belastbarkeit werden einbezogen.
- > Die emotionale Intelligenz und soziale Kompetenz der Teammitglieder fließen in die Rollendefinition ein.

- > Individuelle Motivationsfaktoren werden berücksichtigt, um die Rollenerfüllung zu optimieren.
- > Die Teamdynamik wird beachtet, um komplementäre Persönlichkeiten zu fördern.

### Tatsächliche Verantwortungsübernahme

- > Die Bereitschaft und Fähigkeit zur Übernahme von Verantwortung wird evaluiert.
- > Bisherige Erfahrungen mit Verantwortungsübernahme werden reflektiert.
- > Potenziale für erweiterte Verantwortungsbereiche werden identifiziert.
- > Unterstützungsbedarf bei der Verantwortungsübernahme wird ermittelt und adressiert.

### Was braucht das Team (Kontext)

- > Die aktuellen Bedürfnisse des Teams werden analysiert.
- > Lücken in der Teamstruktur werden identifiziert und bei der Rollenzuweisung berücksichtigt.
- > Die strategischen Ziele des Teams fließen in die Rollengestaltung ein.
- > Externe Faktoren wie Wettbewerbssituation oder Saisonplanung werden einbezogen.

Der Prozess der Rollendefinition ist dynamisch und sollte regelmäßig überprüft und angepasst werden. Dabei ist es wichtig, eine offene Kommunikation zu pflegen und Feedback sowohl von den einzelnen Teammitgliedern als auch vom gesamten Team einzuholen.

Durch diese ganzheitliche Betrachtung wird sichergestellt, dass die Rollen nicht nur auf technischen Fähigkeiten basieren, sondern auch persönliche Aspekte, Verantwortungsbereitschaft und Teamanforderungen berücksichtigen. Dies fördert eine optimale Nutzung der individuellen Stärken, erhöht die Zufriedenheit der Teammitglieder und trägt zu einer effektiven Teamleistung bei.

Die Klarheit über die eigene Rolle und die der anderen Teammitglieder schafft Sicherheit, reduziert Konflikte und ermöglicht eine volle Konzentration auf individuelle Aufgaben. Gleichzeitig bleibt Raum für Flexibilität und Entwicklung, sodass sich die Rollen mit den Spieler\*innen sowie den Anforderungen des Teams weiterentwickeln können.

### Verantwortungsübernahme durch Beteiligungsgruppen

Eine weitere Möglichkeit, Teams in die Verantwortung zu nehmen, ist die Einführung von Beteiligungsgruppen (siehe Abbildung 3). So können beispielsweise eine Taktikgruppe, die sich mit der Entwicklung von Spielstrategien befasst, eine Social-Gruppe zur Förderung des Teamzusammenhalts und eine Performance-Gruppe, die sich um die Planung und Steuerung des Trainings kümmert, gegründet werden. Diese Gruppen ermöglichen es den Spieler\*innen, ihre spezifischen Stärken und Interessen einzubringen und aktiv an der Gestaltung des Teamerfolgs mitzuwirken.

Ein wichtiger Vorteil von Beteiligungsgruppen: Die von der Mannschaft selbst entwickelte Taktik führt zu einer stärkeren Überzeugung und mutigerem Spiel. Darüber hinaus fördern die Einbindung in Prozesse und die Entwicklung eigener Ideen Sicherheit und Mut, sowohl in der Defensive als auch in der Offensive. Dies bedeutet nicht, dass der Trainer keine Rolle spielt, sondern lediglich, dass die Verantwortung geteilt wird.

In einem nächsten Schritt bietet es sich an, konkrete Maßnahmen durch die zuvor definierten Gruppen umsetzen zu lassen. Ein Beispiel aus der Zusammenarbeit zwischen André Henning und seinem Team ist die Einführung eines GPS-Systems zur Trainingssteuerung – eine Initiative, die von den Spielern selbst ausging. Darüber hinaus entwickelt die Taktikgruppe regelmäßig innovative spieltaktische Konzepte, die maßgeblich zum Erfolg beitragen. Regelmäßige Feedback-Runden, bei denen auch der Trainer selbst Rückmeldungen erhält, fördern eine Kultur der offenen Kommunikation und kontinuierlichen Verbesserung. Auch können „Reality Checks“ genutzt werden, um die Übernahme von Verantwortung zu überprüfen und sicherzustellen, dass der neue Ansatz tatsächlich gelebt wird.

Der Vorteil: Gemeinsame Entscheidungen stärken das persönliche Gefühl der Selbstwirksamkeit. Bei Misserfolgen geht es dann nicht um Schuldzuweisungen, sondern um gemeinsame Verantwortung. Dies fördert auch die Loyalität der Mannschaft gegenüber dem\*r Trainer\*in, vorausgesetzt, man öffnet die richtigen Bereiche für Mitbestimmung.

Generell gilt: Je vielfältiger und diverser ein Team ist, desto größer wird die Notwendigkeit für Kommunikation und Austausch.

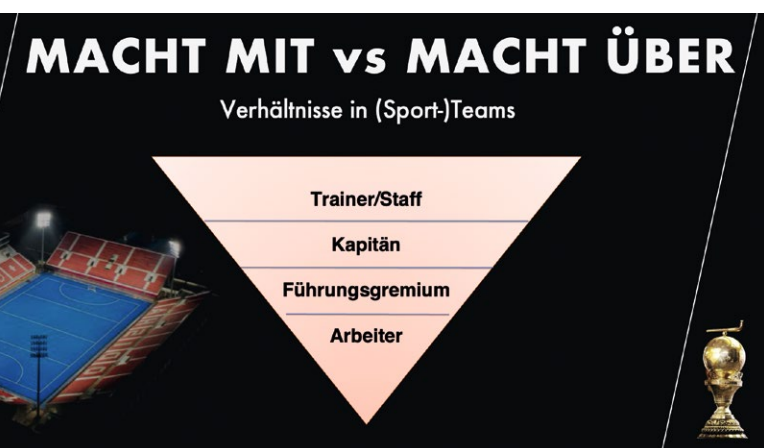


Abbildung 1

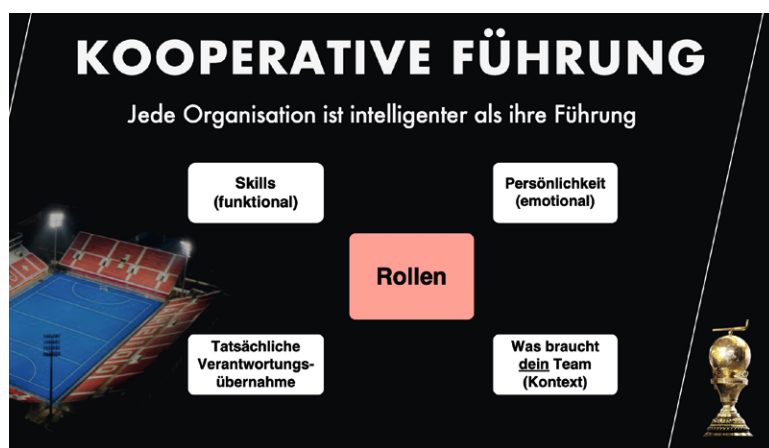


Abbildung 2

Bei homogenen Gruppen ist der Gesprächsbedarf oft geringer. Wenn jedoch Teammitglieder mit unterschiedlichen Charakteren, Hintergründen und Sprachen zusammenkommen, ist es essenziell, Plattformen für den Dialog zu schaffen. Nur so können diese verschiedenen Perspektiven gewinnbringend zusammengeführt werden.

### Nutzung von Schlüsselprinzipien

Drei Schlüsselprinzipien (siehe auch Abbildung 4) sorgen für eine erfolgreiche Teamentwicklung:



Abbildung 3



Abbildung 4

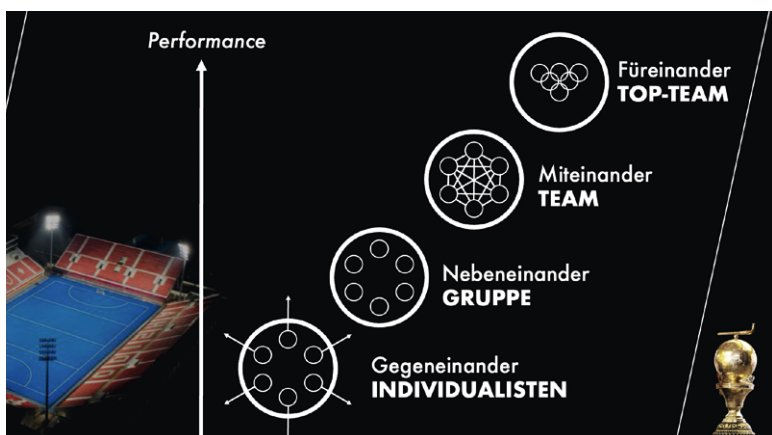


Abbildung 5

### Sichtbarkeit

Jedes Teammitglied muss wahrgenommen und wertgeschätzt werden. „Ghosting“ – das Übersehen von Teammitgliedern – ist unbedingt zu vermeiden. Sichtbarkeit bedeutet, dass jede Spielerin und jeder Spieler das Gefühl hat, gehört und anerkannt zu werden. Dies kann durch regelmäßige individuelle Gespräche, öffentliches Lob für gute Leistungen und die aktive Einbeziehung aller in Teambesprechungen erreicht werden. Auch konstruktives Feedback trägt zur Sichtbarkeit bei, da es zeigt, dass die Leistung und Entwicklung der Einzelnen beachtet werden.

### Wirksamkeit

Die Ideen und Beiträge der Spieler\*innen sollten tatsächlich umgesetzt werden und sich in der Praxis widerspiegeln. Wirksamkeit bedeutet, dass die Vorschläge des Teams nicht nur gehört, sondern auch implementiert werden. Dies fördert das Gefühl der Selbstwirksamkeit und motiviert zu weiterer aktiver Beteiligung. Es ist wichtig, transparente Prozesse zu etablieren, wie Ideen bewertet und umgesetzt werden. Die Wirksamkeit zeigt sich auch darin, wie gut die gemeinsam entwickelten Strategien und Taktiken im Wettkampf funktionieren.

### Entwicklung

Die kontinuierliche Förderung individueller und teamweiter Fortschritte ist entscheidend. Die meisten Menschen streben nach Weiterentwicklung, und es ist wichtig, gemeinsame Entwicklungspfade zu finden, auch wenn die individuellen Ziele unterschiedlich sind. Für jedes Teammitglied sollten individuelle Entwicklungspläne erstellt werden, die regelmäßig überprüft und angepasst werden. Dabei ist es entscheidend, die persönlichen Ziele der Einzelnen mit den Teamzielen in Einklang zu bringen. Mentoring-Programme und die Übernahme neuer Verantwortungsbereiche können die Entwicklung zusätzlich fördern. Diese Prinzipien sind eng miteinander verwoben und verstärken sich gegenseitig. Ein Team, in dem sich jedes Mitglied gesehen und wirksam fühlt und Entwicklungsmöglichkeiten hat, wird in der Regel motivierter, leistungsfähiger und erfolgreicher sein. Die konsequente Anwendung dieser Prinzipien kann ein entscheidender Schritt zur Bildung eines Spitzenteams sein und eine positive Teamkultur fördern, die weit über Einzelgespräche hinausgeht.

### Übergeordnete Anwendung

Bemerkenswert ist die Übertragbarkeit dieses Ansatzes. Es besteht die Überzeugung, dass diese Prinzipien auch in anderen Sportarten und Kontexten anwendbar sind. Der Rat lautet, mit kleinen Schritten zu beginnen und die Beteiligung der Teammitglieder schrittweise zu erhöhen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der Erfolg bei André Hennings Modell auf der Schaffung eines „Players-Teams“ basiert, in dem die Spieler\*innen aktiv in Entscheidungsprozesse eingebunden sind. Dies fördert Eigenverantwortung, Teamgeist und Leistungsfähigkeit, besonders in Drucksituationen. Die Erfahrungen zeigen, dass eine Abkehr von traditionellen, hierarchischen Strukturen hin zu einem partizipativen Führungsstil im Spitzensport zu außergewöhnlichen Ergebnissen führen kann. Die beschriebenen Methoden bieten wertvolle Einblicke nicht nur für den Sport, sondern auch für Führungskräfte in anderen Bereichen, die nach Wegen suchen, das volle Potenzial ihrer Teams zu entfalten.



# NEUE BÜCHER FÜR'S NEUE JAHR!



## OPTIMALE SPIELLEISTUNG

**Training im Amateur-  
fußball richtig steuern**

Leistungsstatus deines Teams ermitteln, die passende Spielstrategie wählen und aus Bausteinen den perfekten Trainingsplan entwickeln!

**368 Seiten, 54 €**



## INDIVIDUALISIERTES TRAINING

**Potenziale erkennen und  
ausschöpfen**

Individualisierte Förderung im praktischen Training je nach Altersstufe und Spielposition zur Weiterentwicklung von Spielern, Team und Trainer.

**224 Seiten, 39 €**



## REBELLUTION

**Ein anderer  
Jugendfußball ist möglich**

Der alternative Ausbildungsweg des FC St. Pauli im Kinder- und Jugendfußball: Einblick in das Konzept zu Spielidee, Training und Coaching – mit vielen Inspirationen für das eigene Training!

**224 Seiten, 39 €**



# Training in Positionsprofilen – spielnah individuell trainieren

Angelehnt an den Slogan „Red Bull verleiht Flügel“ will RB Leipzig Spieler\*innen individuell fördern und mit ihnen gemeinsam das nächste persönliche Level erreichen.

**Jonas Stephan** präsentiert dazu ein typisches Matchday-plus-3-Training der Bundesliga-Frauen von RB. In einem Kreisablauf werden darin die Themen, an denen jede\*r Spieler\*in aktuell arbeitet, miteinander kombiniert. So werden alle in spielnahen Situationen individuell gefordert.

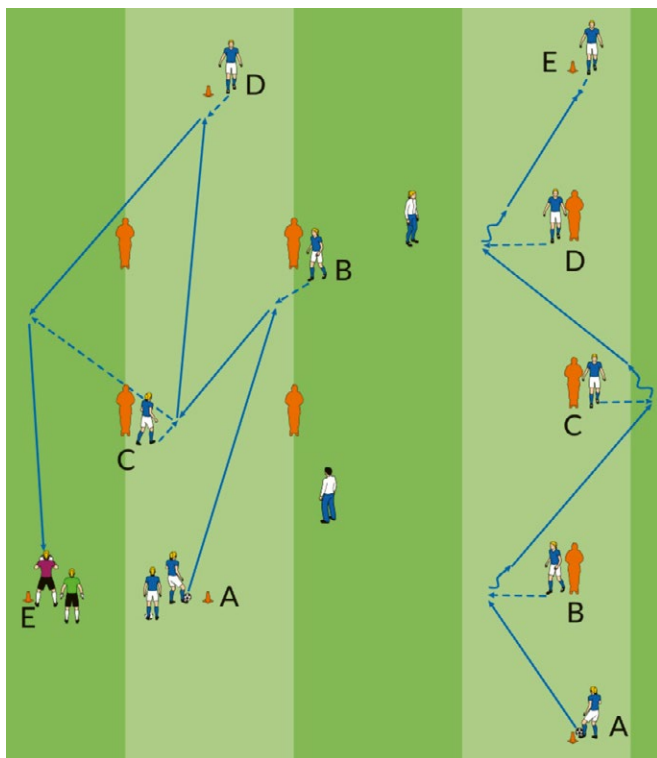
Das Positionstraining ist individuell auf die Spieler\*innen abgestimmt. Im Sechs-Wochen-Rhythmus finden Einzelgespräche statt, in denen auf Basis von Positionsprofilen persönliche Stärken und Schwächen thematisiert werden. Zudem wird eine konkrete Intervention für die kommenden sechs Wochen vereinbart. Diese Erkenntnisse werden in den Einheiten aufgegriffen, so dass die Akteur\*innen im Mannschaftsverbund an ihren Zielen arbeiten können.

Mit dieser Vorgehensweise wird an den Slogan „Red Bull verleiht Flügel“ angeknüpft. Ziel ist es, die Spieler\*innen auf das nächste Level zu bringen. Dabei geht es auch darum, sie glücklich zu machen: Sie sollen ein Interesse an dieser Art des individuellen Trainings entwickeln und Wert darauf legen, sich zu verbessern. Dies gelingt, wenn ihnen in Gesprächen Aufmerksamkeit ge-

schenkt und dann auch auf dem Platz Zeit darin investiert wird, identifizierte Themen gemeinsam zu bearbeiten. Dabei stehen nicht nur Schwächen, sondern insbesondere auch Stärken im Mittelpunkt. Die Athlet\*innen sollen in Situationen kommen, in denen sie ihre Stärken einbringen und weiter festigen können. Das Besprechen und Behandeln persönlicher Ziele macht es darüber hinaus einfacher, am Wochenende zu argumentieren, warum jemand spielt oder nicht. Erkennt ein\*e Spieler\*in beispielsweise, dass das Defensivverhalten als zentrale\*r Mittelfeldspieler\*in seine\*ihre Stärke ist, kann dies als Argument für eine Nicht-Nominierung gegen einen tief stehenden Gegner dienen. Damit diese Legitimation dauerhaft wirkt, ist jedoch entscheidend, dass auch eine Möglichkeit zum Ausmerzen der Defizite geboten wird.

## Trainingspraxis mit den Bundesliga-Frauen von RB Leipzig

### Aufwärmen



### Technisches Warm-up

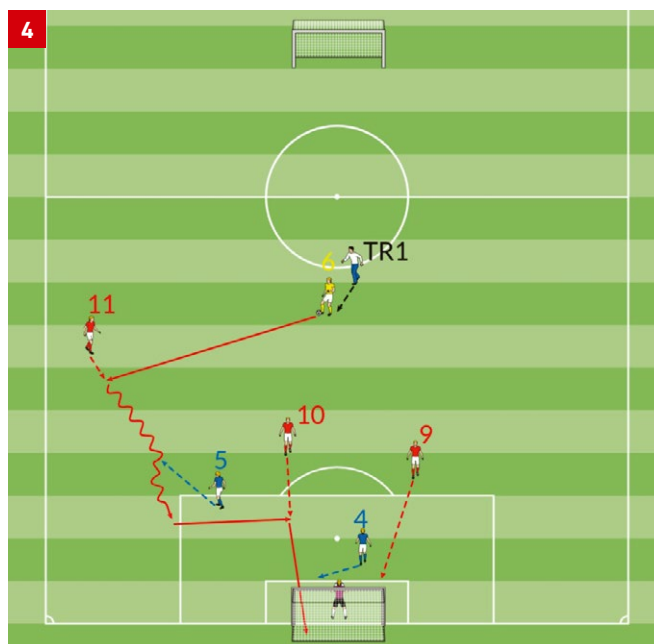
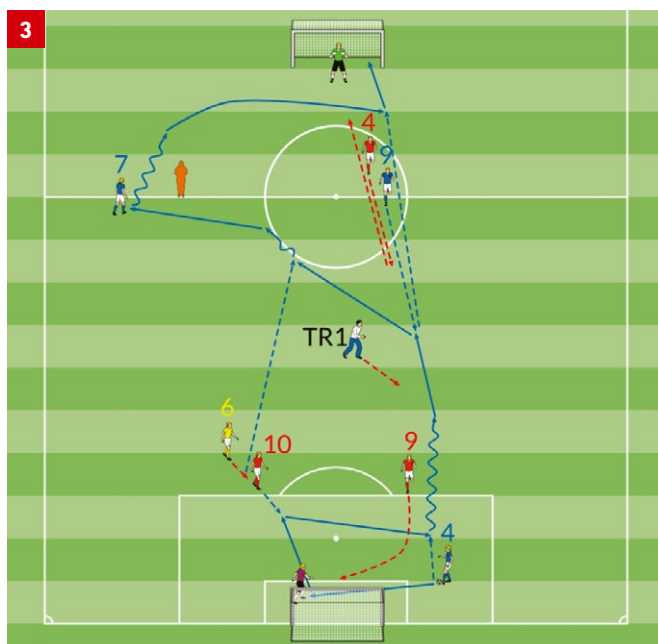
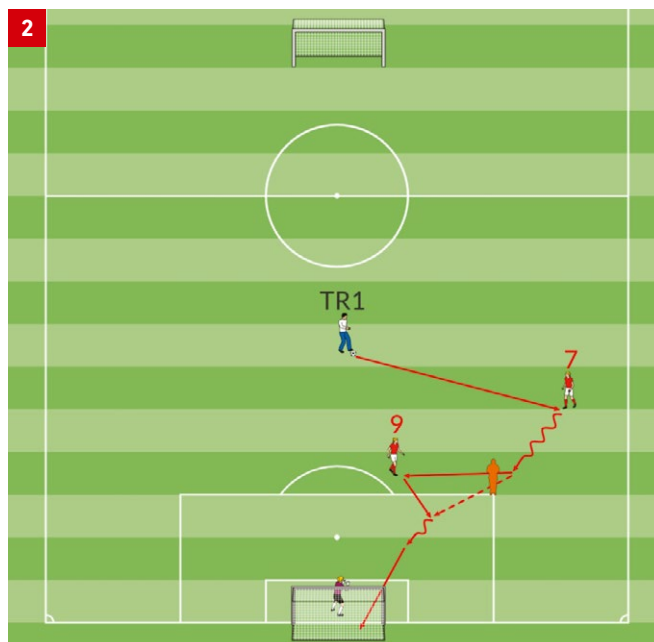
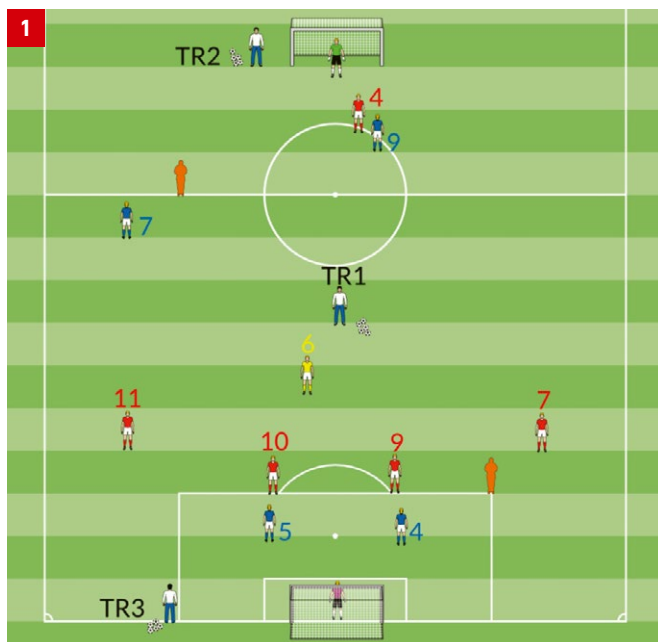
#### Organisation und Ablauf 1 (siehe links)

- > 4 Dummys und 3 Pylonen gemäß Abbildung im Abstand von jeweils 5 Metern zueinander aufbauen.
- > Die Positionen B bis D einfach, A doppelt mit Ball und E mit 2 Torhüter\*innen besetzen.
- > A spielt zu B, der\*die auf C klatschen lässt.
- > C spielt einen Doppelpass mit D und anschließend zum\*r Torhüter\*in.
- > Alle rücken eine Position weiter und der\*die nächste Spieler\*in A beginnt. Die Torhüter\*innen wechseln.
- > Nach 2 Minuten über die andere Seite spielen. Die Position E dazu rechts neben A aufbauen.

#### Organisation und Ablauf 2 (siehe rechts)

- > 3 Dummys und 2 Pylonen gemäß Abbildung im Abstand von jeweils 5 Metern zueinander aufbauen.
- > A (mit Ball) bis E einfach besetzen.
- > A passt zum\*r sich lösenden B, die zum\*r sich lösenden C usw.
- > E beginnt den nächsten Durchgang. Die Spieler\*innen lösen sich dazu zur anderen Seite.
- > Nach jeweils 5 Durchgängen die Positionen tauschen.

## Hauptteil



### Positionstraining Rundlauf

#### Organisation (siehe Abbildung 1)

- > 2 Tore mit Torhüter\*innen 75 Meter voneinander entfernt und 2 Dummies gemäß Abbildung aufstellen.
- > 10 Spieler\*innen gemäß Abbildung im Feld postieren.
- > 3 Trainer\*innen wie abgebildet mit Bällen im Feld postieren.

#### Ablauf 1 (siehe Abbildung 2)

- > TR1 spielt zu 7.
- > 7 dribbelt an, spielt einen Doppelpass mit 9 und schließt ab.

#### Ablauf 2 (siehe Abbildung 3)

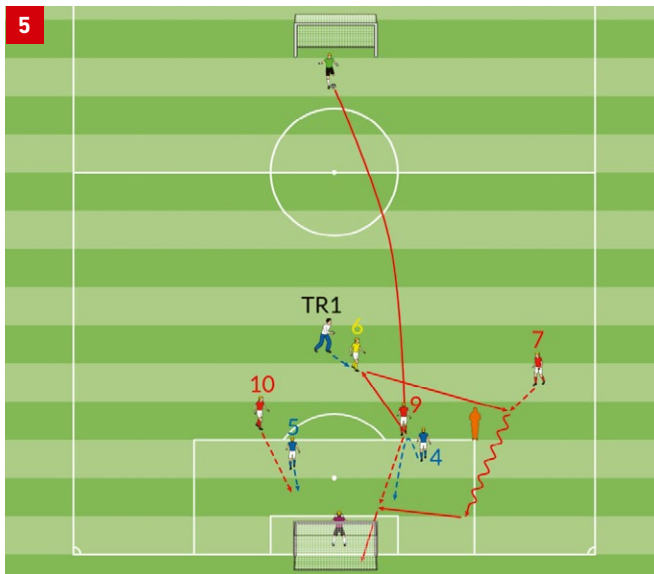
- > 4 spielt zum\*r Torhüter\*in.

- > 10 bietet sich kurz an und spielt das 3 gegen 2 gegen 9 und 6 so aus, dass 4 in eine offene Stellung gelangt und andribbeln kann.
- > 4 dribbelt an und spielt auf 9. TR1 agiert als Verteidiger\*in.
- > 6 rückt nach, erhält das Zuspield von 9 und leitet weiter zu 7.
- > 7 dribbelt in Richtung Tor und flankt auf die einlaufende 9.
- > 9 verwertet den Ball gegen 4.

#### Ablauf 3 (siehe Abbildung 4)

- > 6 spielt 11 in den Lauf. TR1 setzt sie dabei unter Druck.
- > 11 dribbelt an und geht ins 1 gegen 1 gegen 5.
- > Entweder schließt 11 nach diesem direkt ab oder spielt quer auf die einlaufenden 9 und 10, die von 4 verteidigt werden.





#### Ablauf 4 (siehe Abbildung 5)

- > Der\*die Torhüter\*in spielt einen langen Ball auf ⑨.
- > ⑨ legt ab auf ⑥, der\*die zu ⑦ nach außen passt.
- > ⑦ dribbelt an und schließt selbst ab oder spielt quer auf die einlaufenden ⑨ und ⑩, die von ④ und ⑤ verteidigt werden.

#### Ablauf 5 (siehe Abbildung 6 oben)

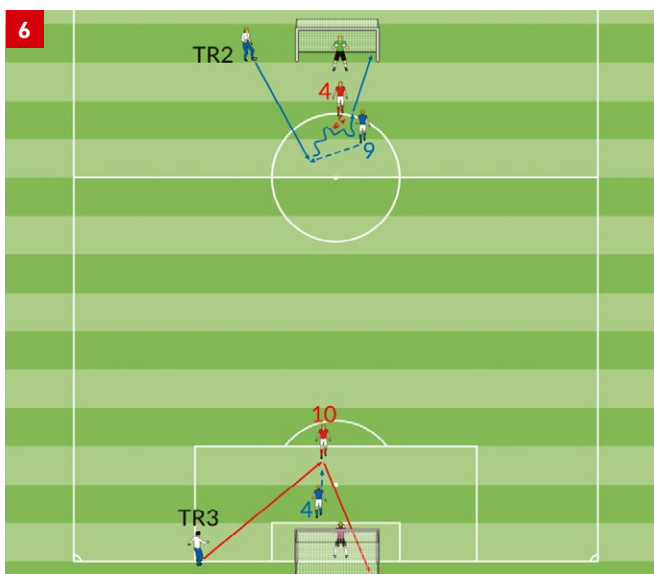
- > TR2 spielt zur sich absetzenden ⑨.
- > ⑨ schließt im 1 gegen 1 gegen ④ auf das Tor ab.

#### Ablauf 6 (siehe Abbildung 6 unten)

- > TR3 spielt zur sich im Rückraum anbietenden ⑩.
- > ⑩ schließt direkt ab.
- > ④ versucht zu blocken.

#### Ablauf 7 (siehe Abbildung 7 oben)

- > TR1 spielt zu ⑦.
- > ⑦ dribbelt an, spielt den Dummy mit einer Finte nach innen aus und schließt ab.

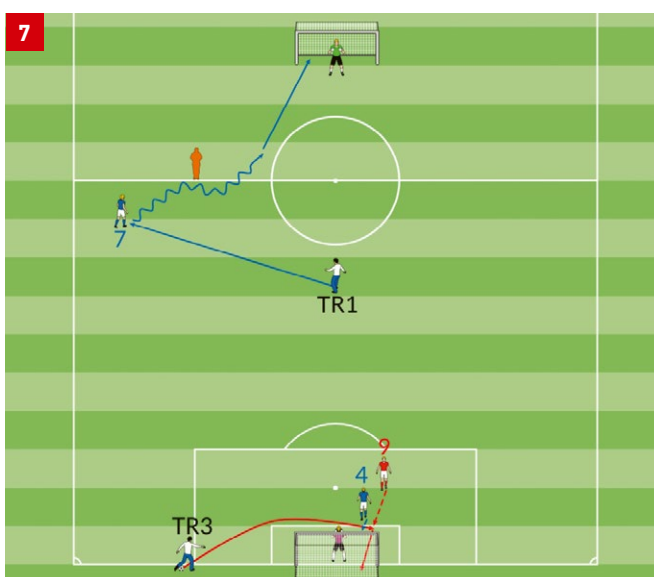


#### Ablauf 8 (siehe Abbildung 7 unten)

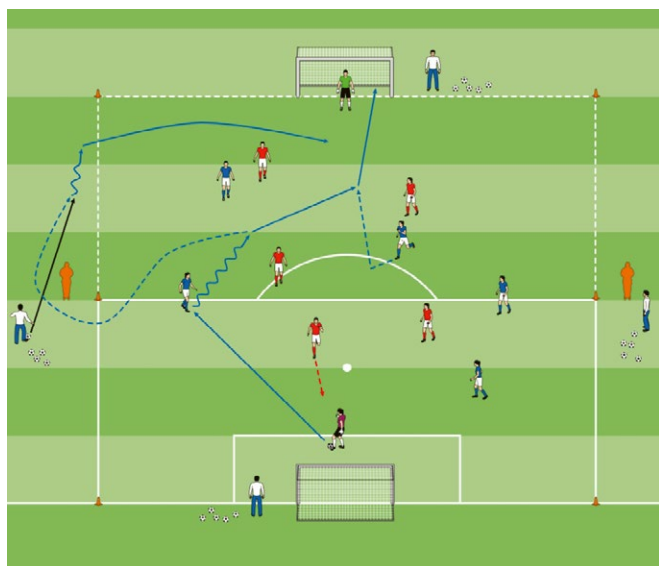
- > TR3 flankt vor das Tor auf die einlaufende ⑨.
- > ⑨ verwertet per Kopf gegen ④.

#### Individuelle Coachingpunkte

- > Torhüter\*in lila:
  - Timing und Präzision beim Passspiel auf ⑥ (Ablauf 2)
- > Torhüter\*in grün:
  - Präzision beim langen Zuspiel (Ablauf 4)
- > ④:
  - Timing, dynamisches Andribbeln, Passschärfe (Ablauf 2)
  - Defensivkopfball (Ablauf 8)
- > ④:
  - Den\*die Stürmer\*in bei der Ballverarbeitung stören (Ablauf 2 und 5).
- > ⑤:
  - Den\*die Gegenspieler\*in nach außen lenken (Ablauf 3).
- > ⑥:
  - mit Schnitt in die Tiefe spielen (Ablauf 2, 3 und 5)
  - nachstarten (Ablauf 2)
- > ⑩:
  - Zusammenspiel im Dreieck (Ablauf 2)
  - Abschluss aus dem Rückraum (Ablauf 6)
- > ⑨:
  - Einlaufverhalten, Abschluss (Ablauf 2 und 5)
- > ⑨:
  - Anlaufverhalten im Bogen (Ablauf 2)
  - Mit Tempo in die Tiefe starten (Ablauf 3, 4 und 8).
- > ⑦, ⑦ und ⑪:
  - Im 2 gegen 1 eine Entscheidung treffen: Zum\*r Stürmer\*in passen oder selbst den Abschluss suchen (Ablauf 3 und 4).
  - Im 1 gegen 1 nach innen dribbeln und in die lange Ecke abschließen (Ablauf 1 und 8).



## Schlussteil



### KOMMENTAR VON JONAS STEPHAN

Das Training beginnt mit einem technischen Warm-up. Hierbei liegt der Fokus darauf, die Spieler\*innen an den Ball zu bringen. Gecoacht werden technische Inhalte wie die nötige Passschärfe, das Blick- oder Absetzverhalten. Die Torhüter\*innen werden ebenfalls in den Ablauf einbezogen.

Den Kern der Einheit bildet ein Kreisablauf, in dem die individuellen Themen der einzelnen Spieler\*innen miteinander verknüpft werden. Insgesamt haben die Spieler\*innen so zwar weniger Wiederholungen als in einem Kleingruppentraining. Der entscheidende Vorteil ist jedoch, dass sie in spielnahe Situationen kommen und auf lebendige Ziele abgeschlossen wird. Das Trainerteam teilt sich auf die einzelnen Positionsgruppen auf, sodass jede\*e Spieler\*in ein auf ihn\*sie abgestimmtes Coaching erfährt.

Zum Schluss wird im 3 gegen 3, 4 gegen 4 oder 5 gegen 5 auf zwei Tore gespielt. Um dennoch einen roten Faden zu wahren, kommt es nach jedem Abschluss oder nach Ablauf einer vorgegebenen Zeit durch Einspielen von Trainerbällen zu 1-gegen-1- oder 2-gegen-1-Situationen, in denen die Spieler\*innen nochmals in ihren persönlichen Schwerpunkten gefordert werden. Dies kann im Feld stattfinden, insbesondere dann, wenn drei Torhüter\*innen zur Verfügung stehen, aber auch auf ein außerhalb stehendes Tor.

Nachdem der erste Teil der Mannschaft die Einheit absolviert hat, kommt die zweite Gruppe auf den Platz. Mit dieser wird nach dem gleichen Ablauf, aber mit veränderten, auf die Themen der Spieler\*innen abgestimmten Inhalten, gearbeitet.

### 6 gegen 6 mit individuellen Aufgaben

#### Organisation und Ablauf

- > Einen doppelten Strafraum mit 2 Toren mit Torhüter\*innen und Mittellinie sowie 2 Dummies daneben aufbauen.
- > 2 Teams à 6 Spieler\*innen inklusive Torhüter\*innen einteilen.
- > Die Trainer\*innen verteilen sich mit Balldepots um das Feld.
- > 6 gegen 6
- > Nach jedem Treffer (oder nach jeweils 45 Sekunden) absolviert ein\*e Spieler\*in eine Aufgabe, die seinem\*ihrem individuellen Schwerpunkt im Positionstraining entspricht:
  - Die Flankentechnik verbessern (in der Abbildung): Der\*die Flügelspieler\*in startet an der Seitenlinie in die Tiefe und erläuft ein Zuspiel des\*der Trainers\*in. Er\*sie schlägt eine Flanke auf seine\*ihre Mitspieler\*innen im Feld, die diese verwerten. Rot verteidigt die Hereingabe.
  - Den Pass hinter die letzte Kette verfeinern (nicht in der Abbildung): Der\*die Sechser\*in dribbelt von hinter dem Tor in das Feld und spielt mit dem\*r Flügelspieler\*in ein 2 gegen 1 gegen den\*die Innenverteidiger\*in aus.



Jonas Stephan erklärt, wie bei RB Leipzig mithilfe von Positionsprofilen individuell und dennoch spielnah trainiert wird.



Mitch Kniat. Foto: IMAGO / foto2press

# Mit Überzeugung und Rückenwind

Mitch Kniat, Cheftrainer des DSC Arminia Bielefeld, im Interview

**H**inter Mitch Kniat liegt eine (fast) perfekte Saison: Mit Arminia Bielefeld gelang dem Chefcoach der Aufstieg in die 2. Bundesliga, der Gewinn des Westfalen-Pokals sowie der Sprung ins DFB-Pokalfinale. Auf dem Weg nach Berlin kegelten die Arminen gleich mehrere Bundesligisten aus dem Wettbewerb, begeisterten mit mutigem Fußball, überzeugendem Auftreten und hoher Intensität und konnten erst im Finale vom VfB Stuttgart gestoppt werden. In Liga zwei hat sich die Arminia mittlerweile zurechtgefunden und überzeugt vor allem im Spiel nach vorne mit einer der besten Offensiven der Liga. Mit Mitch Kniat hat sich BDFL-Verbandsreferentin Melina Stock darüber unterhalten, wie er seiner Mannschaft nach dem Beinahe-Abstieg aus der 3. Liga in der Saison 2023/24 die Überzeugung zurückgegeben hat, wie er seine Führungsprinzipien etabliert und warum sein Trainerteam ihn entscheidend in seiner persönlichen Entwicklung prägt.

**Melina Stock (MS): Lieber Mitch, die ersten Spiele als Trainer einer Zweitligamannschaft liegen hinter dir. Wie fällt dein erstes Zwischenfazit aus?**

**Mitch Kniat (MK):** Wenn man unsere bisherige Saison als Aufsteiger betrachtet, kann man sicherlich zufrieden sein. Wir haben bis hierhin schon einiges erlebt: Wir sind sehr gut

in die Saison gestartet, haben dann vier Mal hintereinander verloren und uns danach wieder stabilisiert. Die Art und Weise, wie wir aufgetreten sind, hat mir gut gefallen. Trotzdem mussten wir ein paar Dinge an unserer Spielidee anpassen. Das ist nicht ungewöhnlich und für uns in der zweiten Liga sehr wichtig. Bis jetzt können wir aber durchaus zufrieden sein und trotzdem geht immer ein bisschen mehr.

**MS: Lass uns auf eure unfassbar erfolgreiche vergangene Saison zurückschauen, erst einmal auf den Pokal. Im DFB-Pokal habt ihr insgesamt drei Erstligisten aus dem Wettbewerb kegelt. Unter anderem den bis dato amtierenden Double-Sieger Bayer 04 Leverkusen. Wie habt ihr es geschafft, gegen solche Mannschaften mit dieser individuellen Qualität zu bestehen?**

**MK:** Wir sind die Aufgaben mit einer großen Flexibilität angegangen, haben immer wieder Dinge angepasst, um es den Gegnern so schwer wie möglich zu machen. Wir wollten in den Pokalspielen die Intensität extrem hochfahren – denn Intensität hat nichts damit zu tun, in welcher Liga du spielst. Die Qualität definitiv schon. Wir wussten, dass alle Mannschaften, gegen die wir gespielt haben, eine höhere Qualität hatten als wir. Du musst schauen, dass du den Gegner in solchen Spielen auf dein Niveau runterziehst und



die Dinge, die nichts mit der Liga zu tun haben, besser auf den Platz bringst: Intensität und Mentalität. Das haben wir immer wieder geschafft, deswegen hatten wir in jedem Spiel die Möglichkeit, eine Runde weiterzukommen. All diese Spiele waren 50-50-Spiele und wir hatten oftmals das Matchglück auf unserer Seite.

**MS: Deiner Mannschaft hat man vor allem großen Mut und ein gewisses Selbstverständnis angesehen. Wie habt ihr es geschafft, dieses Vertrauen in das eigene Team und die eigene Stärke zu kreieren?**

**MK:** Der entscheidende Punkt ist, dass du als Trainer selbst davon überzeugt sein musst. Wenn du es nicht bist, merken das die Jungs. Im Trainerteam waren wir immer zu einhundert Prozent davon überzeugt, dass wir uns gegen jeden einzelnen Gegner durchsetzen können, wenn wir uns an den Plan halten, den wir uns erarbeitet und der Mannschaft mit auf den Weg gegeben haben. Der Schlüssel zum Erfolg war, dass wir mit dem Ball immer wieder gute Lösungen hatten. Wir wollten auf Augenhöhe agieren und haben das auch immer wieder hinbekommen.

**MS: Im Pokalfinale gegen den VfB Stuttgart hat es letztlich nicht zum Titel gereicht. Wie hast du das Spiel im Olympiastadion erlebt?**

**MK:** Dieses Spiel wird hier in Bielefeld in 100 Jahren niemand vergessen. Die vielen Menschen, die mit uns nach Berlin gekommen sind, haben uns gesagt, dass sie ihr ganzes Leben darauf gewartet haben, zum Pokalfinale nach Berlin zu fahren. Dass wir das möglich gemacht haben, macht mich natürlich auch stolz. Und trotzdem bin ich nicht zufrieden, weil wir das Spiel nicht gewonnen haben. Das war natürlich unser Ziel. Dass wir das nicht geschafft haben, war bitter und trotzdem war es ein Riesenerlebnis, vor so vielen Zuschauern zu spielen und zu wissen, es sind über 100.000 Bielefelder in der Stadt. Das waren für uns zwei Tage wie im Rausch. Wir waren nach dem verlorenen Finale alle niedergeschlagen, hatten aber am nächsten Tag die Aufstiegsfeier, bei der wir mit dem Truck durch die Straßen gefahren sind. Dadurch war die negative Stimmung einen Tag später schon wieder vergessen. Denn wir wussten, wir haben eine sehr, sehr gute Saison gespielt: Westfalen-Pokalsieg, Drittligameisterschaft und Finale im DFB-Pokal. Das war eine ganz besondere Saison.

**MS: Das DFB-Pokalfinale war nicht nur für die Spieler, sondern auch für dich als Trainer das bisher größte Spiel der Karriere. Habt ihr die Mannschaft besonders auf dieses Erlebnis vorbereitet?**

**MK:** Wir wollten die Vorbereitung so normal wie möglich gestalten. Und trotzdem musste man sich auf die besondere Situation einstellen: das Medieninteresse, die vielen Zuschauer im Stadion, die vielen Kameras. Deswegen haben wir ein Hörspiel für die Jungs gemacht, mit dem sie sich

gedanklich den Gang von den Katakomben auf den Platz vorstellen können. Das haben sich die Jungs die letzten paar Wochen vor dem Pokalfinale angehört. Wenn man sie heute fragt, dann sagen sie, sie haben immer noch Gänsehaut, wenn sie sich das anhören. Ich werde Berlin auf jeden Fall mit positiven Erinnerungen bei mir behalten. Das war schon ein geiles Erlebnis. Mich stachelt es aber auch an, noch mal dorthin fahren zu dürfen und das Ding zu ziehen.

**MS: Helfen euch diese Erlebnisse der letzten Saison noch heute? Habt ihr dieses Selbstverständnis in die zweite Liga mitgenommen?**

**MK:** Ja, auf jeden Fall. Das hat man vor allem in den ersten Spielen gesehen. Wir haben auch deswegen nicht viel am Kader verändert, weil wir einen Kader mit jungen und vor allem entwicklungsfähigen Spielern haben, dem wir vertrauen. Ich glaube, zur Entwicklung gehört auch ein Wohlfühlfaktor und Sicherheit dazu. Wir haben Automatismen entwickelt und die gelten auch in dieser Saison wieder. Zur Entwicklung gehören kleine Rückschläge. Die vier Niederlagen hintereinander waren hart und bitter, haben uns aber geholfen, den nächsten Schritt zu gehen. Auch wie das Publikum und das Umfeld reagiert haben, war Wahnsinn. Dass niemand nervös geworden ist, haben wir uns erarbeitet. In dieser Saison hatten wir schon viele 50-50-Spiele, die in die eine oder andere Richtung kippen können. Dann entscheiden Nuancen und ich bin sehr zufrieden damit, dass wir auch in dieser Liga auf Augenhöhe mit unseren Gegnern agieren können.

**MS: Ich würde gerne auf deine Anfangszeit in Bielefeld zu sprechen kommen: Die Arminia war gerade aus der zweiten Liga abgestiegen und lag am Boden. Fast der komplette**



Die Enttäuschung steht Mitsch Kniat nach dem verlorenen DFB-Pokalfinale ins Gesicht geschrieben. Foto: IMAGO / kolbert-press

**Kader musste neu zusammengestellt werden. Mit welchen Erwartungen bist du diese neue Position angetreten?**

**MK:** Ich bin einer, der immer alles positiv sieht. Deshalb habe ich in der Situation, dass wir keinen Kader hatten, eine große Chance gesehen. Gemeinsam mit unserem Geschäftsführer Michael Mutzel haben wir das leere Blatt Papier selbst beschriftet. Die Tatsache, dass das Transferfenster zu diesem Zeitpunkt schon fast wieder geschlossen war, hat das Ganze schwerer gemacht. Wir mussten schauen, dass wir möglichst schnell gute Spieler bekommen. Viele Spieler, die wir damals zur Arminia geholt haben, sind bis heute da. Zu sehen, wie sich diese Jungs entwickeln, macht mir extremen Spaß. Als ich zur Arminia gekommen bin, hatte ich trotzdem ein paar andere Erwartungen. Der Doppelabstieg aus der ersten Bundesliga in die dritte Liga hatte Spuren hinterlassen. Es waren kaum Mitarbeiter da, wir mussten überall sparen. Aber wir haben diese bittere Pille geschluckt und das Beste daraus gemacht. Mit dem neuen Kader haben wir einige Zeit gebraucht, eine Stabilität zu finden. Aber auch in den harten Phasen haben wir zusammengehalten. Damit meine ich nicht nur den Zusammenhalt innerhalb der Mannschaft, sondern auch die Positivität, die wir im Verein gespürt haben. Dass wir den Willen gezeigt haben, mehr zu machen als der Gegner und unserer Linie treu geblieben sind, haben unsere Fans honoriert. Sie haben gemerkt: Die reden nicht nur, sondern lassen Taten folgen.

**MS: In eurem letzten Saisonspiel deiner ersten Saison als Arminia-Coach habt ihr den Westfalenpokal gewonnen. Bis dato hattet ihr kein gutes Jahr erlebt und konntet gerade noch so den Abstieg aus der dritten Liga verhindern. Was hat dieser Pokalsieg mit euch gemacht?**

**MK:** Das war ein entscheidender Punkt. Am vorletzten Spieltag der dritten Liga hatten wir zum Spielende den Pfortentreffer gegen Halle. Wenn der reingeht, steigen wir vielleicht in die Regionalliga ab. Wir haben es aber geschafft, in der Liga zu bleiben. Zwei Wochen später kommt das Westfalen-Pokalfinale. Das gewinnst du und legst damit den Grundstein für die DFB-Pokalreise. Dank dieser beiden Erfolgserlebnisse sind wir mit einem positiven Gefühl aus der Saison rausgegangen: Wir haben die Klasse gehalten und den Westfalenpokal gewonnen. Danach haben wir uns neu gesammelt, in der Kaderzusammenstellung nachjustiert und neue, junge Spieler dazugeholt. Ich bin mit einem sehr guten Gefühl in die Vorbereitung gegangen. Das Gefühl wurde direkt im ersten Spiel bestätigt, als wir gegen Cottbus in der 93. Minute das 2:1 gemacht haben. In der Saison zuvor haben wir fünf oder sechs solcher Spiele noch in der 90. Minute verloren. Deswegen hatten wir früh das Gefühl: Diese Saison wird alles anders.

**MS: In deinem zweiten Jahr in Bielefeld habt ihr den Sprung zurück in die zweite Liga geschafft. Was bedeutet das für dich persönlich und für diesen Verein?**

**MK:** Als ich als Trainer angefangen habe, habe ich immer gesagt, dass ich unbedingt mal Meister werden möchte – am liebsten mit einem Traditionsverein. Das geschafft zu haben, ist für mich unbeschreiblich. Wir hatten in der Saison teilweise sieben, acht oder neun Punkte Rückstand. Mir bedeutet das, was wir erreicht haben, extrem viel und den Titel kann uns im Trainerteam keiner mehr nehmen. In 120 Jahren Vereinsgeschichte bin ich mittlerweile der Trainer mit der drittlängsten Amtszeit. Das ist besonders und macht mich stolz – und trotzdem sind wir noch lange nicht am Ende.



*Kniat feiert mit seiner Mannschaft die Drittligameisterschaft.  
Foto: IMAGO / Noah Wedel*

**MS: Der Schritt von der 3. in die 2. Liga ist ein großer. Was sind aus deiner Sicht die größten Unterschiede?**

**MK:** Die Rückrunde der letzten Saison sind wir mehr oder weniger manorientiert angelaufen. Das haben wir auch am Anfang dieser Saison gemacht. Die Intensität in den Spielen ist vergleichbar mit der dritten Liga. Aber natürlich haben sich die Gegner in der neuen Liga gut auf unsere Spielweise eingestellt. Die Mannschaften haben jetzt mehr Qualität auf dem Platz, aber auch im Staff und dadurch andere Möglichkeiten, sich bestmöglich vorzubereiten. Deswegen musst du als Mannschaft anpassungsfähig sein und dich ständig hinterfragen, an welchen Stellen du nachjustieren kannst. Außerdem ist die individuelle Qualität höher als in der dritten Liga, vor allem in der Offensive. Wir haben zu Beginn der Saison zu viele vermeidbare Gegentore bekommen. Daran haben wir intensiv gearbeitet, um unsere defensive Stabilität, die uns ausgezeichnet hat, wieder zu unserer Stärke werden zu lassen. Jetzt stehen wir besser und lassen weniger Torchancen zu. Nur so erhöhst du die Wahrscheinlichkeit, Spiele zu gewinnen. Auch wenn es für uns spricht, dass wir – Stand jetzt – in der Liga die meisten

Tore geschossen haben, gewinnst du im Endeffekt die Spiele nur dann, wenn du auch hinten gut verteidigst.

**MS: Welche Schwerpunkte habt ihr in der Sommervorbereitung gesetzt, um eure Mannschaft auf die neuen Gegebenheiten vorzubereiten?**

**MK:** Wir als Trainerteam haben schon Ende letzter Saison, als der Aufstieg kurz vor Schluss feststand, damit begonnen, uns hochintensiv mit der 2. Bundesliga zu beschäftigen: Wie ist die Herangehensweise der anderen Mannschaften? Wie haben es die anderen Aufsteiger in der Vergangenheit gemacht? Viele mussten nach einer Saison wieder absteigen. Deshalb war für uns klar, dass wir uns anpassen und offen dafür sein müssen, Dinge anders zu machen. Unser Hauptziel ist, ein weiteres Jahr zweite Liga zu sichern.

**MS: Warum passt du als Trainer so gut zu Arminia Bielefeld?**

**MK:** Das weiß ich nicht, das müssen andere beurteilen. Ich persönlich und wir als Trainerteam haben die Einstellung, für den Verein immer einhundert Prozent zu geben, für den wir gerade arbeiten. Ich habe immer noch die gleiche Herangehensweise, die ich schon mit 27 als Trainer hatte. Natürlich habe ich mich fachlich verbessert und weiterentwickelt, aber ich als Person habe mich im Kern nicht verändert – egal ob wir fast abgestiegen sind oder fünf Mal hintereinander gewonnen haben. Ich denke, das ist eine Stärke von mir: Ich bin immer gleich zu den Jungs, immer offen und ehrlich. Ich verlange sehr viel als Trainer, aber ich investiere auch sehr viel.

**„Ich habe sehr früh gelernt, dass man kein guter Trainer ist, sondern ein guter Trainer wird.“**

**MS: Was hat dir dabei geholfen, dich als Trainer weiterzuentwickeln?**

**MK:** Ich habe als Trainer niemals zwei Schritte auf einmal gemacht, sondern immer Step-by-Step den nächsten. Wenn ich früher in meiner Karriere einen Bundesligisten trainiert hätte, wäre ich sang- und klanglos untergegangen. Ich habe ganz früh gelernt, dass man kein guter Trainer ist, sondern ein guter Trainer wird. Man darf nie zu gierig sein, sondern sollte seine Karriere behutsam aufbauen. Ich habe mich stetig verbessert. Das habe ich vor allem meinem Trainerteam zu verdanken. Wir hinterfragen uns permanent und denken nie, dass wir alles richtig machen. Für mich ist es selbstverständlich, dass ich mir selbst und auch vor der Mannschaft eingestehe, wenn ich Fehler mache. Ich übernehme dafür Verantwortung und es ist menschlich, Fehler zu machen. Und wenn man erkennt, was man hätte besser machen können, macht man es nicht noch ein zweites oder drittes Mal. Auch bei den Hospitationen, die ich gemacht

habe, konnte ich vieles mitnehmen. Die Ausbildung zum Fußball-Lehrer hat mir ebenfalls sehr geholfen, aber meine größte Stütze ist mein Trainerteam.

**MS: Wie ist die Arbeit innerhalb eures Trainerteams verteilt und was ist dir in der Zusammenarbeit besonders wichtig?**

**MK:** Mein Co-Trainer Daniel Jara ist meine rechte Hand. Ob ich etwas sage oder er, hat dasselbe Gewicht. Wir arbeiten schon seit sieben Jahren zusammen und haben uns in Paderborn kennengelernt. Für seine Doktorarbeit hat Dani damals als Praktikant im NLZ gearbeitet, unter anderem auch bei mir. Als dann mein damaliger Co-Trainer zu Norwich City gegangen ist, habe ich Dani fest in mein Team geholt. Die Zusammenarbeit hat so gut gepasst, dass wir nicht nur Trainer und Co-Trainer sind, sondern auch Freunde. Das ist aus meiner Sicht ein Riesenvorteil, weil wir uns auch mal unschöne Sachen an den Kopf schmeißen können, ohne dass unsere Beziehung Schaden nimmt. Es wird auch mal laut im Trainerbüro. Das kann sehr befruchtend sein und macht uns besser. Die Aufgabenverteilung sieht so aus, dass Dani derjenige ist, der den Matchplan macht und Trainingseinheiten plant. Mein zweiter Co-Trainer Janik Steringer ist mein ehemaliger Kapitän der U21 des SC Paderborn. Er macht Einzel- und Gruppenanalysen mit den Jungs und ist zeitgleich Videoanalyst. Mein dritter Co-Trainer Luis Allmeroth ist ebenfalls ein ehemaliger Fußballer. Er ist für die Videoanalyse verantwortlich, schneidet das Material und bereitet es entsprechend vor. Mit unserem Torwarttrainer Steffen Süßner arbeiten wir mittlerweile im dritten Jahr zusammen, wir haben gemeinsam in Bielefeld angefangen. Innerhalb unseres Trainerteams können wir uns alles an den Kopf werfen, wir können uns kritisch hinterfragen – und zwar nicht nur in guten, sondern auch in schlechten Phasen.

**MS: Ich würde gerne auch noch darauf zu sprechen kommen, was auf dem Platz passiert: Was sind für dich die wichtigsten Prinzipien in eurem Spiel? Für welche Art von Fußball möchtest du stehen?**

**MK:** Diese Frage bekommt jeder Trainer gestellt und jeder Trainer beantwortet diese Frage ähnlich: Wir wollen intensiven Fußball spielen, wir wollen Ballbesitzfußball spielen, wir wollen immer aktiv sein. Darunter interpretiert aber jeder Trainer eine unterschiedliche Herangehensweise und Idee. Aber du musst diese Idee auch immer wieder an deine Jungs anpassen und daran, womit sie sich wohlfühlen. Was meiner Meinung nach niemals verhandelbar ist, ist die Intensität. Es ist egal, ob du mit Mittelfeld-, Abwehr- oder mit Angriffspressing spielst, ob du umschaltest oder nicht, du musst alles mit einhundert Prozent machen. Deshalb ist auch unser Training hochintensiv. Ich bin der Meinung: Wenn ich als Cheftrainer sage, wir wollen hochintensiv spielen, dann muss ich auch hochintensiv trainieren lassen – altersunabhängig und ohne Ausnahme. Zudem versuchen wir die Trainingszeit zu erhöhen. Dann gibt es kein Abseits, kein





Kniat im Austausch mit Mael Corboz. Foto: IMAGO / Ole Jacobsen

Foul und kein Aus. Ansonsten verlierst du wertvolle Minuten. Deswegen lassen wir im Training lieber ein Tor nicht zählen, weil es Abseits war, bevor wir die Situation unterbrechen. Die Jungs sollen bis zum letzten Moment verteidigen und wenn sie offensiv eine Aktion haben, das Ding bis zum Ende durchspielen.

**MS: Wie sind bei euch im Training die Coaching-Aufgaben verteilt?**

**MK:** Ich coache die Spielformen im Training. Ich stehe dabei niemals seitlich vom Feld, sondern immer mitten auf dem Platz. Ich coache aber nicht allein, das kann auch jeder einzelne Co-Trainer tun. Wenn ein Co-Trainer etwas sieht, ist das genauso wertvoll, wie wenn ich es sehe. Dadurch kommen die Spieler nicht nur zu mir, wenn sie Fragen haben, sondern auch zu meinen Co-Trainern. Jeder im Trainerteam ist gleich wichtig. Diese Kultur haben wir geschaffen und auf die Mannschaft übertragen. Wenn bei uns irgendjemand einen Fehler macht, dann sprechen wir diesen Fehler vor der gesamten Truppe an, damit ich es nicht 25 Mal erklären muss. Dabei geht es nie gegen eine Einzelperson, sondern darum, inhaltlich Dinge aufzuzeigen, damit alle in der Mannschaft sie in Zukunft besser machen können.

**MS: Diese Offenheit innerhalb des Trainerteams zu leben, ist eine Sache. Wie habt ihr es innerhalb der Mannschaft geschafft, eine Kultur zu implementieren, in der ein Aufzeigen vor dem gesamten Team nicht als persönlicher Angriff gewertet wird?**

**MK:** Aktuell haben wir den großen Vorteil, dass wir mit vielen Spielern schon länger arbeiten und sie diese Herangehensweise schon kennen. Vor jeder Saison erkläre ich in einer Besprechung meine Regeln und meine Art, mit Fehlern umzugehen. Damit wissen die Jungs von vornherein, dass alles vor der Mannschaft angesprochen wird und keiner

fühlt sich auf den Schlips getreten. Dabei gebe ich immer dasselbe Beispiel: Ich verhalte mich gegenüber allen Spielern gleich – egal ob sie fünf Tore machen oder fünf Elfmeter verschießen, ob sie Stammspieler sind oder fünf Mal nicht spielen. Ich verhalte mich immer gleich und erwarte das auch von den Spielern.

**MS: Das Wort Weiterentwicklung ist in unserem Gespräch mehrfach gefallen. Wo willst du dich als Trainer weiterentwickeln und wo wollt ihr euch als Mannschaft noch hin entwickeln?**

**MK:** Als Mannschaft wollen wir stabiler gegen den Ball sein und gute Leistungen konstant über mehrere Spiele zeigen. Mit einer jungen Mannschaft ist es so, dass sich die Spieler automatisch weiterentwickeln, wenn sie an ihre Grenzen gehen. Aber Entwicklung hat nicht unbedingt etwas mit dem Alter zu tun. Mael Corboz ist über 30 und wird von Jahr zu Jahr besser. Das Gleiche gilt für mich als Trainer: Ich kann mich in jedem einzelnen Bereich verbessern. Ich bin komplett offen und wenn mich jemand mit neuen Gedanken überzeugt, bin ich immer bereit, Dinge zu verändern. Der Erfolg des Teams steht an erster Stelle. Ich habe kein Problem damit, Dinge anzupassen, wenn wir dadurch erfolgreicher werden.

**MS: Mitch, vielen Dank dir für das Gespräch. Wir, der BDFL, wünschen dir und deiner Mannschaft viel Erfolg für die laufende Saison**

**MK:** Danke.

## Vita Michél „Mitch“ Kniat

**Geburtsdatum:** 18.11.1985

### Seine Stationen als Spieler:

bis 1998:	Alemannia Mariadorf
1998 – 2004:	Alemannia Aachen
2004 – 2005:	KFC Uerdingen
2005 – 2006:	Kickers Emden
2006 – 2007:	SV Straelen
2007 – 2009:	Borussia Mönchengladbach II
2009 – 2010:	Goslarer SC
2010 – 2012:	SC Wiedenbrück
2012 – 2013:	FC Oberneuland
2013 – 2017:	Blumenthaler SV

### Seine Stationen als Trainer:

2014 – 2017:	Blumenthaler SV (Cheftrainer)
2017 – 2022:	SC Paderborn II (Cheftrainer)
2022 – 2023:	SC Verl (Cheftrainer)
seit 2023:	DSC Arminia Bielefeld (Cheftrainer)





**FUSSBALL  
FERIEN  
FREIZEIT**  
Deutschlands größtes Trainingslager



**NOCH BIS  
19.12.2025  
BEWERBEN**

**DEIN MATCHPLAN 2026:**

**MIT FAIRPLAY & RESPEKT**

**ZU DEN FUSSBALL-**

**FERIEN-FREIZEITEN**

**Deutschlands größtes Trainingslager: Werdet mit eurem Verein Teil der Fußball-Ferien-Freizeiten 2026!**



# BDFL-Mitgliederbefragung 2025

Die Weiterentwicklung des Trainerverbandes ist ein zentrales Anliegen der Arbeit des BDFL. Um diese Entwicklung bestmöglich im Sinne der Mitglieder voranzutreiben, wurde eine Mitgliederbefragung entwickelt und im Mai und Juni durchgeführt. Sowohl per E-Mail als auch im Rahmen unterschiedlicher Fortbildungen und durch die Verbreitung im BDFL-Journal wurden alle Mitglieder über die Umfrage informiert und zur Teilnahme an der Mitgliederbefragung motiviert. Deutlich über 1.000 Trainer\*innen haben die Chance genutzt, um die aktuelle Arbeit des BDFL zu bewerten sowie ihre persönlichen Wünsche zu platzieren und Potenziale des Verbandes aufzuzeigen. Die grundlegenden Ergebnisse, auf deren Basis die BDFL-Verantwortlichen die zukünftige Arbeit des Trainerverbandes ausrichten möchten, werden im Folgenden vorgestellt.

„Die Mitgliederbefragung war sehr umfangreich und ist in dieser Form erstmalig durchgeführt worden. Im BDFL-Präsidium sind wir uns einig, dass wir den BDFL weiterhin entwickeln wollen - und zwar gemeinsam mit den Mitgliedern“, erklärt BDFL-Präsident Benno Möhlmann die Motivation für die Mitgliederbefragung und gibt einen ersten Ausblick: „Wir werden die Aufgabenbereiche noch besser an die Bedürfnisse unserer Mitglieder anpassen und wollen unsere Trainer und Trainerinnen auch in Zukunft immer wieder in die Verbandsentwicklung miteinbeziehen. Für uns ist wichtig, dass unsere Mitglieder wissen und spüren, dass wir für sie da sind und unseren Verband gemeinsam mit ihnen weiterentwickeln und stärken möchten.“

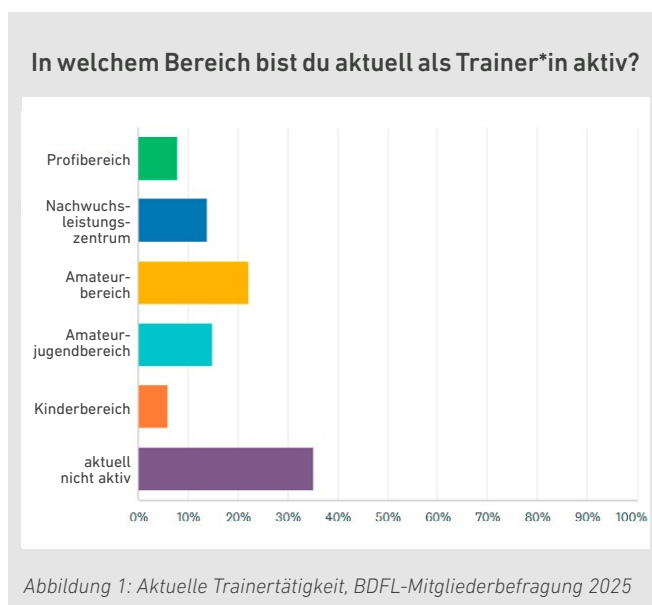
**„Für uns ist wichtig, dass unsere Mitglieder wissen und spüren, dass wir für sie da sind und unseren Verband gemeinsam mit ihnen weiterentwickeln und stärken möchten.“**

## Umfangreicher und vielfältiger Fragenkatalog

An der Befragung, die aus 28 Fragen bestand, nahmen insgesamt 1.112 BDFL-Mitglieder teil. Von diesen war ein Großteil (68 Prozent) bereits seit über zehn Jahren Mitglied im BDFL. Die meisten Trainer\*innen im Verband verfügen über eine A (68 Prozent) oder Pro Lizenz (15 Prozent). A+ Lizenzinhaber\*innen machen aktuell etwa vier Prozent der Mitglieder im BDFL aus. Seit 2024 können auch Trainer\*innen mit B oder B+ Lizenz Mitglied im BDFL werden. Sie sind mit rund acht (B Lizenz), beziehungsweise vier Prozent in der Mitgliedschaft (B+ Lizenz) vertreten.

Am häufigsten sind BDFL-Mitglieder, die aktuell einer Trainertätigkeit nachgehen, im Amateur- und Amateurjugend-

bereich aktiv, gefolgt von einer Anstellung im LZ und im Profibereich (siehe Abbildung 1).



## Bewertung der BDFL-Verbandsarbeit

Inhaltlich konnten die Mitglieder ihre Meinung zu den Themenschwerpunkten Verbandsentwicklung, Fortbildung, Wissensnetz, Identifikation und Interessensvertretung sowie Mitgliederservice äußern – sowohl in Form einer Skala von einem bis fünf Sternen als auch Freitexten und Rangordnungen.

Grundsätzlich lässt sich sagen, dass die Mitglieder mit der Arbeit des BDFL zufrieden bis sehr zufrieden sind (siehe Abbildung 2). Dabei schreiben die Mitglieder dem Trainerverband unterschiedliche Funktionen zu. Von einem Großteil der Mitgliedschaft wird der BDFL vor allem als Fortbildungsinstitution sowie als Trainingsgemeinschaft gesehen.

## Fortbildungsformate sehr positiv bewertet

Ähnliche Werte werden bei der Bewertung des BDFL-Fortbildungsangebots im Allgemeinen erzielt (4,1 Sterne): Die



### Wie bewertest du die Arbeit des BDFL im Allgemeinen?

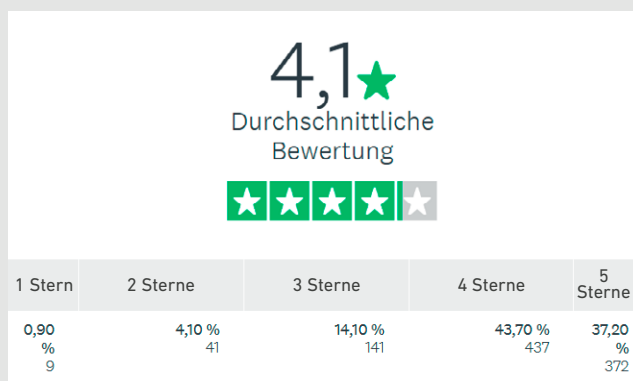


Abbildung 2: Bewertung Arbeit im Allgemeinen, BDFL-Mitgliederbefragung 2025

regionalen Angebote (4,0 Sterne) werden ebenso geschätzt wie die Fortbildungen im BDFL-Online-Campus (4,2 Sterne). Bei den Mitgliedern am beliebtesten ist das BDFL-Fortbildungsflaggschiff, der Internationale Trainer-Kongress, mit einer Bewertung von 4,4 Sternen. Verbesserungspotenziale sehen die Mitglieder in der Praxisnähe der vermittelten Inhalte. Außerdem ist der Wunsch da, vermehrt relevante Fortbildungsinhalte für Trainer\*innen anzubieten, die im Amateur- sowie Jugendamateurbereich tätig sind.

### Lob und Verbesserungsvorschläge für das BDFL-Wissensnetz

Neben den Fortbildungen in Präsenz und online bietet der Trainerverband seit einigen Jahren mit dem BDFL-Wissensnetz ein digitales Tool an, das es den Mitgliedern ermöglicht, Wissen rund um die Trainertätigkeit kostenfrei und on demand abzurufen. Aktuell nutzt etwa die Hälfte der Mitgliedschaft diese Möglichkeit der zusätzlichen Weiterbildung über die Fortbildungsteilnahme hinaus. 72 Prozent der Wissensnetz-Nutzer\*innen geben die „Entdeckung neuer Themen“ und 26 Prozent die „Nachbereitung von Fortbildungen“ als Hauptmotivation für die Nutzung der Plattform an. Um das BDFL-Wissensnetz noch attraktiver zu gestalten, sollte aus Sicht der Mitglieder die Nutzerfreundlichkeit sowie Navigation verbessert werden. Zudem würden sich die Trainer\*innen über mehr Praxisinhalte auf der Plattform freuen.

### Top-Werte für den Mitgliederservice

Äußerst zufrieden zeigt sich die BDFL-Mitgliedschaft mit Blick auf den Mitgliederservice. Sowohl die Erreichbarkeit und Zuverlässigkeit als auch die Qualität der Antworten und Hilfestellungen werden sehr gut bewertet (4,4 bzw. 4,5 Sterne). Auf die Frage „Fühlst du dich ausreichend informiert über die Geschehnisse im BDFL?“ haben 84 Prozent geant-

wortet, optimal informiert zu sein. Ebenfalls positiv und zugleich mit Optimierungsbedarf werden die Bereiche „Identifikation“ (3,5 Sterne) mit dem Verband sowie „Interessenvertretung“ (3,9 Sterne) bewertet. Insbesondere die öffentliche Präsenz des Verbandes als Stimme der Trainerschaft wurde als noch zu wenig genutztes Potenzial identifiziert.

### Konkrete Vorschläge: Jobbörse und Forcierung der Netzwetkbildung

In der Auswertung der Beantwortung offener Fragen haben die Mitglieder einige konkrete Ideen für die Ausweitung der Leistungen des BDFL eingebracht, wie die Einführung einer Jobbörse oder die Forcierung und Förderung der Netzwetkbildung innerhalb der Trainergemeinschaft. Außerdem haben die Trainer\*innen mit B und B+ Lizenz den Wunsch geäußert, dass die besuchten Fortbildungen künftig nicht nur zur persönlichen Weiterentwicklung dienen, sondern auch für die Lizenzverlängerung angerechnet werden.

### Fazit und Ausblick

„Das Präsidium und die Geschäftsstelle des BDFL haben in diesem Jahr die Mitgliederbefragung erstmals als Instrumentarium eingesetzt, um unsere Mitglieder bei der Bewertung diverser Arbeitsfelder sowie vor allen Dingen zur Ermittlung von Optimierungs- und Erweiterungspotenzialen direkt mit einzubeziehen. Dabei war die Befragung für uns ein erster Pilotversuch, bei dem wir recht allgemein globale Themen angesprochen haben“, ordnet Prof. Dr. Oliver Höner, BDFL-Vizepräsident für Wissenschaft und Methodik, die Mitgliederbefragung ein: „Die Ergebnisse bieten eine eindrucksvolle Bestätigung für die hervorragende Arbeit auf der BDFL-Geschäftsstelle sowie für die hohe Qualität unserer Fortbildungsangebote. Zugleich haben wir wichtige Hinweise für die weitere Optimierung unserer Arbeit erhalten. Natürlich sind unsere Ressourcen und Möglichkeiten im BDFL begrenzt, das heißt wir werden nicht sämtlichen Anregungen nachgehen können. Die Befragung hilft uns aber sehr, für die weitere Gestaltung auf Basis eines Meinungsbilds der Mitgliedschaft Prioritäten für zukünftige Themen setzen und zudem neue Ideen aufnehmen zu können.“

Auch in der Zukunft plant der BDFL, seine Mitglieder in die Weiterentwicklung des Verbandes einzubeziehen. „Unsere Mitglieder stellen ein riesiges Potenzial an Kompetenz rund um den Fußball und die Verbandsentwicklung dar. Ich bin mir sicher, dass wir auch in Zukunft das Instrument der Mitgliederbefragung einsetzen werden, um dann neben den bisher gewonnenen allgemeinen Informationen Rückmeldungen der Mitglieder zu konkreteren Fragestellungen zu erhalten“, so Vizepräsident Höner: „Vielen Dank an unsere Geschäftsstelle für die Durchführung und umfangreiche Auswertung der BDFL-Mitgliederbefragung 2025!“



Die Vergabe der Stipendienurkunden an 13 der Stipendiatinnen hat im Rahmen des Google Pixel Supercups der Frauen in Karlsruhe stattgefunden.  
Foto: Getty Images / DFB

## Bereits 32 Trainerinnen gefördert – Stipendienvergabe beim Supercup

32 Trainerinnen wurde mit dem Stipendium bereits in ihrer Entwicklung unterstützt, seit das Programm auf Initiative des Bundes Deutscher Fußball-Lehrer 2023 ins Leben gerufen wurde. Mittlerweile kooperiert der BDFL nicht nur mit der DFB-Stiftung Sepp Herberger, sondern auch mit dem DFB. Im Rahmen des Google Pixel Supercups der Frauen in Karlsruhe haben DFB-Sportdirektorin Nia Künzer, Brendan Birch (DFB-Teamleiter Aus- und Weiterbildung), Marcus Dippel (BDFL-Geschäftsführer) und Dirk Reimöller (BDFL-Vizepräsident) die Stipendien an 13 Trainerinnen vergeben.

Ziel des Programms ist es, talentierte Trainerinnen auf ihrem Weg in den Profifußball zu unterstützen und ihnen neue Perspektiven zu eröffnen. Die Stipendien decken die gesamten Lehrgangskosten für die jeweiligen Lizenzen ab und sollen den Anteil von Frauen in verantwortungsvollen Trainerpositionen nachhaltig erhöhen.

**Möhlmann: „Ziel war und ist es, Trainerinnen den Weg zu ebnen“**

„Frauen auf der Bank sieht man leider immer noch viel zu selten. Deshalb ist die Notwendigkeit einer Förderung offensichtlich. Wir haben wenige Trainerinnen in der Trainerausbildung, vor allem auf höchstem Niveau. Unser Ziel war und ist es, Trainerinnen den Weg dorthin zu ebnen“, erklärt BDFL-Präsident Benno Möhlmann: „Wir freuen uns sehr, dass wir erneut sehr engagierte und talentierte Trainerinnen mit einem Stipendium unterstützen können und sind gespannt darauf, ihren weiteren Weg zu verfolgen.“

## Künzer: „Es müssen weitere Weichen gestellt werden“

„Mehr Trainerinnen für den Fußball zu gewinnen, ist ein enorm wichtiges Thema. Es gibt viele talentierte Frauen, die wir gemeinsam fördern wollen und sollten“, sagt Nia Künzer (DFB-Sportdirektorin): „Es freut mich daher sehr, dass wir erneut 13 Frauen die Möglichkeit geben können, den nächsten Schritt in ihrer Trainerinnenkarriere zu gehen und damit auch Vorbilder für andere zu werden. Es müssen weitere Weichen gestellt werden, um das Berufsbild Trainerinnen für Frauen attraktiver zu machen und noch mehr Interessierte dafür zu begeistern.“

Seit dem Start des Programms im Jahr 2023 wurden bereits 32 Trainerinnen gefördert. Der Auswahlprozess für die fünfte Auflage des Stipendiums läuft aktuell bereits.

Bewerben konnten sich alle Trainerinnen, die zur Teilnahme an einer der genannten Lizenzen zugelassen wurden. Die Auswahl erfolgt durch ein Vergabegremium aus Vertreter\*innen des DFB, der DFB-Stiftung Sepp Herberger und des BDFL, bestehend aus Ulrike Ballweg (Leiterin Talentförderung weiblich des DFB), Benno Möhlmann (Präsident-Bund Deutscher Fußball-Lehrer), Katrin Müller-Hohenstein (Sportmoderatorin) und Tina Theune (Kuratoriumsmitglied DFB-Stiftung Sepp Herberger).

# Zwischenfazit der Trainerausbildungen

**Insgesamt 32 Trainerinnen haben bereits vom Stipendium für Trainerinnen profitiert. Mit Anne Beck (B+ Lizenz) und Wera Grumpe (A+ Lizenz) berichten nun zwei von ihnen von ihren Eindrücken von der Lizenzausbildungen, ihren größten Learnings und warum das Stipendium für sie über die monetäre Unterstützung hinaus wertvoll war.**

Die A+ Lizenzausbildung umfasst insgesamt 13 Module und dauert rund ein Jahr – eine sehr intensive Zeit, wie Absolventin Wera Grumpe berichtet: „Für mich war die Ausbildung eine Zeit mit Höhen und Tiefen. Ich habe super interessante Einblicke in ganz unterschiedliche Bereiche erhalten und viel über die Arbeit in NLZ von Profivereinen wie dem VfL Bochum, Mainz 05 oder Borussia Dortmund erhalten.“ Über die Arbeit mit Talenten hinaus wurden während der Ausbildung viele andere Aspekte des Trainerseins thematisiert. Vor allem die Trainer und Trainerinnen und deren Persönlichkeitsentwicklung standen im Zentrum. „Die Selbstreflexion ist ein sehr großer Bestandteil der A+ Lizenzausbildung. In diesem Bereich habe ich sehr viel für mich mitgenommen“, so Grumpe. Die 33-Jährige ist als Verbandssportlehrerin des Fußball- und Leichtathletikverbands Westfalen aktiv und verfolgt als Trainerin das Ziel, Persönlichkeiten zu entwickeln und ihre Spielerinnen besser zu machen. Sie selbst hat durch die Ausbildung einen entscheidenden Schritt in ihrer Entwicklung als Trainerin gemacht, wie sie selbst findet: „Ich habe als Trainerin natürlich schon vor der A+ Lizenz eine eigene Vision gehabt. Diese Vision ist durch die Ausbildung, das Feedback der anderen Teilnehmer\*innen und der Auseinandersetzung mit einzelnen Aspekten im Detail noch einmal viel klarer und präziser geworden.“

## Stipendium mehr als monetäre Unterstützung

Auch für Anne Beck, die die B+ Lizenz absolviert hat, bedeutete die Ausbildung den nächsten Entwicklungsschritt. Vor



Anne Beck bei der Stipendienvergabe in Karlsruhe.  
Foto: Getty Images / DFB

allem der Austausch mit den Referent\*innen, Ausbilder\*innen und Trainerkolleg\*innen war für sie sehr hilfreich. Das Stipendium hatte für die 27-Jährige nicht nur einen monetären Wert. „Für mich war das Stipendium von BDFL und DFB eine tolle Möglichkeit, beim DFB eine Trainerlizenz zu machen. Die Lizenz habe ich kurz nach Abschluss meines Sportstudiums gemacht und da ist es eine willkommene Hilfe, seine Leidenschaft weiterhin verfolgen und vor allem professionalisieren zu können. Das Stipendium ging aber über den reinen monetären Wert hinaus. Es ist einfach eine Wertschätzung für die Arbeit, die man tagtäglich auf dem Platz verrichtet“, schildert Beck. Die Verbandstrainerin im Fußball-Verband Südbaden betont: „Diese Wertschätzung gibt natürlich auch allen anderen Stipendiatinnen, mit denen ich mich ausgetauscht habe, Selbstvertrauen und Motivation für den weiteren Weg.“





Imke Wübbenhorst. Foto: IMAGO / Just Pictures

# Meisterschaft und Babyglück

**Imke Wübbenhorst, Cheftrainerin der Young Boys Bern Frauen, im Interview**

**I**mke Wübbenhorst hat ein spektakuläres Jahr hinter sich: Im vergangenen Dezember ist die Cheftrainerin der Young Boys Bern Frauen Mama geworden, ein paar Monate später feierte sie mit ihrer Mannschaft den Gewinn der Schweizer Meisterschaft – ihr erster Titel als Trainerin, nachdem sie bereits im Jahr zuvor mit der Finalteilnahme des Schweizer Pokals ganz nah dran war am Edelmetall. Die Pro Lizenz-Inhaberin arbeitet seit mittlerweile dreieinhalb Jahren erfolgreich beim Berner Traditionsclub, hatte zuvor aber auch Erfahrungen im deutschen Männerfußball sowohl als Co-Trainerin bei Drittligist Viktoria Köln als auch als Cheftrainerin bei den Sportfreunden Lotte gesammelt. Im Interview mit BDFL-Verbandsreferentin Melina Stock spricht Wübbenhorst über die besondere vergangene Saison und die prägendsten Erfahrungen in ihrer Entwicklung als Trainerin und erklärt, wie sie den Spagat zwischen Mutterschaft und Cheftrainerposten meistert.

**Melina Stock (MS):** Liebe Imke, zu Beginn möchte ich dir zu eurer erfolgreichen letzten Saison und dem Gewinn der Schweizer Meisterschaft gratulieren. Wie hat es sich für die angefühlt, den Ligapokal in die Höhe zu strecken?

**Imke Wübbenhorst (IW):** Das war ein unglaubliches Gefühl, vor allem weil diese Entwicklung am Anfang der Saison nicht abzusehen war. Wir sind mit zwei Niederlagen und einem Unentschieden gestartet und haben danach vieles hinterfragt und umgestellt. Dann folgte eine Serie mit sechs Siegen. Trotzdem waren wir noch nicht bereit, die Top-Teams der Liga wie den FC Basel oder Servette FC zu schlagen und haben gegen beide nur einen Punkt geholt. Kurz darauf ging ich in die Mutterschaftspause. Ich habe bis zehn Tage vor der Geburt gearbeitet, dann kam die Länderspielpause und ich habe unser Kind bekommen. Unser Sportlicher Leiter Rolf Kirchhofer hat mich in der Vorbereitung und den ersten Spielen des Jahres vertreten. Ich war aber weiterhin nah an der Mannschaft. In der Schlussphase der Saison habe ich das Team wieder übernommen. Am letzten Spieltag sind wir dank eines Sieges gegen GC Zürich bei gleichem Torverhältnis und nur Dank der mehr erzielten Tore noch auf Platz eins der Tabelle gesprungen. Damit hatten wir die beste Ausgangslage für die Playoffs, die wir genutzt und es bis ins Endspiel geschafft haben. Im Finale mussten wir wieder gegen GC Zürich antreten, die zuvor Basel und Servette rausgeworfen hatten. Das Hinspiel haben wir mit 0:1 verloren, das Rückspiel aber

mit 2:1 gewonnen. Im Elfmeterschießen haben wir das Ding mit 5:4 für uns entschieden. Das war sehr emotional – und mein Kind war überall dabei. Ich habe im Bus gestillt und sogar in der Halbzeit des Playoff-Halbfinals Milch abgepumpt. Das sind wilde Geschichten, aber wir haben das zusammen gerockt. Anfangs hatte ich ein schlechtes Gewissen, den Spielerinnen sagen zu müssen, dass ich schwanger bin, aber sie meinten: „Das schaffen wir.“ Es war wunderschön: erst das Kind, dann der Wunsch, gute Mutter und gute Trainerin zu sein, und gleichzeitig dieser Erfolg. Das war ein Kraftakt. Für mich war es extrem schön zu sehen, wie wir uns für unsere kontinuierliche Arbeit über drei Jahre hinweg mit der Meisterschaft belohnt haben.

**MS: Welche Lehren hast du aus dieser so besonderen Saison für dich gezogen?**

**IW:** Dass es wirklich darauf ankommt, an den gemeinsamen Prozess mit der Mannschaft zu glauben und Erfolg nicht ausschließlich an Ergebnissen festzumachen. Wenn du davon überzeugt bist, dass das Team gut zusammengestellt wurde und alle entwicklungsfähig sind, ist vieles möglich. Gerade in unserer Liga und unserem Verein setzen wir darauf, mit jungen Spielerinnen zu arbeiten. Wenn du es schaffst, eine mannschaftliche Geschlossenheit zu erarbeiten, kannst du im Laufe einer Saison in einen Flow kommen. Das ist bei uns der Fall gewesen. Dadurch hat sich aber nicht nur die gesamte Mannschaft als Einheit, sondern auch jede Einzelne entwickelt und große Schritte gemacht. Das ist ein Riesen-Learning gewesen. Wir hatten vor der Saison jeder Spielerin ein Tagebuch erstellt, in dem jede Einzelne ihre Entwicklung protokollieren musste: In welchen Bereichen möchte sie sich entwickeln? Was möchte sie in dieser Saison erreichen? Wo steht sie gerade? Am Ende der Saison haben wir gesehen, dass jede in ihren Bereichen einen Schritt weitergekommen ist. Das hat auch dazu

geführt, dass das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten gewachsen ist. Dadurch waren wir als Mannschaft zum Schluss bereit, um unseren Gegnern, auch den starken Clubs, Paroli zu bieten.

**MS: In dieser Saison habt ihr dank eures vorigen Erfolgs eine neue Herausforderung zu meistern: Englische Wochen und die Teilnahme am internationalen Wettbewerb. Wie seid ihr und wie ist die Mannschaft mit dieser Herausforderung umgegangen?**

**IW:** Die erste Herausforderung war, dass sich unsere Mannschaft im Sommer extrem verändert hat. Durch den Meistertitel haben viele Spielerinnen Begehrlichkeiten geweckt: Sechs Stammspielerinnen, darunter unsere komplette offensive Achse, sind zu Vereinen ins Ausland gewechselt. Außerdem hat sich unsere Kapitänin Steffi Waeber das Kreuzband gerissen. Diesen Umbruch zu moderieren, war eine große Challenge. Spielerinnen, die in die Bundesliga oder nach England wechseln, kannst du nicht einfach ersetzen. Also war klar: Wir können die verlorene Qualität nicht einfach eins zu eins ersetzen und sind gefordert, unsere jungen Spielerinnen zu entwickeln. Der Sommer war sehr intensiv, weil ich bei der EM für das Schweizer Fernsehen als TV-Expertin mitwirken durfte, gleichzeitig aber auch bei der Zusammenstellung des neuen Kaders voll involviert war. Direkt zum Start mussten wir europäisch performen: Champions-League-Quali gegen die Meister aus Zypern und Dänemark. Diese Spiele kamen nach dem großen Umbruch viel zu früh. Wir schlugen Apollon FC, verloren aber drei Tage später mit 0:1 gegen Fortuna Hjørring und verpassten die Qualifikation für die Champions-League-Gruppenphase. Das war sehr bitter. Zurück in der Liga haben wir aus drei Spielen nur zwei Punkte geholt, was als Meister sehr ernüchternd war. Wir haben ähnlich wie in der Vorsaison alles auf den Prüfstand gestellt und geschaut, an welchen Stellschrauben wir drehen müssen, damit die neuen Spielerinnen ihr Potenzial voll einbringen können. Mit jeder einzelnen Spielerin, die den Verein verlassen hatte, haben gewisse Qualitäten die Mannschaft verlassen, gleichzeitig kamen mit neuen Spielerinnen neue Stärken dazu. Also mussten wir unsere Herangehensweise mehr an die neuen Spielertypen anpassen. Die vielen englischen Wochen machten es jedoch schwer, an Details zu arbeiten. Dazu kamen unser kleiner Kader und wenige Erholungsphasen. Trotzdem hat uns die internationale Phase extrem zusammengeschweißt. Wir sind viel gereist, haben Spiele gemeinsam vor- und nachbereitet – jede wurde wichtig, weil wir bei Blessuren sofort andere Spielerinnen reinwerfen mussten. So hatten alle viel Spielzeit und konnten sich entwickeln. Gleichzeitig mussten wir uns auf höchstem Niveau messen: Sparta Prag hatte fast ausschließlich A-Nationalspielerinnen mit über 400 Länderspielen im Kader, wir hatten sieben Spielerinnen unter 21 Jahren. In Prag konnten wir trotzdem mit 3:0 gewinnen, haben dann aber zu Hause 0:4 verloren



Imke Wübbenhorst vermittelt ihre Inhalte auf dem Platz.  
Foto: IMAGO / Just Pictures



und sind damit raus aus dem internationalen Wettbewerb. Das war hart, aber diese Phase war trotzdem wertvoll: schnelle Entwicklung, hohe Spiel-Frequenz, viele taktische Anpassungen, neue Gegnertypen. In den entscheidenden Momenten hatten wir zu viel Angst davor, etwas zu verlieren. Viele wurden leise und haben sich versteckt. Wir haben das genutzt, um klarzumachen, wie viel wir gewinnen können, wenn wir mutig sind, und wie viel wir verlieren, wenn wir uns zurückziehen. Gerade für die jungen Spielerinnen war diese Erfahrung wichtig, um daraus zu lernen und die Power für die Playoffs in der Liga zu sammeln. Unser Ziel ist klar: Wir wollen wieder auf die europäische Bühne und zeigen, was wir gelernt haben. Mit der Meistermannschaft vom Vorjahr hätte es vielleicht sogar für die Champions League gereicht. Für dieses neu formierte Team kamen die entscheidenden Spiele jedoch noch zu früh.

**MS: Du warst in deiner Laufbahn als Trainerin nicht nur im Frauenbereich tätig, sondern auch bei den Männern. Wo liegen für dich auf dem Platz, aber auch im Coaching die größten Unterschiede?**

**IW:** Ich glaube, es findet mittlerweile insgesamt ein Wandel statt. Die Jungs werden feinfühleriger und brauchen deswegen eine andere Ansprache, als das früher der Fall war. Aber der große Unterschied liegt weiterhin im Selbstvertrauen. Viele Jungs sind sehr selbstsicher, weil sie früh Ellbogen zeigen mussten, in der Schule die Coolsten sind und dadurch ein anderes Selbstwertgefühl haben. Frauenfußball hatte lange nicht denselben Stellenwert, deshalb haben viele Spielerinnen insgesamt weniger Selbstvertrauen aus ihrer Leistung ziehen können und sind schneller zu verunsichern. Im Coaching musst du deshalb bei den Spielerinnen weniger kritisieren und häufiger aufzeigen, wo ihre Stärken und Potenziale liegen. In der Schweiz hat mir diese Erkenntnis sehr geholfen, weil man dort sprach-

lich weicher ist und ich zu Beginn in meiner Ansprache zu direkt war. Ich habe ein größeres Fingerspitzengefühl dafür entwickelt, was jede Einzelne braucht. Das hat mich zu einer besseren Trainerin gemacht. Männer haben oft ein anderes Verständnis von Ego und brauchen eine andere Ansprache. Wichtig ist, beide Gruppen zu catchen und zu wissen, was jede Person braucht, um ihr Leistungsvermögen zu einhundert Prozent ausschöpfen zu können. Bei Frauen geht es etwas mehr um Bestätigung und Selbstvertrauen, bei Jungs kannst du mehr fordern, ohne dass das Selbstwertgefühl leidet. Obwohl auch sie viel Zuspruch brauchen. Zeigst du ihnen aber zu oft, was sie nicht können, finden sie eher dich doof, als sich selbst zu hinterfragen. Auf dem Platz musst du bei Frauen häufiger nachfragen, wie es ihnen geht, weil sie sich selbst viel abverlangen und oft überpacen — mental und läuferisch. Sie haben noch nicht das komplett professionelle Mindset, wenn es darum geht, auf den eigenen Körper zu hören und einen Gang herunterzuschalten. Deshalb brauchst du sehr viel Austausch und musst die Spielerinnen manchmal bremsen. Jungs nehmen sich eher mal raus. Sie wollen sich entwickeln, aber wenn es um harte Arbeiten geht, fragen sie schneller: „Muss das sein?“ Fußballerisch ist der größte Unterschied, dass lange Bälle und Spielverlagerungen bei Männern oft aus dem Fußgelenk gespielt werden. Im Frauenfußball wird das mit Krafttraining und Technik besser, kann aber nicht komplett ausgeglichen werden. Ansonsten sehe ich wenige Unterschiede.

**MS: Wir haben bisher vor allem über die Spielerinnen und Spieler und deren Erfahrungen gesprochen. Welche persönlichen Erfahrungen haben dich bisher in deiner Karriere am meisten geprägt?**

**IW:** Ich habe in den Playoffs in meinem ersten Jahr bei YB viel gelernt, als ich etwas Besonderes machen wollte und unsere Herangehensweise verändert habe. Wir hatten nur zwei Wochen Zeit, etwas Neues zu erarbeiten und haben die Spielerinnen unter Stress in die Spiele geschickt. Das hat unserem Spiel und den Köpfen überhaupt nicht gutgetan. Diesen Fehler werde ich nicht noch einmal machen. Deswegen hat mich diese Erfahrung weitergebracht. Die Mannschaft hat sich über die Jahre immer ein bisschen verändert und dadurch musste ich jede Spielerin wirklich genau studieren – nicht nur im Training, sondern vor allem im Videostudium. Ich musste verstehen: Was sind ihre Skills? Was gibt sie meiner Mannschaft, was andere nicht können? Zum Beispiel: Pässe hinter die letzte Linie, gute Positionierung in der Box, bestimmte läuferische oder taktische Qualitäten. Ich habe gelernt, dass unterschiedliche Spielertypen die gesamte Statik des Spiels verändern können und man genau hinschauen muss, welcher Mehrwert vielleicht gar nicht offensichtlich ist – etwa eine Position besser zu halten, besser mit den anderen zu harmonisieren oder Führungsqualitäten, die keine andere so mitbringt. Durch kleine Positions- oder Aufstellungsanpassungen



Imke Wübbenhorst als Trainerin der Sportfreunde Lotte.  
Foto: IMAGO / Funke Foto Services



kannst du den Spielerinnen viel gerechter werden, weil nicht jede Spielerin die gleichen Anlauf- oder Bewegungsmuster hat. Deshalb lohnt es sich, Spiele extrem gut nachzubereiten und sich immer zu fragen: Was war der Unterschied? Was hat gefehlt und wie bringen wir es auf den Platz? Das Erkennen dieser Unterschiede und Qualitäten bei einzelnen Spielerinnen im Detail ist etwas, worin ich mich extrem entwickelt habe.

**„Muttersein ist kein Nachteil – ganz im Gegenteil: Ich bin ausgeglichener. Meine neue Rolle hat mich als Persönlichkeit reifen lassen.“**

**MS: Du warst früher als eine der ersten Frauen als Trainerin im Profi-Männerbereich aktiv. Im letzten Jahr bist du Mama geworden – herzlichen Glückwunsch dazu – und weiterhin Cheftrainerin der Young Boys. Damit bist du erneut zur Vorreiterin geworden. Wie gehst du mit dieser Rolle als Vorreiterin um?**

**IW:** Es war nicht mein Plan, Mutter zu werden, aber plötzlich waren wir in der Situation und brauchten eine Lösung – und der Verein hat großartige Lösungen gefunden. Ich konnte mit Baby und Partner ins Trainingslager fliegen und wenn Einheiten verschoben wurden, wurde sofort Hilfe für die Betreuung angeboten. Ich stand nie alleine da. Erst als wir schon auf dem Weg waren, habe ich gemerkt, wie viel positiven Zuspruch ich bekomme, auch von Menschen, die diese Unterstützung in einer ähnlichen Situation nicht hatten. Da sieht man, wie wichtig der Rückhalt vom Klub und der Familie ist. Ich will jeder Frau Mut machen, diesen Weg ebenfalls zu gehen. Während meines Ausfalls rund um die Geburt hat unser Sportlicher Leiter meine Aufgaben übernommen. Ich hatte nie Angst davor, dass meine Rolle in Frage gestellt werden könnte, weil ich meine Qualitäten kenne und nie das Gefühl hatte, dass jemand die Situation ausnutzen würde. Seit ich Mutter bin, bin ich keine schlechtere Trainerin. Ich mache mir genauso viele Gedanken über Mannschaft, Entwicklung und Ergebnisse. Nach dem 0:4 gegen Sparta Prag war ich drei Tage niedergeschmettert. Muttersein ist kein Nachteil – im Gegenteil: Ich bin ausgeglichener. Meine neue Rolle hat mich als Persönlichkeit reifen lassen und mir gezeigt, wie wichtig Offenheit ist. Ich habe gelernt, um Hilfe zu fragen. Viele Frauen trauen sich das nicht. Ich hatte nie Angst, beiden Aufgaben – Mama und Trainerin – nicht gerecht zu werden, weil ich weiß, was ich leisten kann und die nötige Unterstützung habe. Ich habe mich nie als Vorreiterin gesehen, aber es ist wichtig, dass es Frauen und Mütter in solchen Positionen gibt. Wenn das Umfeld stimmt, funktioniert es sehr gut. So wird man automatisch ein Good-Practice-Beispiel und andere Frauen können hoffentlich daran anknüpfen.

**MS: Was braucht es deiner Meinung nach an Rahmenbedingungen, um den Trainerjob mütterfreundlicher zu machen?**

**IW:** Die Unterstützung des Vereins, das klare Commitment, dass wir das zusammen schaffen, war für mich entscheidend. Es ist fast paradiesisch abgelaufen – auch der Rückhalt der Mannschaft war super. Sie haben direkt gesagt, dass wir das zusammen schaffen und sich auf das Baby gefreut. Wichtig ist dabei eine offene und ehrliche Kommunikation. Alle müssen ins Boot geholt werden und gemeinsam besprechen, was die besten Lösungen sind. Zum Beispiel war dem Verein und dem Team wichtig, dass ich nicht in der Coachingzone stille, alles andere war ihnen egal.

Gleichzeitig musst du selbst gefestigt sein. Man kommt automatisch in diesen Konflikt, eine gute Mama und eine gute Trainerin sein zu wollen. Beides unter einen Hut zu bringen, ist gerade am Anfang sehr zeitintensiv. Ich möchte mir später weder auf der einen noch auf der anderen Seite einen Vorwurf machen. Dafür brauchst du ein gutes Setup – sowohl im Verein als auch Zuhause. Ich hatte ein eingespieltes Team um mich herum. Ich habe drei Jahre mit denselben Menschen gearbeitet. Wir verstehen uns blind, haben die gleiche Spielidee. Auch der Sportliche Leiter, der mich vertreten hat, wollte das Rad nicht neu erfinden. Er sagte: „Das System funktioniert. Die Spielerinnen mögen den Trainingsaufbau – ich lasse es so.“ Obwohl er vielleicht eigene Ideen gehabt hätte, hat er das System weiterlaufen lassen. Das war extrem wichtig, weil wir uns nicht umstellen mussten, nur weil ich kurz ausgefallen bin und sich gleichzeitig keine Konkurrenzsituation zwischen uns ergeben hat. Ich blieb die Cheftrainerin, es hat einfach jemand anderes die Coaching-Aufgaben auf dem Platz übernommen. Als ich wieder eingestiegen bin, habe ich die Mannschaft offen gefragt: „Was war besser? Was müssen wir adaptieren? Was nehmen wir mit?“ So hatten alle das Gefühl, dass diese Phase eine Win-Win-Situation und ein Learning für alle war. Die Spielerinnen haben gemerkt, was sie an mir schätzen, aber auch, was während meiner Pause gut funktioniert hat. Sie hatten mal eine andere Ansprache, aber dann auch wieder die Vorfreude darauf, dass ich zurückkomme.

**MS: In welchen Bereichen möchtest du dich als Trainerin entwickeln?**

**IW:** Ich möchte mein ballfernes Coaching verbessern und in jeder Spielsituation die richtigen Lösungen finden. In diesem Bereich des Coachings habe ich mich schon deutlich weiterentwickelt, habe aber weiterhin Potenziale. Außerdem möchte ich weniger impulsiv sein. Ich reagiere in Situationen schnell zu emotional und möchte an mir arbeiten, damit ich auch in stressigen Momenten weniger impulsiv reagiere. Ich möchte den Zugang zu jeder einzelnen Spielerin verbessern, weil jede etwas anderes braucht, was die Häufigkeit von Gesprächen und die Art der Ansprache betrifft.



Imke Wübbenhorst mit dem Schweizer Meisterpokal.  
Foto: IMAGO / justpictures.ch

Außerdem möchte ich mehr Aufgaben abgeben. Ich bin jemand, bei dem vieles in den eigenen Händen liegt. Dadurch habe ich manchmal wenige Ressourcen, um mich um andere Dinge zu kümmern. Vor allem in den Absprachen mit meinem Trainerteam möchte ich klarere Strukturen schaffen. Gerade bei der Integration verletzter Spielerinnen oder bei der Einbindung des Torwarttrainers in Entscheidungen und Prozesse können wir uns noch verbessern. Es gibt viele Punkte, in denen ich mich entwickeln kann. Was mir aber besonders wichtig ist: Natürlich möchte ich, dass mein Team mich als super Trainerin wahrnimmt, weil ich fachlich extrem viel von mir erwarte und immer eine Lösung anbieten will. Aber noch wichtiger ist mir, dass sie sagen: Imke ist ein guter Mensch. Vielleicht sieht man das nicht immer sofort, weil ich sehr direkt und ehrlich bin. Ehrlichkeit kann manchmal hart sein. Andere Trainer sprechen Dinge weniger deutlich an und beschönigen. Das möchte ich nicht. Ehrlichkeit ist mir wichtig. Aber ich möchte mehr Verständnis für meine Spielerinnen und ihre Situationen zeigen. Manchmal bin ich zu schnell in meinem Urteil. Ich weiß mittlerweile, wie wichtig mein Verständnis ist und ich möchte lernen, die individuellen Probleme meiner Spielerinnen noch besser zu verstehen und nachzuvollziehen.

**MS: Dein Vertrag bei den Young Boys wurde bis 2028 verlängert. Was möchtest du mit deiner Mannschaft und diesem Verein erreichen?**

**IW:** Wir haben in dieser Saison mit der Teilnahme am internationalen Wettbewerb gemerkt, dass wir strukturell am Limit sind. Unsere Ressourcen und Strukturen müssen wachsen, wenn wir weiterhin erfolgreich sein wollen. In Bern ist die Infrastruktur ein Problem, das den Leistungs- und Breitensport betrifft. In der Stadt gibt es zu wenige Plätze und räumlich kaum Möglichkeiten, die Infrastruktur zu erweitern. Durch eine Initiative wird aktuell ein Campus mit sieben Plätzen und mit Trainingsräumen in einem Ort

außerhalb von Bern gebaut, der in den nächsten Jahren fertiggestellt werden soll. Der Push der EM im Sommer hilft: Wir haben 2.700 Dauerkarten verkauft. Wir sind auf einem guten Weg, aber wir brauchen mehr Plätze, klare Trainingsorte, einen größeren Staff und angepasste Gehälter, um konkurrenzfähig zu bleiben – national und international. Spielerinnen sollen sich weiterentwickeln, oben mitspielen, im europäischen Wettbewerb Erfahrungen machen. Gleichzeitig wollen wir eine langfristige Bindung unserer Spielerinnen und Transfererlöse erzielen. Was mir wichtig ist: Professionalisierung darf nicht bedeuten, dass Spielerinnen sich ausschließlich über den Fußball definieren. Wenn das passiert, fehlt Resilienz und bei Rückschlägen bricht alles schneller zusammen. Wir wollen selbstständige Spielerinnen, die auch außerhalb des Fußballs überlebensfähig sind. Momentan sind viele Spielerinnen auf ein zweites Standbein angewiesen. Sollte es das mal nicht mehr sein, wird es trotzdem nicht schaden, wenn man sich noch außerhalb der Fußballblase beschäftigt. Wenn wir den Spielerinnen alles abnehmen, bilden wir keine Persönlichkeiten mehr aus. Und zerstören damit das, was den Frauenfußball ausmacht: Nahbarkeit, soziale Kompetenz, Blick über den Tellerrand. Genau das darf aber nicht verloren gehen.

**MS: Liebe Imke, vielen Dank für das Gespräch. Viel Erfolg weiterhin bei YB und alles Gute.**

**IW:** Vielen Dank.

## Vita Imke Wübbenhorst

**Geburtsdatum:** 10.12.1988

### Ihre Stationen als Spielerin:

bis 2004:	SV Wallinghausen
2004 – 2005:	SuS Timmel
2005 – 2011:	Hamburger SV
2011 – 2015:	BV Cloppenburg
2015:	Sporting Huelva
2015 – 2017:	BV Cloppenburg
2017 – 2018:	BV Cloppenburg II
2018 – 2019:	BV Cloppenburg

### Ihre Stationen als Trainerin:

2016 – 2018:	BV Cloppenburg Frauen (Cheftrainerin)
2018 – 2019:	BV Cloppenburg (Cheftrainerin)
2020:	Sportfreunde Lotte (Cheftrainerin)
2021 – 2022:	FC Viktoria Köln (Co-Trainerin)
seit 2022:	BSC Young Boys Frauen (Cheftrainerin)





# Gut durch den Winter kommen – **mit Sicherheit!**

Verlass dich auf dein Abo: besser als Kaufen oder Leasen.



Immer Neuwagen mit kurzen Vertragslaufzeiten



Inkl. Versicherung, Steuer, Service & Wartung



Inkl. winter- und sommertaugliche Bereifung

Für mtl.  
**549€**  
Volvo XC60



[www.ichbindeinauto.de](http://www.ichbindeinauto.de)

Empfohlen vom



**DEIN AUTO. DEIN ABO.**  
Athletic Sport Sponsoring



Eine statistische Erhebung in den LZ ergab, dass selbst der junge Spieler, der in der U17 und U19 kaum spielte, immer noch die Hoffnung hatte, Lizenzspieler zu werden. Wer nimmt ihm diesen Traum? Er lässt sich nicht davon abbringen, weil auch in seinem sportlichen und privaten Umfeld sehr großer Einfluss besteht. Schon ab dem 13. Lebensjahr wollen viele die Chance wahren, Geld zu verdienen. Ab diesem Alter bestehen schon Verträge mit Beratern, die dem jungen Menschen suggerieren, er wäre der Beste. Nicht selten ist dann der aktuelle Trainer schuld. Auch haben oft die Eltern einen erheblichen Anteil an dem wachsenden Druck. Druck lähmt in den meisten Fällen. Geduld ist ein Fremdwort. Auch der jeweilige Trainer sieht sehr oft seine eigene Qualität bestätigt durch Erfolg, will er doch meistens eine Etage höher. Sein Herz für die Jugend als Lebensmotto, langfristige Verträge, keine taktischen Zwänge der Platzierungen und Geduld sind wichtig. „Gras braucht Zeit zum Wachsen“.

**Helmut Horsch**  
ehemaliger Verbandssportlehrer

## FOKUSTHEMA

### LZ – und dann?

**Jeder LZ-Spieler träumt von einer Karriere als Profifußballer und richtet sein Leben danach aus. Den Sprung aus dem Nachwuchs in die U23, die Lizenzmannschaft des Vereins oder per Leihe in den Profifußball schaffen allerdings die wenigsten. Gleiches gilt für Nachwuchsspielerinnen, die als vielversprechende Talente gehandelt werden, aber keinen Vertrag bei einem Profiverein erhalten. Was passiert mit diesen Spieler\*innen, deren Traum vom Profifußball platzt?**

**Wir haben nach eurer Meinung zu diesem Thema gefragt: Sollten Nachwuchsspieler\*innen besser auf diesen Fall vorbereitet werden? Wer muss hier Verantwortung übernehmen? Welche Rolle spielen Trainer\*innen? Was sollte konkret getan werden?**

Viele junge Spielerinnen und Spieler verfolgen den Traum vom Profifußball. Doch nur wenige schaffen den Sprung. Nachwuchsarbeit braucht mehr als sportliche Qualität: Sie muss Lebensperspektiven eröffnen. Was jetzt wichtig ist:

- Frühzeitig planen: Ab der U16 sollte jede Spielerin und jeder Spieler einen klaren Entwicklungs- und Übergangsplan haben – mit sportlichen, schulischen und beruflichen Zielen – Austausch zwischen Spielerin/Spieler, Erziehungsberechtigten, sportlicher und pädagogischer Leitung.
- Bildung fest verankern: Kooperationen mit Schulen, Hochschulen und Betrieben müssen selbstverständlich sein. Fußball und Ausbildung gehören zusammen.
- Ehrlich begleiten: Realistische Gespräche über Chancen und Alternativen gehören zum Alltag. Ehrlichkeit hilft, neue Wege rechtzeitig zu erkennen.
- Übergänge gestalten: Brücken in den Amateurfußball, in Ausbildung oder Studium sichern. Anschluss statt Abbruch – über Kooperationen.

Nachwuchsarbeit endet nicht mit dem Profivertrag. Wer junge Menschen fördert, sollte sie auch dann begleiten, wenn der Traum sich nicht erfüllt – damit kein Talent fällt, sondern jede\*r seinen oder ihren Weg findet.

**Timo Donnermeyer**  
Trainer im Jugendfußball, Schulleiter einer Hauptschule

Im Endeffekt durchlaufen die Spieler in den Jugendmannschaften der LZ Jahr für Jahr ein Selektionsverfahren, bei dem etliche Spieler auf der Strecke bleiben. Leider entspricht es der Wahrheit, dass sich die Vereine wenig bzw. kaum Gedanken darüber machen, wie diese Spieler sowohl sportlich als auch aus sozialer Sicht aufgefangen werden können. Es gibt selten einen Plan B für aussortierte Spieler. Es obliegt dann meist der Eigenverantwortung und der Verantwortung der Eltern, eine sportliche und soziale Perspektive entsprechend der individuellen Bedürfnisse und dem sportlichen Leistungsniveau zu finden. Es geht insbesondere darum, die Psyche des jungen Spielers zu stabilisieren und sportlich wie gesellschaftlich neu einzugliedern. Final sollte festgehalten werden, dass ein nachhaltiges Nachwuchskonzept nicht mit der sportlichen Selektion enden sollte, sondern auch den sozialen und psychologischen Übergang umfasst. Nur so kann der Fußball seinem gesellschaftlichen Bildungsauftrag gerecht werden und junge Menschen auch außerhalb des Leistungsdrucks stark machen.

**Fuat Kilic**  
Trainer und Sportlicher Leiter im Jugend- und Profifußball

Aus Sicht eines Torwarttrainers ist das ein extrem wichtiges Thema – und eines, das viel zu oft unterschätzt wird. Torhüter – und ganz besonders junge Torhüter\*innen – sind häufig Spätkentwickler. Ihre Karrierekurve verläuft selten linear. Während Feldspieler manchmal schon mit 17 oder 18 den Sprung in den Profibereich schaffen, brauchen viele Keeper einfach mehr Zeit – körperlich, mental, taktisch. Trotzdem werden sie häufig nach denselben Maßstäben beurteilt wie Feldspieler. Das ist ein systemischer Fehler. Wenn man dann mit 19, 20 oder 21 plötzlich keinen Anschlussvertrag bekommt, ist das für viele ein Schock. Der ganze Lebensplan war auf Fußball ausgerichtet – Schule, Freunde, Freizeit, alles dem Traum untergeordnet. Und plötzlich steht man da, ohne klare Perspektive, oft ohne Plan B. Darum: Ja, Nachwuchsspieler\*innen müssen besser auf diesen Fall vorbereitet werden. Aber die Verantwortung darf nicht allein bei den Spieler\*innen liegen. Sie liegt bei Vereinen, Trainerinnen, Eltern und Verbänden.

- Trainer\*innen haben eine zentrale Rolle. Wir sind nicht nur Ausbilder technischer Fähigkeiten, sondern auch Begleiter in der Persönlichkeitsentwicklung. Wir müssen ehrlich mit unseren Schützlingen kommunizieren – über Chancen, über Realität, über Alternativen. Wer permanent nur Hoffnung verkauft, verschiebt den Schmerz, anstatt ihn abzufedern.
- Vereine und Verbände sollten duale Ausbildungssysteme stärker fördern. Schule, Ausbildung oder Studium dürfen keine Nebensache, sondern müssen integraler Bestandteil des Förderkonzepts sein.
- Psychologische Betreuung ist ebenfalls entscheidend. Das Scheitern eines Lebenstraums kann Identitätskrisen auslösen. Es braucht Menschen, die auffangen, Orientierung geben und Wege aufzeigen.

Konkret bedeutet das:

- Regelmäßige Karriere-Workshops im NLZ, auch mit ehemaligen Spielern, die den Übergang erlebt haben.
- Ein verbindliches Nachwuchs-Exit-Programm, das Spieler\*innen begleitet, wenn kein Anschlussvertrag erfolgt.
- Eine stärkere Individualisierung der Entwicklungspfade – gerade bei Torhütern, deren Reifeprozesse länger dauern.
- Mehr Realismus in Gesprächen: Erfolg definiert sich nicht nur über Profiverträge, sondern auch über Werte, Verantwortung, Leidenschaft und Perspektiven im Amateur- oder Trainerbereich.

Ich sage meinen Keepern immer: „Dein Traum darf groß sein – aber deine Basis muss stabil bleiben.“ Denn wer nur auf den Fußball setzt, verliert sich, wenn der Fußball wegfällt. Wer sich ganzheitlich entwickelt, kann im Fußball bleiben – auch wenn es am Ende ein anderer Weg ist.

**Guido Gesler**

**Torwarttrainer DFB-Stützpunkt Baden, der DGSV-Nationalmannschaft und im Männer-Amateurbereich**

Ich finde, dass Nachwuchsspieler\*innen im Leistungszentrum (LZ) deutlich besser auf den Fall vorbereitet werden sollten, dass sie es nicht in den Profifußball schaffen. Wenn dieser Traum dann mit 18 oder 19 Jahren zerplatzt, stehen viele plötzlich ohne Plan B da. Das führt nicht selten zu Orientierungslosigkeit, Selbstzweifeln oder sogar psychischen Problemen. Ein „zweites Standbein“ sollte nicht als Absicherung für Verlierer gesehen werden, sondern als Teil eines verantwortungsvollen Karriereplans.

Verantwortung tragen hier mehrere Akteure:

- Vereine und Verbände müssen sicherstellen, dass ihre Nachwuchsförderung ganzheitlich ist. Sie profitieren jahrelang von der Leistung junger Spieler\*innen – also sollten sie auch Verantwortung übernehmen, wenn es sportlich nicht reicht. Das kann durch verpflichtende Bildungsprogramme, Kooperationen mit Schulen, Universitäten oder Ausbildungsbetrieben geschehen. Auch eine Nachbetreuung nach dem Ausscheiden aus dem LZ wäre wichtig, damit niemand einfach „fallen gelassen“ wird.
- Trainer\*innen haben eine besonders große Einflusskraft. Sie sind oft Vorbilder und Bezugspersonen. Es ist wichtig, dass sie den Jugendlichen ein realistisches Bild vermitteln: Nur ein sehr kleiner Prozentsatz schafft tatsächlich den Sprung in den Profifußball. Gleichzeitig sollten sie Mut machen, mehrere Wege im Leben zu sehen – denn auch außerhalb des Platzes kann man erfolgreich und glücklich werden.
- Eltern sollten von den Vereinen aktiv eingebunden werden. Sie erleben die Höhen und Tiefen ihrer Kinder hautnah und müssen verstehen, dass sportlicher Erfolg nicht das Einzige ist, was zählt.

Konkret könnte man folgende Maßnahmen umsetzen:

- Einführung von Pflichtmodulen zu Themen wie Karriereplanung, finanzielle Bildung, Medienkompetenz, mentale Gesundheit und Berufsorientierung.
- Mentorenprogramme mit ehemaligen Spieler\*innen, die den Übergang aus dem Nachwuchsbereich geschafft oder auch nicht geschafft haben – um reale Einblicke zu geben.
- Kooperationen mit Schulen, Betrieben und Hochschulen, um flexible Bildungsmodelle für Leistungssportler\*innen zu schaffen.
- Aufbau einer psychologischen Begleitung, die den Jugendlichen hilft, mit Druck, Konkurrenz und Enttäuschungen umzugehen.

Letztlich muss sich die Haltung im gesamten System ändern: Ein Platz im Leistungszentrum darf nicht nur als Sprungbrett in den Profifußball verstanden werden, sondern als Entwicklungsraum für junge Menschen, in dem sie sportlich, schulisch und menschlich wachsen können. Nur dann werden aus Talenten auch Persönlichkeiten, die – egal ob auf oder neben dem Platz – ihren Weg finden.

**Benjamin Canbolat**

**U13-Trainer 1. FSV Mainz 05**

Wer als junger Mensch den Sprung in ein Leistungszentrum schafft, hat meist ein klares Ziel: Profi werden. Für diesen Traum wird alles andere hintenangestellt. Denn wer es ins LZ geschafft hat, bekommt gespiegelt: Du kannst es schaffen. Aber die meisten erhalten am Ende keinen Vertrag. Und dann? Was passiert, wenn sich ihre Hoffnung auflöst? Und was können wir – Trainer\*innen, Vereine, Eltern und Begleiter – tun, um sie genau dann aufzufangen, zu unterstützen und neue Perspektiven aufzuzeigen? Wer das Leistungszentrum verlässt, steht oft ohne Plan B da. Manche haben keine schulische Absicherung, keine berufliche Vorstellung und kein Gefühl mehr dafür, wer sie jenseits des Fußballs sind. Wenn Identität wegfällt, entstehen Lücken. Denn was jahrelang aufgebaut wurde, ist weit mehr als Technik, Taktik oder Physis. Es ist Identität. Viele erleben genau dann Orientierungslosigkeit, Selbstzweifel, innere Leere. In dieser Phase braucht es Menschen, die zuhören, ehrlich sind, begleiten. Trainer\*innen sind oft die wichtigsten Bezugspersonen. Wenn wir offen kommunizieren und ehrliches Feedback zu Stärken und Schwächen geben, ermöglichen wir Entwicklung – vielleicht nicht im Profifußball, aber als Persönlichkeit. Vereine stehen ebenfalls in der Verantwortung. Wer ein LZ betreibt, erzeugt Hoffnungen und Spieler\*innen bringen eine enorme emotionale Investition mit. Wer das am Ende enttäuscht, muss auffangen können. Auch das Umfeld muss mitgenommen werden. Eltern träumen oft mit. Sie brauchen Gesprächsangebote. Berater\*innen sollten mehr sein als Vertragsvermittler. Und die Spieler\*innen selbst müssen lernen, Verantwortung zu übernehmen, realistisch zu bleiben und auch andere Talente zu entdecken. Es braucht einen neuen Standard für Spieler\*innen, die das LZ ohne Profivertrag verlassen:

- Frühe und regelmäßige Standortgespräche: Je früher sie beginnen, desto mehr Raum bleibt für Entwicklung. Ein regelmäßiger Austausch hilft, Fortschritte zu erkennen und Grenzen zu benennen.
- Ehrlichkeit in der Kommunikation: Wer sich auf den Profifußball vorbereitet, verdient Klartext – ohne Härte und ohne Beschönigung. Ehrliche Gespräche schützen vor falschen Hoffnungen.
- Ein Plan B ist kein Zeichen von Schwäche: Schule, Ausbildung oder Studium sind tragfähige Wege. Wer früh andere Interessen fördert, erweitert seine Chancen – im Leben und oft auch auf dem Platz.
- Netzwerke schaffen: Der Übergang muss vorbereitet sein. Es braucht Kontakte zu Amateurvereinen, Hochschulen, Ausbildungsstellen, Mentoren oder ehemaligen Spieler\*innen.
- Begleitung beim Abschied: Ein strukturierter Abschied braucht ein ehrliches Abschlussgespräch und konkrete Perspektivangebote. So wird der Übergang zur nächsten Etappe.
- Unterstützung für Trainer\*innen: Wir brauchen Selbstreflexion, klare und einfühlsame Kommunikation, Fortbildungen und Austausch. Wer andere begleitet, muss bereit sein, sich selbst mitzuentwickeln.

Es gibt viele Beispiele von Spieler\*innen, die erst über Umwege den Weg in den Profibereich gefunden haben. Wenn wir vermitteln „Du bist mehr als deine aktuelle Perspektive“ bleiben sie oft dran. Ein gutes LZ erkennt man an seiner Haltung gegenüber denen, die es (noch) nicht geschafft haben. Wer ihnen nicht nur eine Tür schließt, sondern eine neue öffnet, schafft Entwicklung. Vielleicht wird aus vermeintlichem Scheitern später ein anderer Erfolg. Kein Talent ist verloren, wenn wir als Menschen präsent bleiben. (gekürzte Version)

**Marcia Monroe Merchant**

**zuletzt: Co-Trainerin Frauen-Nationalmannschaft Saudi-Arabien**

## ***FOKUSTHEMA***

Ist ein Spieler, der keinen Profivertrag erhält, automatisch als gescheitert zu betrachten? Diese Sichtweise greift zu kurz. Nachwuchsspieler\*innen durchlaufen in der Regel eine hochwertige fußballerische Ausbildung, die weit über das reine Spiel hinausgeht. Neben der sportlichen Förderung steht insbesondere die Persönlichkeitsentwicklung im Fokus. Ziel sollte nicht ausschließlich der Weg in den Profifußball sein, sondern die ganzheitliche Entwicklung junger Menschen. Im Rahmen ihrer Ausbildung lernen die Spieler\*innen zentrale Werte wie Disziplin, Verantwortung und strukturiertes Handeln kennen – Kompetenzen, die ihnen auch außerhalb des Sports zugutekommen. Ein Spieler, der durch den Sport sein Studium finanzieren kann, ist für mich ebenso erfolgreich wie jemand mit einem Profivertrag. Viele Vereine nehmen ihre Verantwortung in diesem Bereich bereits vorbildlich wahr. Dennoch müssen auch Eltern und Berater aktiv in diesen Entwicklungsprozess eingebunden werden. Neben der regelmäßigen schulischen Begleitung sollten jungen Talenten gezielte Einblicke in das Leben außerhalb des Fußballkosmos ermöglicht werden.

Dazu gehören:

- Informationsangebote zu Studien- und Ausbildungswegen
- Vorträge ehemaliger NLZ-Spieler\*innen, die alternative Karrierewege aufzeigen
- Ein Ausbildungszertifikat, das dokumentiert, welche zusätzlichen Kompetenzen im Rahmen der fußballerischen Ausbildung vermittelt wurden – etwa durch Workshops in Sportpsychologie, Sozialprojekte oder Persönlichkeitsentwicklung
- Gezielte Förderung für den Übergang in andere Berufsfelder, z. B. durch die Gewinnung ehemaliger Nachwuchsspieler\*innen für den Trainerbereich oder die Vereinsorganisation
- Partnerschaften mit Unternehmen und Hochschulen, um Praktika, duale Studiengänge oder berufliche Orientierung zu ermöglichen

Nur durch eine solche ganzheitliche Herangehensweise kann sichergestellt werden, dass junge Spieler\*innen nicht nur sportlich, sondern auch menschlich gestärkt in ihre Zukunft gehen – unabhängig davon, ob sie den Sprung in den Profibereich schaffen oder nicht.

**Aron Steffen Jäckle**

**Ausbilder Trainerentwicklung des DFB, zuvor: Trainer LZ und Leiter Grundlagenbereich des Karlsruher SC**





DEUTSCHER  
FUSSBALL-BUND

**„MEIN  
SPIEL.  
MEINE  
GRENZE.“**

**NACHWUCHS FÖRDERN.  
ABER SICHER!**

**[dfb.de/kinder-und-jugendschutz](https://dfb.de/kinder-und-jugendschutz)**





Ein Blick in den Teilnehmerkreis der regionalen Bundesliga Trainertagung am Standort Heidenheim. Foto: DFL

# Bundesliga Trainertagung an fünf Standorten in Zusammenarbeit mit DFL

**Profitrainer trafen sich zu Fortbildung und Austausch mit Schiedsrichtern**

Der BDFL, die Deutsche Fußball Liga (DFL) und die DFB Schiri GmbH haben Anfang Oktober zu sogenannten Regionalstützpunkten für Trainer und Schiedsrichter eingeladen. 22 Trainer und 32 Schiedsrichter der Bundesliga und 2. Bundesliga sowie Vertreterinnen und Vertreter von BDFL, DFL und der DFB Schiri GmbH trafen sich in Berlin, Bremen, Dortmund, Frankfurt und Heidenheim, um sich über aktuelle Themen aus dem Spielbetrieb der Bundesliga und 2. Bundesliga auszutauschen.

**Impulsvorträge von Cheftrainern aus Basketball, Handball, Hockey und Eishockey**

Zum Auftakt der Veranstaltung lieferte an jedem Standort ein externer Referent mit einem Impulsvortrag interessante

Einblicke in die Trainerarbeit einer anderen Sportart. In Frankfurt referierte der Co-Trainer der deutschen Basketball-Nationalmannschaft, Alan Ibrahimagic, über seine Coaching-Erfahrungen bei der diesjährigen Europameisterschaft, bei der Deutschland in beeindruckender Art und Weise den EM-Titel gewann. Ibrahimagic, der bei der EM kurzfristig für den erkrankten Cheftrainer Álex Mumbrú die Verantwortung übernehmen musste, erläuterte den hohen Stellenwert eines funktionierenden Teamgefüges für das Erreichen sportlicher Ziele.

In Dortmund überzeugte Harold Kreis (Eishockey-Bundestrainer) mit der Vorstellung seiner Leadership-Philosophie der fünf Bausteine für erfolgreiche Teamführung. – Vertrauen, Engagement, Accountability, Konflikt und Glaube.



Vor allem ging der Eishockey-Nationaltrainer dabei auf den Stellenwert von Vertrauen und Engagement ein.

Das Thema Engagement und Beteiligung spielt auch beim Führungsansatz von André Henning (Hockey-Bundestrainer) eine entscheidende Rolle. Der Chefcoach, der mit seiner Mannschaft 2023 Weltmeister wurde, erklärte, wie er die Einbeziehung seiner Spieler in Entscheidungsprozesse forcierte und so einen Teil der Verantwortung an seine Mannschaft abgab. Durch diese Form der Beteiligung übernahmen die Spieler auch auf dem Feld mehr Verantwortung und schafften es, auch in schweren Turnier- und Spielphasen zu performen.

**„Ohne Vertrauen, Engagement und Verbundenheit bleibt Leistung Zufall.“**

**Harold Kreis**

Gordon Herbert (Cheftrainer FC Bayern Basketball) überzeugte als Referent bei der Fortbildung in Heidenheim und widmete sich dem Thema „In Pursuit of Excellence“ und betonte dabei, wie wichtig eine klare Rollenverteilung innerhalb einer Mannschaft ist, um erfolgreich zusammenarbeiten zu können.

Jaron Siewert (Ex-Trainer Füchse Berlin Handball) referierte in Berlin zum Thema „Führung im Spitzensport“. Dabei setzte Siewert Schwerpunkte in den Bereichen Selbstreflexion und Besonderheiten des Umfelds im Leistungssport.

### Austausch zwischen Trainern und Schiedsrichtern im Vordergrund

Im Anschluss stand, neben aktuellen Themen der Spielorganisation und Fußballentwicklung von der DFL, der Austausch zwischen Trainern und Unparteiischen im Vordergrund. Gesprochen wurde unter anderem über diverse Schiedsrichter-Entscheidungen der ersten Spieltage der laufenden Saison. Anhand von Videosequenzen wurden konkrete Spielszenen aus Trainer- und Schiedsrichterperspektive thematisiert.

An allen Standorten entwickelte sich zwischen den Protagonisten ein stets konstruktiver Dialog – dabei standen insbesondere Handspiel, Haltevergehen im Strafraum und „Notbremsen“ im Mittelpunkt der Diskussion.

### Verständnis erhöhen und Themen reflektieren

Das Konzept, gleichzeitig stattfindende Tagungen an unterschiedlichen Standorten für Bundesligatrainer anzubieten, ist im Austausch zwischen BDFL, DFL und der DFB Schiri GmbH entstanden und soll auch künftig beibehalten werden. „Ich war selbst bei der Veranstaltung in Bremen vor Ort und habe sie als sehr positiv empfunden“, resümierte BDFL-Präsident Benno Möhlmann und betonte, neben den regionalen Tagungen weiterhin das etablierte Format einer großen BDFL-Bundesliga Trainertagung mit dem Einladungskreis der Erst- und Zweitligatrainer sowie derjenigen, die in den vergangenen zwei Jahren in diesem Bereich tätig waren, anbieten zu wollen.

„Der persönliche Austausch bietet die Möglichkeit, Themen reflektiert und losgelöst von den Emotionen am Spieltag zu diskutieren. Diese Gespräche erhöhen das gegenseitige Verständnis für die Arbeit und Perspektiven der Beteiligten und sind für alle sehr wertvoll. Ich freue mich, dass dieses neue Format der Regionalstützpunkte so positiv angenommen wurde“, sagte Ansgar Schwenken, DFL-Direktor Spielbetrieb und Fans.

### Hochkarätiges Teilnehmerfeld

Zu den teilnehmenden Trainern gehörten unter anderem Vincent Kompany (FC Bayern München), Ole Werner (RB Leipzig), Lukas Kwasniok (1. FC Köln), Julian Schuster (Sport-Club Freiburg), Miron Muslic (FC Schalke 04), Frank Schmidt (1. FC Heidenheim 1846) und Alexander Blessin (FC St. Pauli). Die aktiven Schiedsrichter wurden unter anderem durch Sascha Stegemann, Felix Zwayer, Tobias Stieler, Daniel Schlager, Daniel Siebert, Sören Storks und Sven Jablonski vertreten.

**Text: DFL / BDFL**



Bei fünf regionalen Bundesliga Trainertagungen trafen sich Trainer und Schiedsrichter zum Austausch. Foto: DFL





Frank Schmidt (links) und Steffen Baumgart engagieren sich als Vertreter ihrer Berufsgruppe im BDFL. Foto: IMAGO / STEINSIEK:CH

# Vertretung der Profitrainer\*innen in BDFL-Gremien

## Trainer\*innen der Frauen- und Männerbundesligen übernehmen Verantwortung

**Prominente Namen als Vertreter\*innen der Bundesliga-trainer\*innen in BDFL-Bundesvorstand und -Präsidium: Insgesamt zehn Profitrainer\*innen haben sich von der Hauptversammlung als Vertretung für ihre Berufsgruppe in die BDFL-Gremien wählen lassen. Frank Schmidt (Cheftrainer 1. FC Heidenheim) übernimmt die Rolle des Vizepräsidenten Profitrainer.**

Neben der BDFL-Hauptversammlung sind das Präsidium sowie der Bundesvorstand die wichtigsten Entscheidungsorgane des Trainerverbandes. Um eine starke Stimme der Profitrainer\*innen innerhalb des Trainerverbandes zu verankern, sind Vertreter\*innen der Berufsgruppen aus der ersten und zweiten Männer- und Frauen-Bundesligen fester Bestandteil dieser Gremien.

Als Teil des Vorstands des BDFL engagieren sich folgende Trainer\*innen aus dem Profifußball: Steffen Baumgart (1. FC Union Berlin), Ole Werner (RB Leipzig), Christian Eichner (Karlsruher SC) und Daniel Thioune (zuletzt: Fortuna Düsseldorf) stehen für die Interessen der Trainer der 1. und 2. Bundesliga der Männer ein. Ailien Poesse (1. FC Union

Berlin), Jonas Stephan (RB Leipzig), Alexander Fischinger (SC Sand) und Anne Pochert (zuletzt: FC Carl-Zeiss Jena) vertreten die Berufsgruppe der Trainer\*innen der Google Pixel Frauen-Bundesliga sowie der 2. Frauen-Bundesliga. Außerdem übernimmt Dieter Hecking die Stellvertreter-Rolle von Frank Schmidt im BDFL-Präsidium.

### Ziel: Durch „starke Stimmen“ die Rolle der Trainer\*innen stärken

„Wir sind sehr froh und stolz darauf, mit diesen besonderen Persönlichkeiten starke Stimmen der Profitrainerinnen und -trainer in unseren Reihen zu wissen. Wir sind davon überzeugt, dass wir mit deren Unterstützung die Rolle der Trainerinnen und Trainer im deutschen Fußball stärken können“, zeigt sich BDFL-Präsident Benno Möhlmann, der während seiner aktiven Zeit als Trainer im Profibereich ebenfalls als Vertretung der Zweitligatrainer im BDFL mitgearbeitet hatte, begeistert vom ehrenamtlichen Einsatz der Profitrainer\*innen: „Sie dokumentieren damit, dass sie bereit sind, für ihre Trainerkollegen und -kolleginnen im BDFL Verantwortung zu übernehmen.“



Mit der BDFL-PUMA-Kollektion bist du für alle Herausforderungen gerüstet, die auf dich als Trainer\*in zukommen!

Egal ob zum Trainingsauftakt im Sommer oder während der Wintervorbereitung - mit unserer Kollektion bist du bestens ausgestattet.

Von klassischen Trainingsanzügen über Poloshirts bis hin zur Stadionjacke findest du alles in unserer BDFL-Kollektion!

[www.deinsportsfreund.de/bdfl](http://www.deinsportsfreund.de/bdfl)







Meikel Schönweitz. Foto: IMAGO / Nordphoto

# Ausbildungsverein aus Überzeugung

Meikel Schönweitz, Technischer Direktor des 1. FSV Mainz 05, im Interview

In der Bundesliga durchlebt der FSV Mainz 05 eine herausfordernde Saison, bleibt aber dabei seiner Linie treu: Vertrauen in seine Trainer, Überzeugung in den eigenen Weg, Ruhe in einem familiären Umfeld. Meikel Schönweitz ist seit Juli 2024 Technischer Direktor der Mainzer. Ein Jahr zuvor war er nach zehn Jahren als Nachwuchsverantwortlicher beim DFB an seine alte Wirkungsstätte an den Bruchweg zurückgekehrt. Mit BDFL-Verbandsreferentin Melina Stock hat Schönweitz über seinen Werdegang als Trainer, die Nachwuchsphilosophie und Trainerentwicklung bei Mainz 05 und den ITK 2026 gesprochen.

**Melina Stock (MS):** Lieber Meikel, vor zwei Jahren bist du vom DFB zurück an deine alte Wirkungsstätte zum 1. FSV Mainz 05 gewechselt. Von 2010 bis 2014 hattest du hier als U17-Trainer gearbeitet. Was bedeutet dir der Verein?

**Meikel Schönweitz (MSch):** Für mich hat es sich wie nach Hause kommen angefühlt. Mainz war damals meine erste Station in einem Profiverein und ich habe hier viele tolle Menschen kennengelernt. Ich wohne hier, habe hier geheiratet. Deswegen ist Mainz für mich Heimat und mit dem Verein und seinen Werten identifiziere ich mich komplett.

**MS:** Nach deiner Rückkehr zu den 05ern hast du zunächst die Position des Direktors Fußballentwicklung übernommen. Seit dem 01. Juli 2024 bist du nun Technischer Direktor des Vereins und arbeitest dabei besonders mit Niko Bungert als Sportdirektor sehr eng zusammen. Welche Tätigkeiten fallen aktuell in deinen Bereich?

**MSch:** Auf der einen Seite kümmere ich mich um die sportlich-perspektivische Entwicklung des Nachwuchszentrums, gleichzeitig war aber auch der Gedanke da, dass ich nach der Rückkehr direkt an den Profibereich angedockt bin, um an der Kaderplanung mit Christian Heidel, Martin Schmidt und Bernd Legien mitzuwirken und dabei unter anderem die Perspektive des eigenen Nachwuchs einzubringen. Als Martin Schmidt aus persönlichen Gründen kürzergetreten ist, wurden die Aufgaben dann nochmal erweitert. In meiner Rolle als Technischer Direktor bin ich für strategische Themen zuständig, treibe Projekte voran, vertrete den Verein bei den Verbänden und bin das Bindeglied zwischen Profis und dem NLZ, aber auch anderen Abteilungen im Verein. Ich begleite die Spieler, die aus unserem Nachwuchs an die Profis herangeführt werden und leite die U23, die noch enger an die Profimannschaft herangerückt ist.



**MS: Deine ersten Schritte im Fußball hast du neben deinen aktiven Spielerjahren als Trainer in deinem Heimatverein gemacht: Mit 13 Jahren hast du deine erste Jugendmannschaft übernommen. Was hat dich in so jungen Jahren schon dazu bewogen, ein Traineramt zu übernehmen?**

**MSch:** Ich bin auf dem Sportplatz geboren. Mein Vater war damals Jugendleiter und später 1. Vorsitzender des Vereins, meine Mutter hat die Bambinis trainiert – das tut sie übrigens heute noch, seit über 40 Jahren. Mein Vater hat damals mehrere Jugendmannschaften trainiert. Da ich sowieso jedes Mal mit ihm am Sportplatz war, hat er mir in einem F-Jugendtraining mal eine Gruppe übergeben, weil es sehr viele Kinder waren. Das war meine erste Erfahrung auf dem Platz. Mit 13 habe ich dann zum ersten Mal selbst eine Mannschaft als Trainer übernommen, zwei Erwachsene haben mir bei den organisatorischen Themen geholfen und ich habe die Jungs trainiert. Als Trainer auf dem Platz zu stehen, hat mir so viel Spaß gemacht, dass es irgendwann zu einer Berufung für mich wurde. Ich habe unterschiedliche Bereiche im Fußball kennengelernt, war 15 Jahre lang Jugendtrainer in meinem Heimatverein, habe am Stützpunkt trainiert, als diese gerade vom DFB ins Leben gerufen wurden, bin Bezirksauswahltrainer geworden, habe Sport studiert und diverse Praktika absolviert, als Verbandsauswahltrainer in Hessen gearbeitet und bin danach als U17-Trainer zu Mainz 05 gegangen. Ich habe jede Treppenstufe, die es gab, genommen und meine Erfahrungen gesammelt.

**MS: Zur Entwicklung einer Gruppe gehört auch die Weiterentwicklung jedes\*r Einzelnen. Wie hast du versucht, dich als Trainer und Führungspersönlichkeit zu entwickeln?**

**MSch:** Anfangs war meine Entwicklung ausschließlich erfahrungsbasiert. Ich kann jedem Trainer nur empfehlen, möglichst viele Erfahrungswerte in der Arbeit auf dem Platz zu sammeln. Ich hatte das Glück, dass ich sehr früh angefangen habe und mich jahrelang austoben und Fehler machen konnte, weil ich in einem kleinen Amateurverein gearbeitet habe, der mir die Möglichkeit gegeben hat, wichtige Erfahrungen zu sammeln. Ich habe keine Riesenschritte gemacht, sondern bin Stufe für Stufe meinen Weg gegangen. Als ich dann irgendwann als U-Nationaltrainer arbeiten durfte, habe ich mir Mentoren gesucht – beim DFB zum Beispiel Hansi Flick oder Horst Hrubesch, zu denen ich sehr aufsehe und die mich gefördert haben. Hansi Flick hat mich damals von Mainz 05 zum DFB geholt und mir dort viel Verantwortung übertragen. Ich fand seinen Führungsstil sehr inspirierend: Die Art und Weise, wie er die Leute mitgenommen hat und wie diese Leute ihm gefolgt sind. Das hat mir sehr viel gegeben. Horst Hrubesch war Hansis Nachfolger als DFB-Sportdirektor. Auch er hat mir die Chance gegeben und mich gefördert. Wenn du mit solchen Persönlichkeiten zusammenarbeitest, kannst du sehr viel von ihnen und ihrem Umgang mit anderen Menschen lernen. Darüber hinaus habe ich in meiner Laufbahn weitere Men-

schen kennengelernt, zu denen ich einen Draht entwickelt habe und mit denen ich mich gerne außerhalb meines Arbeitsumfeldes unterhalte, mich über Probleme und Herausforderungen austausche, die mir Feedback geben und die mich spiegeln. Wer mit Scheuklappen durchs Leben geht und sich keinen Input oder kein Feedback von außen holt, wird nicht erfolgreich sein. Du musst äußeren Einflüssen gegenüber offen sein, darfst dich aber natürlich nicht verbiegen lassen und musst filtern können, welches Feedback dich tatsächlich weiterbringt. Leute, die dir ehrliches Feedback geben und damit kein Eigeninteresse verfolgen, sind nicht einfach zu finden und ich bin sehr dankbar, dass ich diese Menschen in meinem Leben habe.

**MS: Du hast eben erwähnt, dass du beeindruckt warst von der Art und Weise, wie Hansi Flick Menschen führt. Was sind für dich die Eigenschaften, die eine gute Führungspersönlichkeit ausmachen?**

**MSch:** Wenn du Menschen dazu bringen möchtest, auf ein Ziel hinzuarbeiten, müssen sie eine eigene Überzeugung für dieses Ziel entwickeln. Deswegen ist es total wichtig, die Leute auf dem Weg mitzunehmen und ihnen das Gefühl zu geben, dass sie Teil des Ganzen sind. Es kommt natürlich vor, dass du als Führungsperson auch mal klare Vorgaben machen musst. Aber wenn du Leute für ein Ziel begeistern möchtest, musst du eine intrinsische Motivation in ihnen auslösen. Es gibt ein Sprichwort, das ich in diesem Zusammenhang passend finde: „Wenn du ein Schiff bauen willst, dann rufe nicht die Menschen zusammen um Holz zu sammeln, Aufgaben zu verteilen und die Arbeit einzuteilen, sondern lehre sie die Sehnsucht nach dem großen, weiten Meer.“

**MS: Beim Thema Ziele würde ich gerne die Brücke zu Mainz 05 schlagen: Der Verein ist für seine gute Nachwuchsarbeit bekannt. Welche Ziele verfolgt der Verein in diesem Bereich?**



Meikel Schönweitz als DFB-U-Nationaltrainer. Foto: IMAGO / DeFodi

**MSch:** Die Förderung unserer eigenen Nachwuchsspieler ist Teil unserer DNA. Wir wollen den Kader unserer Profimannschaft zu einem Drittel mit Spielern aus dem eigenen Nachwuchs besetzen. Das hat zum einen finanzielle Hintergründe, weil wir es uns nicht leisten können, ausschließlich fertige Bundesligaspieler oder teure Stars zu kaufen. Auf der anderen Seite ist es unsere Überzeugung, die über lange Zeit gewachsen ist. Wir sind ein Ausbildungsverein und wollen jungen Spielern die Chance geben und sie fördern, damit sie irgendwann für uns in der MEWA-ARENA auflaufen – oder darüber hinaus sogar noch mehr erreichen, wie es beispielsweise zuletzt bei Jonny Burkardt oder Brajan Gruda der Fall war. Diese Überzeugung bezieht sich aber nicht nur auf die Spieler, sondern auch auf unseren Staff. Das Trainer- und Betreuerteam der Profis besteht zum Großteil aus Menschen, die schon lange im Verein sind und im Nachwuchs angefangen haben: Der Co-Trainer, Torwarttrainer, Athletiktrainer, Physiotherapeut, Zeugwart – sie alle haben zuvor in unserem NLZ gearbeitet. Damit zeigst du: Eure Arbeit und euer Invest in den Nachwuchs lohnen sich. Wir schaffen es, Fachkräfte zu entwickeln, die diesen Weg gehen und unsere Arbeit prägen können.

**MS:** Gerade in der Zielsetzung, die Talente aus dem eigenen Nachwuchs so auszubilden, dass sie in der Bundesliga Fuß fassen können, liegt deutschlandweit gesehen eine große Herausforderung. Wie versucht ihr, die Spieler so zu entwickeln, dass sie Teil der Profimannschaft werden können?

**MSch:** Bei dieser Thematik spielen viele unterschiedliche Aspekte eine Rolle, aber für mich gibt es einige, die ausschlaggebend sind. Zum einen ist der Stellenwert des NLZ im Verein ein großer Faktor. Die Mitarbeiter haben das Gefühl, dass die Arbeit, die sie leisten, wichtig ist und gesehen wird. Das ist ein Faktor, der die Einstellung und Motivation der Mitarbeiter beeinflusst. Der zweite wichtige

Aspekt ist: Wir haben qualitativ sehr gute Leute an unserem LZ. Wir investieren sehr viel in die Entwicklung von Jugendtrainern. Eben haben wir über Mentoren gesprochen. Bei uns hat jeder Trainer mehrere Ansprechpersonen und wird von der sportlichen Leitung eng begleitet. Trotzdem hat jeder ein hohes Maß an Freiheit und die Chance, sich auf hohem Niveau auszuprobieren. Wir haben ein sehr familiäres Umfeld, was dazu führt, dass der Austausch untereinander sehr gut ist. Der Neidfaktor untereinander ist sehr stark reduziert. Es ist normal, dass ein U15-Trainer gerne U16-Trainer werden und der U16-Trainer irgendwann gerne die U17 übernehmen möchte. Das ist auch bei uns so. Aber das Miteinander und das Verhältnis untereinander ist sehr eng und auf Inhalte fokussiert. Das heißt: Alle profitieren von diesem Austausch. Darüber hinaus wurden über viele Jahre sehr gute Inhalte erarbeitet, durch die wir die Spieler auf einem sehr guten Level ausbilden können. Dazu kommt eine sehr gute athletische Ausbildung, die ebenfalls über Jahre stetig verbessert wurde. Was bei uns ebenfalls sehr großgeschrieben wird, ist das Thema Persönlichkeitsentwicklung. Die Jungs, die unser NLZ durchlaufen haben, haben oft eine sehr starke mentale Basis, was Widerstandsfähigkeit und Disziplin angeht.

**MS:** Trotzdem ist es auch bei euch so, dass die Mehrheit der Spieler, die aus der U19 kommt, logischerweise nicht den Sprung in euren Profikader schafft. Wie versucht ihr, diese Jungs darauf vorzubereiten und in ein anderes Leben zu begleiten als das, was sie sich gewünscht haben?

**MSch:** Das ist eine sehr schwierige Aufgabe, weil für diese Begleitung auch eine intrinsische Bereitschaft der Spieler vorhanden sein muss. Die Akzeptanz beim Spieler und seinem Umfeld zu erreichen, ist nicht einfach und oft konfliktbehaftet, weil der Fokus auf dem Ziel Profifußballer liegt. Was für uns sehr wichtig ist, ist die schulische Ausbildung: Bei uns besteht bis zum 18. Lebensjahr Schulpflicht, die für alle Spieler gilt. Wer die Schule nicht schafft oder kein Abitur macht, bekommt stattdessen eine Alternative angeboten. Unsere Erfahrung zeigt: Die Spieler, die ihre schulische Ausbildung nicht ernst nehmen oder versuchen, sich durchzuschlängeln, sind am Ende selten diejenigen, die erfolgreich sind. Die Spieler, die es bei uns zu den Profis schaffen, sind zumeist diejenigen, die Schule und Sport diszipliniert verfolgen. Wir legen großen Wert darauf, dass die Jungs ihre maximale schulische Ausbildung bekommen und so die Grundlage dafür haben, sich über den Fußball hinaus etwas aufbauen zu können. Darüber hinaus haben wir das Glück, dass wir eine U23 haben, die wir mit den Topspielern unserer U19 bestücken. Zwischen vier und acht Spielern werden jedes Jahr in die U23 übernommen, damit ein Übergang gewährleistet ist. Von da aus entscheidet sich: Schaffe ich den Sprung in den Profifußball? Der kann auch in die 2. Bundesliga, in die 3. Liga oder ins Ausland führen, wenn es nicht ganz für die Bundesliga reicht.



Meikel Schönweitz und Niko Bungert bilden das sportliche Führungsduo des 1. FSV Mainz 05. Foto: IMAGO / Rene Schulz



**MS: In der Entwicklung eurer Nachwuchsspieler spielen die Trainer eine wichtige Rolle. Was macht für dich ein Trainertalent aus?**

**MSch:** Für mich sind zwei entscheidende Faktoren von enormer Wichtigkeit. Zum einen muss ein Trainertalent neben seinem Fußballfachwissen eine natürliche Autorität besitzen, die es ihm ermöglicht, einen Zugang zu seinen Spielern und seinem Staff zu finden. Ob ein Trainer wirklich gut ist, sehe ich daran, wie die Spieler seiner Ansprache folgen. Nehmen sie das auf, was der Trainer sagt? Erreicht der Trainer seine Spieler? Man sieht einer Mannschaft und der Art und Weise, wie sie spielen, an, ob das, was der Trainer ihnen sagt, greift. Dabei geht es noch gar nicht um einen taktischen Plan, sondern darum, wie die Jungs und Mädels auf dem Platz stehen. Die zweite entscheidende Frage ist: Hat der Trainer Lösungen? Es gibt viele Trainer, die den Spielern inhaltlich viel mitgeben und einen guten Matchplan aufstellen können. Aber was passiert, wenn der Matchplan nicht umgesetzt werden kann oder nicht greift? Kann ein Trainer reagieren und alternative Lösungen finden, die besser funktionieren? Das unterscheidet für mich echte Trainertalente von Trainern, die den Fußball nur gelernt haben. Denn das überträgt sich auf die Spieler: Schafft es der Trainer, den Spielern Dinge so zu vermitteln, dass sie sie verstehen und Entwicklungsschritte gehen, statt nur die Vorgaben der Trainer abzuarbeiten? Hilfreich ist es sicherlich, wenn du selbst gespielt und Erfahrungen auf dem Platz gemacht hast, um auch die Spielerperspektive zu kennen, unabhängig der Liga in der du aktiv warst.

**MS: Lass uns einmal auf den Gesamtverein schauen, denn in deiner Funktion als Technischer Direktor fällt die sportliche Entwicklung des Vereins in deinen Aufgabenbereich. Was ist die Vision, die ihr verfolgt?**

**MSch:** Das übergeordnete Ziel für uns ist, dauerhaft Bundesligist zu bleiben und uns als Verein weiter in der Bundesliga zu etablieren – nicht nur was das Sportliche, sondern auch was das Außersportliche betrifft. Wir haben es in den letzten Jahren geschafft, unsere Mitgliederzahl zu verdoppeln, wir entwickeln uns in allen Bereichen weiter, professionalisieren uns, erweitern unsere Infrastruktur, alles mit unserem Mainzer Weg und unserer eigenen DNA. Im sportlichen Bereich verfolgen wir weiterhin das Ziel, Nachwuchsspieler so auszubilden, dass sie in der Bundesliga nicht nur mithalten, sondern im besten Fall sehr gute Leistungen bringen und für uns in der MEWA-ARENA auflaufen. Wir bekommen immer mal wieder die Frage gestellt, ob wir nicht auch mal höhere Ziele anstreben wollen. Wenn wir eine Saison spielen wie die letzte und uns für einen internationalen Wettbewerb qualifizieren, freuen wir uns alle darüber. Natürlich ist es unser Ziel, den maximalen Erfolg zu erreichen. Wir sind aber realistisch und wissen, wie schwierig es ist, konstant auf diesem Level zu bleiben.

**MS: Die MEWA-ARENA ist nicht nur eure Heimspielstätte, sondern im nächsten Jahr auch ein Austragungsort des ITK. Warum habt ihr euch als Verein so stark darum bemüht, den ITK nach Mainz zu holen und welche Rolle spielt für dich die Fortbildung für die Entwicklung von Trainer\*innen?**

**MSch:** Wir leben in Mainz eine sehr offene Kultur. Der Verein steht für gewisse Werte – Kontinuität, Ausbildung, Entwicklung, ein familiäres Umfeld. Mainz als Stadt lebt die gleiche Kultur wie der Verein. Der ITK ist für uns eine Chance, uns als Verein zu präsentieren. Auf der anderen Seite haben wir die Möglichkeit, uns mit vielen Menschen auszutauschen, neuen Input zu erhalten. Das machen wir sehr gerne. Inhaltlich haben wir einen roten Faden, den vor allem Wolfgang Frank und Jürgen Klopp mit ihrem Fußball im Verein geprägt haben. Daran halten wir fest, aber wir wollen unsere Idee natürlich auch weiterentwickeln. Deshalb freuen wir uns, beim ITK neues Wissen in den Verein zu holen und unser Wissen zu teilen.

**MS: Wir freuen uns schon sehr auf den ITK in Mainz. Bis dahin wünschen wir dir und dem Verein viel Erfolg und alles Gute!**

**MSch:** Wir freuen uns auch. Vielen Dank!

## Vita Meikel Schönweitz

**Geburtsdatum:** 05.02.1980

### Seine Stationen als Spieler:

bis 2000:	SV 07 Geinsheim
2000 – 2001:	1. FC Eschborn
2001 – 2002:	FC Eddersheim
2002 – 2008:	SV 07 Geinsheim

### Seine Stationen als Trainer:

1993 – 2008:	SV 07 Geinsheim (Jugendtrainer)
2002 – 2007:	DFB-Stützpunktrainer
2008 – 2010:	Hessischer Fußball-Verband (Verbandssportlehrer)
2010 – 2014:	1. FSV Mainz 05 U17 (Cheftrainer)
2014 – 2018:	Deutscher Fußball-Bund (U16- bis U20-Junioren Cheftrainer, U15- bis U20 Nachwuchskoordinator)
2019 – 2023:	Cheftrainer U-Nationalmannschaften des DFB (U15 bis U21)
2023 – 2024:	1. FSV Mainz 05 (Direktor Entwicklung)
2023 – 2024:	1. FSV Mainz 05 U23 (Interimstrainer)
seit Juli 2024:	1. FSV Mainz 05 (Technischer Direktor)

# Fußball pur: Das beste Training schreibt das Spiel!

**Andreas Schumacher** setzt dort an, wo Entwicklung im Fußball beginnt – im Training. Seine zentrale Idee ist einfach und wirkungsvoll: Statt ständig neuen, ausgefallenen Übungen hinterherzujagen oder alte Standardformen zu recyceln, nutzt er das Nahe- liegendste als Basis – das Spiel. Mithilfe seines Trainingsfilters plant er Einheiten zielgerichtet, effektiv und konsequent vom Spiel aus gedacht. So lässt sich jede spezifische Mannschaftssituation abbilden, und alle Spieler\*innen verbessern sich im Kontext des Wettkampfs. Wie die Anwendung des Trainingsfilters im Detail abläuft, erläutert Schumacher in seinem Vortrag.



Andreas Schumacher beim ITK in Leipzig

## Die grundlegenden Fragen stellen

Worum geht es im Fußball? Wie gewinnt man? Um die Trainings- planung vom Spiel aus zu denken, hilft es, alle Erfahrungen, Vor- lieben und Routinen kurz beiseitezulegen und den Blick unvor- eingenommen auf ebenjenes Spiel zu lenken. Die Antwort ist klar: Spiele werden durch Treffer entschieden. Die meisten er- folgreichen Abschlüsse erfolgen dabei zentral vor dem Tor. Wer im Strafraum besser trifft, erhöht also die Gewinnwahr- scheinlichkeit. Daraus folgt die kritische Rückfrage an den Trainingsall- tag: Warum werden viele Inhalte wie Laufen, Passen oder Zwei- kämpfe viel trainiert, aber genau jene Momente, die Spiele ent- scheiden, nur wenig – nämlich Situationen in und um den Straf- raum?

## Gemeinsam vom Spiel aus denken

Angeichts der heutigen Fülle an Informationen sowie der Viel- falt an Rollen und Ausbildungen laufen Trainerteams Gefahr, zu- nächst aus der Perspektive einzelner Disziplinen auf den Fußball zu schauen. So entstehen „Silos“, in denen Torwart-, Athletik- und Taktiktrainer\*innen ihr Spezialwissen auf das Spiel projizie- ren und dabei eher nebeneinander als miteinander arbeiten. Ge- nau deshalb ist das Spiel als gemeinsamer Ausgangspunkt der Trainingsplanung so wichtig: Richten alle ihr Handeln am Spiel aus, agieren sie gemeinsam und zielgerichtet.

## Der Trainingsfilter

Andreas Schumachers Trainingsfilter (siehe Abbildung 1) fun- giert als zentrales Werkzeug, das diesen Gedanken in den Trai- ningsalltag übersetzt. Er ist unabhängig von der Alters- und Leistungsstufe anwendbar und hilft, die relevanten Fußballthe- men für das jeweilige Team herauszuarbeiten sowie daraus wirksames, spielnahes Training zu entwickeln.

Der Trainingsfilter umfasst fünf aufeinander aufbauende Stufen:

- 1.) Identifizieren: Zuerst müssen die wichtigsten Fußballthemen erfasst werden, jedoch nicht aus einer starren Spielphilosophie heraus, sondern aus der Realität des aktuellen Kaders. Der Ist- Zustand bildet dann die Basis, von der aus in Richtung des jewei- ligen Idealbilds gearbeitet wird.

- 2.) Analysieren: Es werden die Ursachen dafür untersucht, dass bestimmte Dinge gut funktionieren und andere weniger gut.

- 3.) Auswählen: Anschließend werden verschiedene Optionen durchdacht und darauf aufbauend Entscheidungen in Bezug auf die Planung getroffen.

- 4.) Planen: Anhand der Entscheidungen werden Trainingsformen entwickelt, die das identifizierte Thema im Spielkontext provo- zieren – spielnah, relevant und mit hoher Übertragbarkeit auf den Wettkampf.

- 5.) Durchführen: Schließlich erfolgt die Umsetzung auf dem Platz. Hier wird gemeinsam mit der Mannschaft gearbeitet, um gezielt jene Situationen zu schaffen und zu wiederholen, die Spiele entscheiden – insbesondere im und um den Strafraum.



Abbildung 1



## Beispielhafte Anwendung anhand einer Spielszene

Im Folgenden wird der Trainingsfilter exemplarisch auf eine Spielszene aus der Partie Aston Villa gegen FC Bayern München aus der Saison 2024/25 angewandt. Der FC Bayern München stellte wiederholt Kontersituationen her, aber es gingen daraus keine Abschlüsse im Strafraum hervor (siehe Spielszene in Abbildung 4).

### Identifizieren

Bei der Erarbeitung des Schwerpunktthemas hilft eine Analyse der Situation, die vom gegnerischen Tor rückwärts denkt (siehe Abbildungen 2 und 3). Die erste Frage lautet daher: Hat es der FC Bayern München in der Szene geschafft, den Raum im Strafraum erfolgreich zu nutzen? Da die Antwort Nein lautet, stellt sich an-

schließend die Frage, ob das Team zumindest hinter die Abwehrreihe gelangt ist. Mithilfe der Antworten lassen sich Schritte für Schritt die fußballerischen Inhalte identifizieren, die dem gegnerischen Tor am nächsten und deshalb zu priorisieren sind.

### Analysieren

In der Spielszene befindet sich Olise zentral hinter der Mittelfeldreihe, und es gelingt ihm nicht, mit einem Pass in den Rücken der Abwehr zu gelangen. Um die Ursache dafür zu bestimmen, werden die einzelnen Fußballaktionen der Angreifer anhand von Position, Moment, Richtung und Geschwindigkeit analysiert. Da das gezeigte Verhalten zu einem Ballverlust führte, gilt es herauszufinden, welche Handlungen zum Ziel – dem Torabschluss aus dem Strafraum – geführt hätten.

### Identifizieren: Die wichtigsten Fußballthemen finden



Abbildung 2

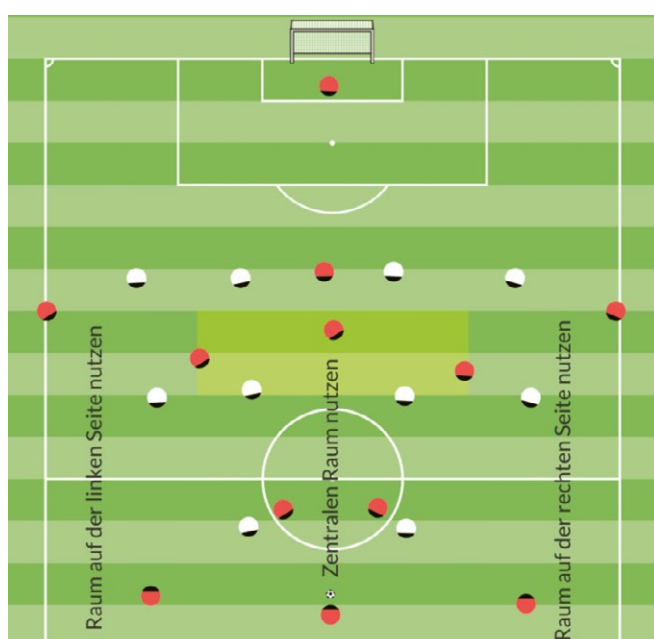


Abbildung 3

### Analysieren: Ursachen der Fußballinhalte erklären

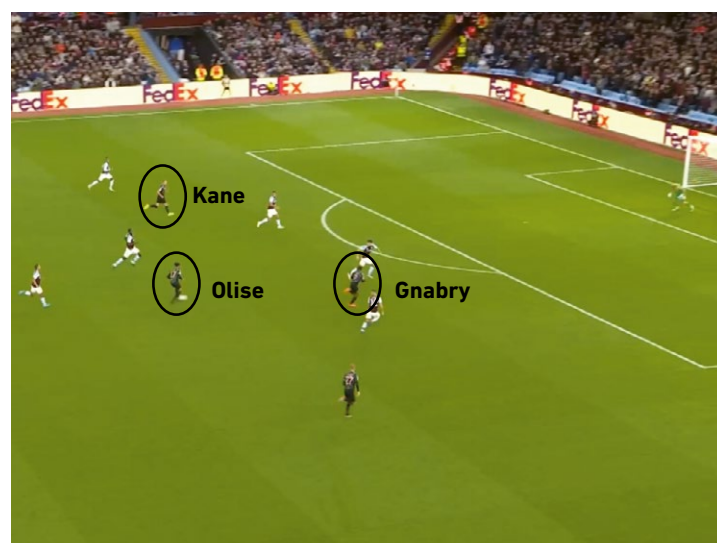


Abbildung 4

**Situation:** Olise, Kane und Gnabry befinden sich im Raum hinter der Mittelfeldreihe und schaffen es nicht, in die Box zu gelangen und abzuschließen.

#### Olise:

- > Aus welcher Position ist er gedribbelt?
- > In welchem Moment hat er be- und entschleunigt?
- > Wie waren Geschwindigkeit und Richtung des Dribblings und des Passes?

#### Gnabry und Kane:

- > Aus welcher Position, in welchem Moment, in welche Richtung und mit welcher Geschwindigkeit bieten sie sich an?

## Auswählen

Nach der Analyse ist zu überlegen, welche Lösungen für den entsprechenden Inhalt entwickelt werden können. Hier wäre eine Videoanalyse mit den vorderen Spielern (Theorie) eine Möglichkeit. So könnte gemeinsam mit ihnen die Optimallösung in der Situation erarbeitet werden, damit sie diese besser verstehen. Der zweite Ansatz ist das Entwickeln einer Trainingsform (Praxis), die die Lösung provoziert, ohne dass viel gecoacht werden muss. Dabei muss die Trainingsform die Spielerfahrungen des Teams widerspiegeln, und es gilt, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren:

- > Minimaler Einsatz von Hilfsmitteln: So wenige Hütchen und Stangen wie möglich verwenden.
- > Realitätsnahe Torpositionierung: Die Tore wie im Wettkampf aufstellen.
- > Authentische Raumgestaltung: Die Feldgröße bzw. den Spielfeldausschnitt an die Wettkampfmaße anpassen – auch wenn dies zunächst großzügig erscheint.

Der Vorteil dieser Herangehensweise ist, dass die Arbeit mit den Spieler\*innen in denselben Räumen wie im Spiel stattfindet. Sie erleben die Situationen wiederholt und lernen, sie besser zu lösen.

## Planen

Basierend auf den erarbeiteten Lösungen werden verschiedene Trainingsformen unterschiedlicher Komplexität anhand der Trainingsstufen entwickelt, die den ausgewählten Fußballinhalt gezielt trainieren. Die Spielsituation wird zunächst auf einem Taktikboard nachgestellt (siehe Abbildungen 5 und 6), um daraus Trainingsformen zu skizzieren, die das gewünschte Spielerverhalten hervorrufen.

Nach Raymond Verheijen besteht eine Fußballaktion aus Kommunikation, Entscheidung und Ausführung. Diese Komponenten spiegeln sich in den vier Trainingsstufen wider (siehe Abbildung 7). Das taktische Training fokussiert sich dabei auf die Kommunikation, wobei oft mit maximaler Spielerzahl und Feldgröße gearbeitet wird, um realitätsnahe Spielsituationen zu simulieren.

Bei reduzierter Spielerzahl verringern sich die Kommunikationswege, wodurch sich die Spieler\*innen stärker auf Entscheidungsprozesse konzentrieren können. Die Spielphasenform mit kleineren Teams trainiert insbesondere das Spielverständnis und Entscheiden. Zur Verbesserung der Ausführung wird die Anzahl der Spieler\*innen pro Team weiter reduziert, wie im Trainingsbeispiel auf Seite 4 dargestellt.

## Durchführen

Sind die fußballerischen Inhalte identifiziert und analysiert sowie die Trainingsformen auf Basis des Trainingsfilters entwickelt, eröffnen sich Coaching-Möglichkeiten: In den Einheiten kann nun detailliert und nicht nur motivational gecoacht werden. Der Aufbau erleichtert den Spieler\*innen den Übertrag auf den Wettkampf und reduziert das Geschehen auf das Wesentliche. Trainer\*innen können so immer wieder auf Basis des Spielziels (Treffer erzielen und verhindern) die Fußballaktion des Einzelnen anhand von Position, Moment, Richtung und Geschwindigkeit coachen und verbessern.

## Aus dem Spiel Trainingsformen ableiten

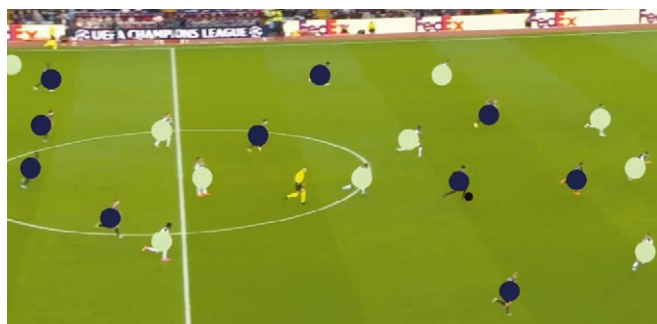


Abbildung 5

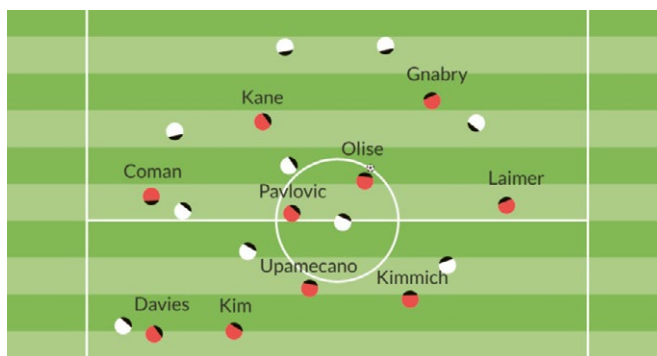


Abbildung 6

## Trainingsschwerpunkt setzen

Kommunizieren    Entscheiden    Entscheidung ausführen

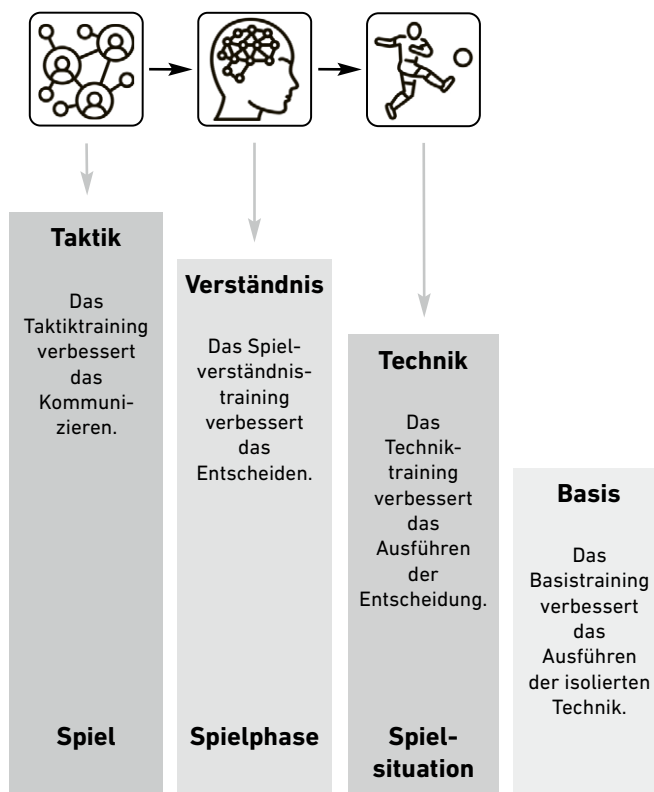
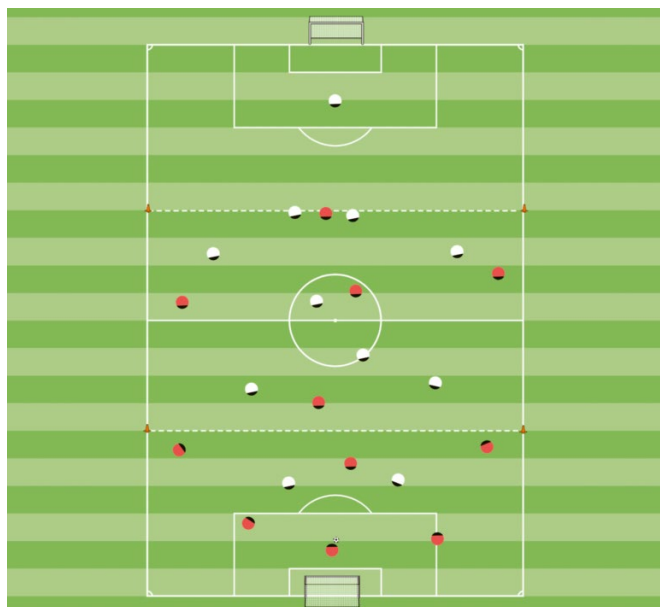


Abbildung 7



## Trainingsformen designen



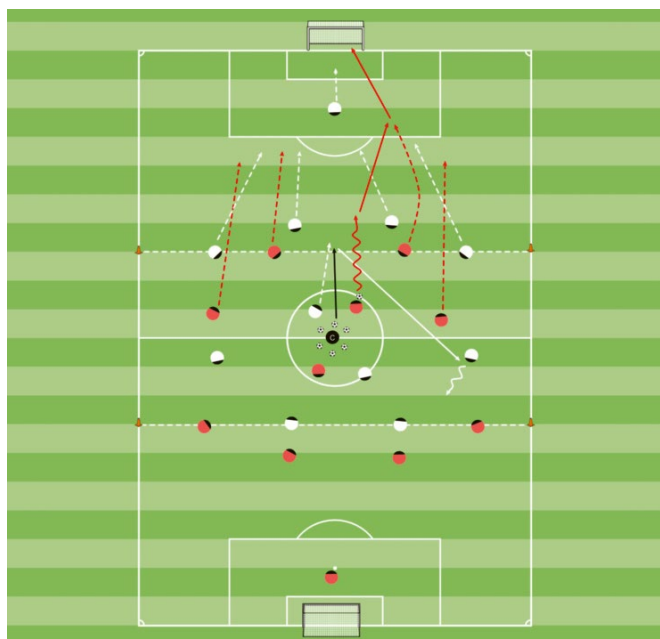
### Spiel: Taktiktraining

#### Organisation

- > Das gesamte Spielfeld nutzen und jeweils eine Abseitslinie 17 Meter hinter der Mittellinie markieren.
- > 2 Teams à 11 Spieler\*innen inklusive Torhüter\*innen bilden und gemäß Abbildung positionieren.

#### Ablauf

- > freies Spiel
- > Team Weiß agiert im Angriffspressing und läuft auch den\*die Torhüter\*in an.
- > Team Rot versucht, in den Raum im Rücken der Abwehrreihe des Gegners zu gelangen.



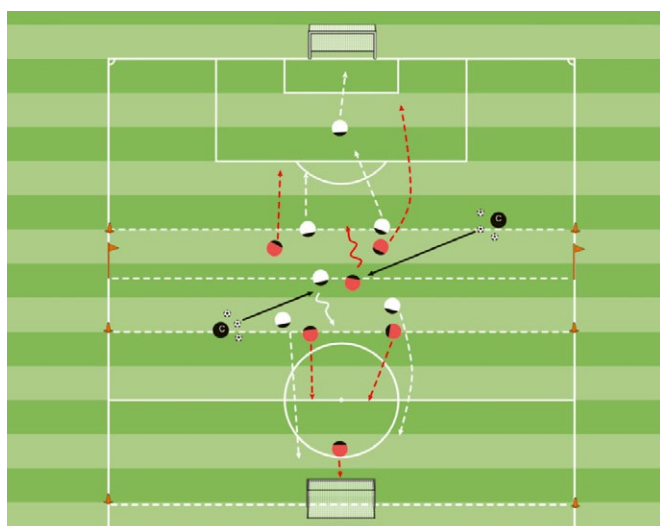
### Spielphase: Verständnistraining

#### Organisation

- > Das gesamte Spielfeld nutzen und jeweils eine Abseitslinie 17 Meter hinter der Mittellinie markieren.
- > 2 Teams à 11 Spieler\*innen inklusive Torhüter\*innen bilden und gemäß Abbildung positionieren.
- > Ein\*e Trainer\*in (hier: C) steht mit Bällen am Anstoßpunkt.

#### Ablauf

- > freies Spiel
- > Der\*die Ballführende (hier: Rot) beginnt mit einem Dribbling den Konter im 5 gegen 4 plus Torhüter\*in und einem nachstartenden Verteidiger.
- > Bei Angriffsabschluss passt der\*die Trainer\*in zu einer\*einem der Spieler\*innen von Team Weiß, der\*die versucht, eine\*n der drei Mitspieler\*innen kurz hinter der Mittellinie anzuspielen und so den Konter in die andere Richtung zu starten.



### Spielsituation: Techniktraining

#### Organisation

- > Ein 65 Meter langes Feld mit 2 Toren mit Torhüter\*innen sowie 1 Mittellinie und 2 Abseitslinien (ca. 26 Meter vor den Toren) markieren.
- > 2 Teams à 6 Spieler\*innen inklusive Torhüter\*innen bilden und gemäß Abbildung positionieren.
- > 2 Trainer\*innen postieren sich mit Balldepot auf Höhe der Abseitslinien.

#### Ablauf

- > freies Spiel
- > Mit den Pässen der Trainer\*innen zu den Spieler\*innen auf Höhe der Mittellinie greifen beide Teams im 3 gegen 2 plus Torhüter\*innen auf das gegnerische Tor an.

# Der Spielbeschleuniger

Dynamik auslösen und einen Angriff beschleunigen zu können, um so Treffer vorzubereiten, ist eine wesentliche Komponente individueller Qualität. Mit welchen Elementen es gelingt, den Gegner zu bedrohen, und wie diese ganzheitlich geschult werden können, erläutert U15-Nationaltrainer **Marc-Patrick Meister**. Sein Konzept zur Spielbeschleunigung ordnet er in die *Trainingsphilosophie Deutschland* ein und zeigt, wie es mit einfachen Regeln in kleinen Spielformen möglich ist, diese Fähigkeit zu schulen.

## Kontext: Trainingsphilosophie Deutschland

Über allem steht die Entwicklung individueller Qualität. Ausschlaggebend dafür sind viele Wiederholungen. Kleine Spielformen wie das 3 gegen 3 sorgen für mehr Ballaktionen, Zweikämpfe, fußballspezifische Entscheidungen und Torschüsse für jede\*n Spieler\*in und haben damit eine hohe Wichtigkeit für den Trainingsprozess. Das Angebot solcher Inhalte führt dazu, dass diejenigen, die nicht nur zwei, sondern drei, vier oder fünf solcher Einheiten pro Woche absolvieren, besser werden.

## Ganzheitlichkeit

Der Spielbeschleuniger ist ein Baustein der zu entwickelnden individuellen Qualität. Damit wird ein offensiver Schwerpunkt gesetzt. Dennoch wird auch die Defensive verbessert, da es gleichzeitig darum geht, spielbeschleunigende Aktionen zu unterbinden beziehungsweise sich in der Folge ergebende Situationen zu verteidigen. Das Trainingsziel, die ganzheitliche Ausbildung von Spieler\*innen auf jeder Position, wird so erreicht.

Im Sinne der Ganzheitlichkeit fordert das Agieren in Spielformen die Akteur\*innen auf verschiedenen Ebenen:

- > **Technisch**  
Die Spieler\*innen müssen verschiedene Techniken unter Druck anwenden.
- > **Koordinativ**  
Die Spieler\*innen müssen sich gleichzeitig orientieren, um Optionen zur Lösung verschiedener Situationen zu erkennen.
- > **Körperlich**  
Die Spieler\*innen müssen über die gesamte Zeit in beide Spielrichtungen „powern“.
- > **Kognitiv**  
Die Spieler\*innen müssen verschiedene Optionen erkennen und innerhalb kürzester Zeit die vielversprechendste auswählen.
- > **Mental**  
Die Spieler\*innen müssen ständig „online“ sein, um keine Chance auf einen eigenen Angriff und keine Aktion des Gegners zu verpassen.
- > **Sozial**  
Die Spieler\*innen müssen im Team kooperieren.

## Pointierungen

Der Spielbeschleuniger wird in Gleichzahl und mithilfe verschiedener Provokationsregeln trainiert. Im Sinne des Mehr-Felder-Prinzips wird parallel in zwei Kleingruppen gespielt, sodass niemand wartet und eine hohe Effektivität gewährleistet ist. Die Einheit bereitet so allen Teilnehmenden Freude, ist intensiv und sorgt für viele Wiederholungen.



Marc-Patrick Meister während seiner Praxiseinführung.

## Trainingsalltag

Die Pointierungen können leicht an den Trainingsalltag und die vorherrschenden Bedingungen angepasst werden. In den seltensten Fällen stehen für zwei Felder vier Großtore mit Torhüter\*innen zur Verfügung. Mini-, Stangen- oder Dribbeltore, zu überquerende Linien oder die Regel des drehenden Angriffsrechts sind nur einige von zahlreichen Variationsmöglichkeiten, um dennoch in kleinen Spielformen mit passenden Pointierungen arbeiten zu können.

## Coaching

Die Trainer\*innen schaffen den Rahmen, in dem sich die Athlet\*innen verbessern können. Sie organisieren ein direktes Umschalten, indem der nächste Ball ins Spiel gebracht oder eine Shot Clock heruntergezählt wird.

Das Training selbst gehört den Athlet\*innen. Im Sinne einer Erfahrungszentriertheit wird nichts vorgegeben, sondern die Spieler\*innen probieren sich aus, machen Fehler, lernen daraus und erleben so, mit welchen Lösungen sie erfolgreich sein können. Die Trainer\*innen begleiten sie dabei mit ihrer Stimme, bestärken positive Momente und ermutigen sie. Im Mittelpunkt steht das Spiel, und Ziel ist es, dessen Fluss aufrechtzuerhalten. Erreicht werden soll, dass alle gemeinsam angreifen und verteidigen.

## Der Spielbeschleuniger

Ein Spielbeschleuniger beschleunigt das Spiel nicht immer von null auf 100. Er verändert aber immer dessen Rhythmus. Dies kann auch zunächst eine bewusste Verzögerung und in der Folge eine gezielte Temposteigerung sein. Er macht das Spiel aus verschiedenen Räumen heraus schneller, indem von überall angegriffen und der Gegner überrascht wird, um in Abschlusssituationen zu kommen.

### Elemente zur Spielbeschleunigung

Es gibt vier Elemente, mit denen Spieler\*innen eine Situation beschleunigen können: Ballkontrolle, Dribbling, Passspiel und Spiel ohne Ball. Jeder dieser vier Bereiche bietet mehrere Optionen, um auf verschiedene Situationen reagieren zu können.

#### Ballkontrolle

Eine Möglichkeit ist es, den\*die Gegner\*in zu locken und zu binden. Beispielsweise erhält der\*die Außenverteidiger\*in ein Zuspiel und stoppt den Ball. Mit der zweiten Ballberührung kann anschließend in Spielrichtung beschleunigt werden. Entscheidend ist dabei, mit dem ersten Kontakt spielfertig zu sein. Des Weiteren besteht die Option, zu fintieren. Dazu muss der\*die Spieler\*in mutig sein und den Überraschungsmoment nutzen. Er\*sie nutzt eine Finte, um sein\*ihr Gegenüber zu überwinden und in der Folge mit zwei schnellen Kontakten das Tempo zu erhöhen.

#### Dribbling

Zur Tempoverschärfung bietet sich entweder ein raumgreifendes oder ein gegnerüberwindendes Dribbling an. Bei ersterem muss der\*die Spieler\*in den freien Raum erkennen und mutig in diesen hineindribbeln. Innerhalb von fünf Sekunden können so Distanzen von bis zu 40 Metern überbrückt werden. Zweiteres kommt zum Einsatz, um eine\*n Gegner\*in auszuschalten. Der sich dadurch ergebende Raum wird dann zur Beschleunigung genutzt, sodass die Verteidiger\*innen nicht mehr eingreifen und nur noch hinterherlaufen können.

#### Passspiel

Neben dem Direktspiel können auch weiträumige Pässe zum Auslösen von Dynamik genutzt werden. Der\*die Spieler\*in muss dazu als Erstes den ballfernen Raum erkennen und kann im Anschluss durch ein weiträumiges Zuspiel in diesen Dynamik auslösen. Bei präziser Ausführung hat dieses miteinander Spielen den Vorteil, dass Zweikämpfe vermieden werden. Des Weiteren können sowohl Pässe in den Block als auch in den Lauf das Spiel schneller machen. Letzterer versucht, die Bewegung zu treffen und so dafür zu sorgen, dass der\*die Mitspieler\*in schnell bleibt oder wird.

#### Spiel ohne Ball

Das richtige Verhalten auch ohne Ball ist entscheidend, um beispielsweise gruppentaktische Mittel wie das Spiel über den Dritten oder einen Doppelpass zur Spielbeschleunigung einsetzen zu können. Läufe ohne Ball können ebenfalls Dynamik auslösen. Dies kann der Weg in die Tiefe zur Vorbereitung eines Zuspiels in den Lauf (siehe oben) sein. Alternativ können dadurch Gegner\*innen gebunden und Räume geöffnet werden, indem sie beispielsweise mit einer Auftaktbewegung getäuscht und gebunden werden und

der frei gewordene Raum dann mit einem Rhythmuswechsel bespielt wird.

### Situationen zur Spielbeschleunigung

Ziel einer Temposteigerung ist es immer, in eine Überzahlsituation zu gelangen. Im Training können dazu verschiedene Szenarien aufgegriffen werden. Das gegnerische Team kann auf engem oder großem Raum geordnet sein. Ersteres ist in der Praxis beispielsweise mit einem 4 gegen 4 auf kleinem Spielfeld abbildbar. Zweiteres ist die Ausgangssituation in den hier vorgestellten Trainingsformen. Eine weitere Möglichkeit ist ein ungeordneter Gegner auf großem Raum, beispielsweise in einer Kontersituation. Entscheidend ist dabei jeweils nicht der Ausgang der Sequenz, sondern ausschließlich der Weg dahin, und ob es gelungen ist, das Tempo zu erhöhen oder nicht.

Um Dynamik auszulösen, ist es entscheidend, mutig zu sein, den Kontrahenten ständig zu bedrohen und den eigenen Vorteil zu suchen. Nach einem Foulspiel auf Höhe der Mittellinie kann das kurze Abschalten des Gegners beispielsweise durch ein schnelles Zuspiel in die Spitze ausgenutzt und auf einfache Weise eine gefährliche Torchance kreiert werden.

### Training des Spielbeschleunigers

Die hier dargestellte Trainingspraxis soll eine Inspiration für die Spielblöcke einer Trainingseinheit zum Spielbeschleuniger sein. Bei der Anwendung gilt es, an den Stellschrauben zu drehen und sie so an die Fähigkeiten der eigenen Gruppe anzupassen.

#### Auswahl der Trainingsform

Zur Auswahl der passenden Trainingsform werden drei Kriterien berücksichtigt:

- > spielnahes und zweckorientiertes Hervorrufen des Trainingsziels
- > Erfahrungs- nicht Trainerzentriertheit
- > Einfachheit

Das Training ist spielnah, wenn es einen engen Bezug zu konkreten Spielsituationen hat. Die gewünschten Handlungsmuster werden durch verschiedene Regeln provoziert. Das Training gehört den Spieler\*innen. Entsprechend sollen sie sich ausprobieren und Fehler machen dürfen. Es ist erforderlich, ihnen dazu die notwendige Zeit zu geben und nicht zu unterbrechen, damit sie verstehen, was von ihnen gefordert ist und Lösungen für die Situation erleben können.

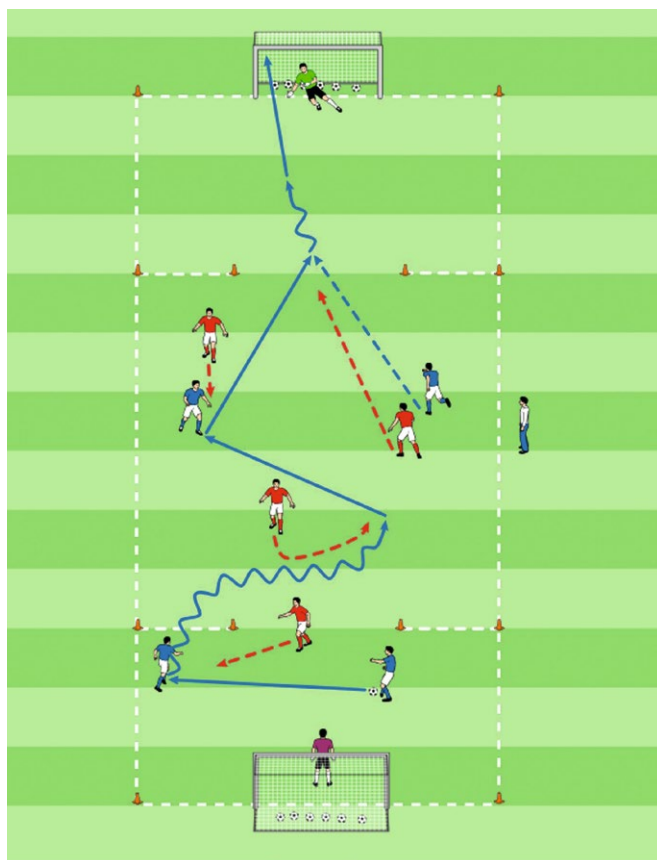
Für eine hohe Nettospielzeit gilt es, Umbauten zu vermeiden. Verschiedene Pointierungen werden über unterschiedliche Regeln statt in verschiedenen Feldern gesetzt.

#### Pointierungen im 4 gegen 4

Das 4 gegen 4 auf zwei Tore mit Torhüter\*innen kann mit einfachen Anpassungen zum Training verschiedener Themen genutzt werden. Sollen in der Offensive der Torschuss und in der Defensive das Blocken angesprochen werden, bietet sich ein kleines Feld an. Im doppelten Strafraum und mit der Regel für das Defensivteam, auf Linie zu verteidigen, kann in der Offensive das Passspiel und gegen den Ball das Kettenverhalten geschult werden. Hereingaben von außen und die Boxverteidigung hingegen sind Schwerpunkt, wenn Anspieler\*innen an den Außenlinien dazukommen. So gelingt es leicht, im Sekundentakt die Situationen zu kreieren, die gebraucht werden, um das Trainingsziel zu erreichen.



## Trainingspraxis mit der U16 von RB Leipzig



### 4 plus TW gegen 4 plus TW mit Dribbellinien

#### Organisation und Ablauf

- > Ein 60 x 30 Meter großes Feld mit 2 Toren mit Torhüter\*innen markieren.
- > Je 15 Meter von den Grundlinien entfernt circa 8 Meter breite Dribbellinien gemäß Abbildung markieren.
- > 2 Teams à 5 Spieler\*innen inklusive Torhüter\*innen einteilen.
- > Bälle in beiden Toren bereitlegen.
- > freies Spiel 4 plus TW gegen 4 plus TW ohne Abseits
- > Wird eine Dribbellinie in Richtung des gegnerischen Tores überdribbelt, erhält das Team ebenfalls 1 Punkt.
- > nach Ausball Ballbesitz bei dem\*der Torhüter\*in
- > nach Treffer Belohnungsball

#### Variationen

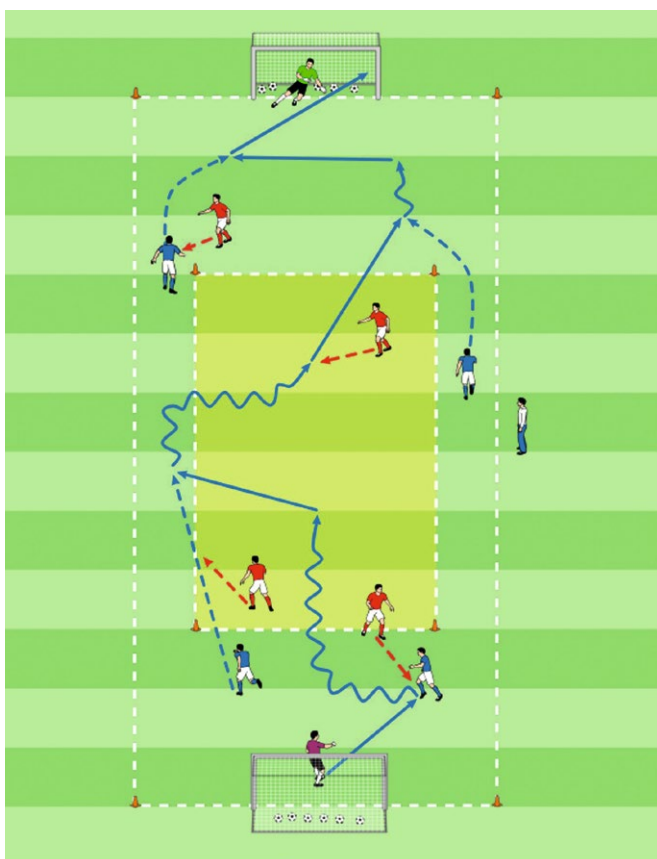
- > Die Dribbellinien über die gesamte Breite des Feldes ziehen.
- > Die Dribbellinien nur im Zentrum markieren.

#### Coachingpunkte

- > Die Tiefe des schmalen Feldes ohne Abseits nutzen.
- > mutig sein

#### Hinweis

- > Das tiefe Spielfeld provoziert weiträumige Lösungen, um schnell in die Tiefe zu kommen.



### 4 plus TW gegen 4 plus TW mit Tabu-Passzone

#### Organisation

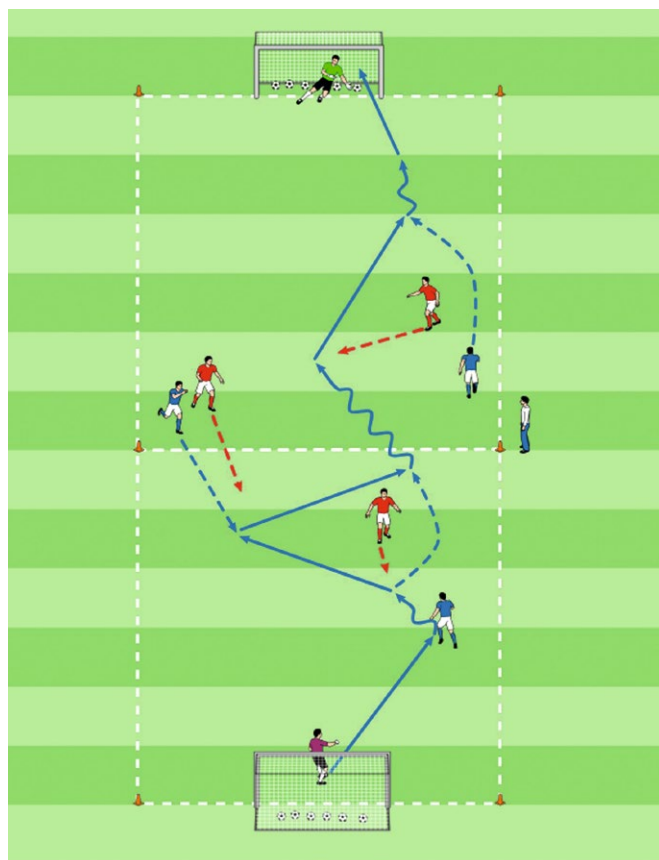
- > Ein 60 x 30 Meter großes Feld mit 2 Toren mit Torhüter\*innen und einem 30 x 20 Meter großen Innenfeld markieren.
- > 2 Teams à 5 Spieler\*innen inklusive Torhüter\*innen einteilen.
- > Bälle in beiden Toren bereitlegen.

#### Ablauf

- > freies Spiel 4 plus TW gegen 4 plus TW ohne Abseits
- > Das Rechteck dient als Tabu-Passzone: Spieler\*innen dürfen durch diese Zone laufen und dribbeln, allerdings nicht darin angespielt werden.
- > nach Ausball Ballbesitz bei dem\*der Torhüter\*in
- > nach Treffer Belohnungsball

#### Hinweis

- > Das Innenfeld provoziert Tiefenläufe als Anschlussaktion, da die Person, die aus diesem herausgespielt hat, nur so weiter Teil des Angriffs sein kann.



### Intensives 3 plus TW gegen 3 plus TW mit Abseitslinie

#### Organisation

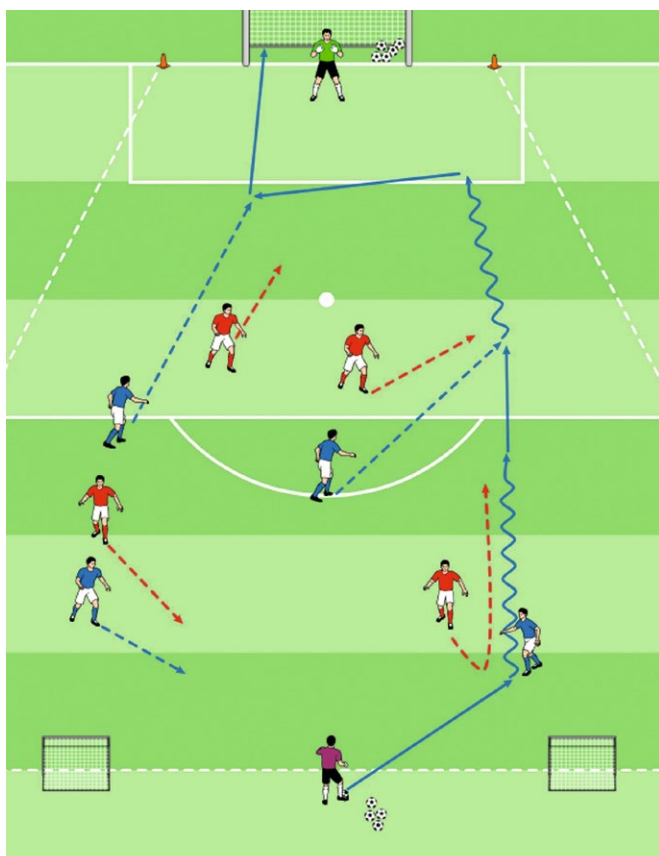
- > Ein 60 x 30 Meter großes Feld mit 2 Toren mit Torhüter\*innen markieren.
- > Die Mittellinie dient als Abseitslinie.
- > 2 Teams à 4 Spieler\*innen inklusive Torhüter\*innen einteilen.
- > Bälle in beiden Toren bereitlegen.

#### Ablauf

- > Ein Durchgang dauert 45 Sekunden.
- > freies Spiel 3 plus TW gegen 3 plus TW mit Abseits ab der Mittellinie
- > nach Ausball Ballbesitz bei dem\*der Torhüter\*in
- > nach Treffer Belohnungsball

#### Hinweis

- > Die Trainingsform ist insbesondere auch im Sinne einer hohen Dichte fußballspezifischer Aktionen intensiv.



### 4 plus TW gegen 4 plus TW mit wechselndem Angriffsrecht

#### Organisation und Ablauf

- > Ein 30 x 15 Meter großes Feld mit 1 Tor mit Torhüter\*in und 2 Minitoren markieren.
- > 2 Teams à 5 Spieler\*innen inklusive Torhüter\*innen einteilen.
- > Der\*die zweite Torhüter\*in steht als Anspieler\*in zwischen den Minitoren und eröffnet per Flachpass jeden Durchgang.
- > Nach Treffer beim Großtor Belohnungsball bei dem\*der Torhüter\*in zwischen den Minitoren.
- > Erobert das verteidigende Team den Ball, dürfen die Spieler\*innen auf die Minitore kontern oder den\*die Torhüter\*in zwischen den Minitoren anspielen. Mit dem Anspiel dreht das Angriffsrecht, ebenso bei einem Torerfolg auf einem der beiden Minitore und das Team spielt nun auf das Großtor.

#### Variationen

- > Pässe sind nur nach vorne erlaubt.
- > Ein Rückpass ist erlaubt, nach diesem muss jedoch direkt abgeschlossen werden.

#### Hinweis

- > Die Trainingsform zeigt eine Alternative zum Training des Spielbeschleunigers mit nur 1 Großtor und Torhüter\*in.

# Fortbildungshighlights: Online und vor Ort

Der BDFL versteht sich als Fortbilder und Förderer seiner Mitglieder – dazu zählt ein qualitativ hochwertiges, vielfältiges und flächendeckendes Angebot an Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten. Das Stichwort **Kompetenzentwicklung** rückt immer mehr in den Fokus der Aus- und Weiterbildung der Trainer\*innen und war fester Bestandteil des Fortbildungsprogramms des BDFL, das in diesem Jahr noch einmal deutlich im Bereich der Zielgruppenspezifika verbessert sowie im Bereich methodische Vielfalt erweitert wurde. Nicht nur online, sondern auch im Rahmen von Präsenzfortbildungen wurde die Arbeit in Kleingruppen forciert, um den inhaltlichen und themenzentrierten Austausch innerhalb der Trainergemeinschaft zu fördern. Insgesamt haben in 2025 je 60 Fortbildungen online sowie in Präsenz stattgefunden. Hier einige Einblicke in Highlightfortbildungen des BDFL.

## Erfolgreiche Kooperationsveranstaltungen mit Landesverbänden

Kräfte bündeln und den Wissensaustausch innerhalb der Fußballfamilie sowie der Trainerschaft fördern – mit dieser Prämisse hat der BDFL gezielt Kooperationsveranstaltungen mit unterschiedlichen Landesverbänden und dem DFB durchgeführt. Im Rahmen dieser Fortbildungen konnte nicht nur der Austausch über Lizenzstufen hinweg gefördert werden, sondern es wurde möglich gemacht, die erzielten Lerneinheiten für alle Lizenzstufen für Trainer\*innen der jeweiligen Landesverbände anerkennen zu lassen.

### Vorstellung der Trainingsphilosophie Deutschland in Bad Hersfeld

Freude, Intensität, Wiederholung – auf diesen drei Prämissen baut die „Trainingsphilosophie Deutschland“ auf. Das Ziel: Das Kinder- und Jugendtraining in Deutschland besser machen. Dieser Mission hat sich Hannes Wolf (DFB-Sportdirektor für Nachwuchs, Training und Entwicklung sowie U20-Nationaltrainer) gemeinsam mit seinem Kompetenzteam, zu dem unter anderem Hermann Gerland oder Hanno Balitsch gehören, verschrieben. Mit kleinen Spielformen sollen Kinder und Jugendliche Fußball hochdosiert erleben und möglichst viele Lernmomente pro Training erhalten. Dieses Konzept stellte Wolf bei einer Fortbildung im Rahmen des Frauen-Hessenpokalfinals in Bad Hersfeld vor. Rund 200 Trainer\*innen waren bei dieser gemeinschaftlich durch den Bund Deutscher Fußball-Lehrer und den Hessischen Fußball-Verband organisierten Fortbildung dabei.

### Intensiver Austausch Führung, Coaching und Technik in Edenkoben

Spannende Inputs und Workshopphasen mit themenbasiertem Austausch in Kleingruppen haben die Fortbildung in der Sportschule Edenkoben geprägt, die gemeinsam durch die Verbandsgruppe Süwest des BDFL sowie den Südwestdeutschen Fußball-Verband organisiert und durchgeführt wurde. Als Highlight der Fortbildung bewerteten die Teilnehmenden den Vortrag von Eishockey-Bundestrainer Harold Kreis, der zwar nur digital zugeschaltet wurde und

nicht vor Ort sein konnte, und trotzdem wertvolle Botschaften zum Thema Leadership platzierte. Auch die Sportpsychologin Claudia Reidick lieferte mit ihrem Input praxisnahe Tipps zur Weiterentwicklung der Führungskompetenzen der Trainer\*innen, die in einer anschließenden Workshopphase diskutiert wurden. Den zweiten Themenblock zum Thema „Sporttechnologie im Alltag eines Fußballklubs – Erfahrungswerte am Beispiel von Eintracht Frankfurt“ gestalteten Steffen Haas (Leiter Sporttechnologie & Spielanalyse, Eintracht Frankfurt) und Sebastian Wöhr (Analyst U15, Eintracht Frankfurt), die nicht nur ihre eigene Expertise unter Beweis stellten, sondern den Teilnehmer\*innen anschaulich zeigten, wie effektiv mit erhobenen Daten der Spieler\*innen umgegangen werden kann, um einen Benefit für die Trainingsarbeit zu erzielen.



Hannes Wolf bei der Fortbildung in Bad Hersfeld. Foto: Tim Grönig



## Großer Talentförder-Kongress in München

Gemeinsam mit dem Bayerischen Fußball-Verband hat die BDFL-Verbandsgruppe Bayern eine teilnehmer- und inhaltsstarke Fortbildung in München auf die Beine gestellt: Rund 500 Trainer\*innen waren bei der dreitägigen Fortbildung am Sportcampus der TU München vor Ort und nutzten die Möglichkeit, sich zu vielfältigen Themen rund um den Bereich Talentförderung weiterzubilden. Schwerpunktmäßig wurden in Theorie und Praxis die Talentidentifikation, -entwicklung und -bindung thematisiert. Bestandteil war

auch der Blick über den Tellerrand: Unter anderem lieferte Berthold Bisselik mit seinem Vortrag Einblicke in die „Talentförderung im Basketball“, Österreichs U19-Nationaltrainer Martin Scherb berichtete über den Bereich Talentförderung beim ÖFB. Darüber hinaus wirkten weitere zahlreiche prominente Persönlichkeiten aus dem Fußball bei der Fortbildung mit. Als Diskussionsgäste bereicherten Joti Chatzalexou (Sportvorstand 1. FC Nürnberg), Hannes Wolf (Direktor Nachwuchs, Training und Entwicklung sowie U20-Nationaltrainer des DFB) und Kathrin Lehmann (TV-Fußballexpertin) die Veranstaltung mit ihren Beiträgen.

## Bereichernde Formate: Gruppenarbeiten und taktische Schwerpunkte

### Taktisch geprägtes Trainer-Seminar in Heilbronn

In Heilbronn hat das spannende Regionale Trainer-Seminar „Von der Halbspur bis zur Boxbesetzung“ stattgefunden, organisiert von der Verbandsgruppe Baden-Württemberg. Michael Rentschler, Referent und Verbandsgruppenvorsitzender, führte die Teilnehmenden mit viel Engagement und abwechslungsreichen Methoden durch das Programm. In Gruppenarbeiten wurde intensiv diskutiert, gemeinsam an Aufgaben gearbeitet und kreative Lösungen präsentiert. Die Trainer\*innen profitierten von einem lebendigen Austausch und praxisnahen Impulsen. Die Veranstaltung war ein voller Erfolg und bot wertvolle Impulse für die praktische Arbeit sowie Raum für kollegialen Austausch. Für die Erarbeitung eigener Lösungen „Von der Halbspur bis zur Boxbesetzung“ stellte BDFL-Partner Teamsportbedarf für alle Trainer\*innen Taktikboards zur Verfügung, die begeistert genutzt wurden.



Einblick in die Gruppenarbeitsphase des Seminars in Heilbronn.

### Wachstum verstehen, Talente entfalten

Unter dem Leitthema „Wachstum verstehen, Talente entfalten“ fand in Rostock ein Kleingruppen-Seminar statt, das von intensiven Diskussionen und Erfahrungsaustausch geprägt war. Der erste Block widmete sich dem Thema Belastungsgestaltung im Fußball. Nach einem theoretischen Input entwickelten die Teilnehmer\*innen darauf aufbauend exemplarische Mikro-Zykluspläne für die Arbeit mit ihren Mannschaften, die anschließend im Plenum präsentiert und diskutiert wurden. Teil zwei der Fortbildung beschäftigte sich mit dem Thema „Wachstum verstehen – Talente entfalten: Wege zur individuellen Spielerentwicklung“, das zunächst in Theorie präsentiert und anschließend in der Praxis anhand von Beobachtungsaufträgen von den Teilnehmenden analysiert wurde.

### Ein Blick über die Grenzen in Duisburg

Beim Regionalen Trainer-Kongress in Duisburg erhielten die anwesenden BDFL-Mitglieder spannenden Input aus

der Trainings- und Spielphilosophie sowie Trainererfahrungen aus dem Ausland: Mit Tom Saintfiet war der aktuelle Nationaltrainer Malis zu Gast. Der gebürtige Belgier gab Einblicke in seinen reichen Erfahrungsschatz von deutlich über 100 Länderspielen als Cheftrainer eines Nationalteams. Anschließend gab Maik Drzensla Einblicke in seine Arbeit als langjähriger Co-Trainer im Ausland an der Seite von Peter Hyballa. Aktuell arbeitet Drzensla als Verbands-sportlehrer beim Fußball-Verband Mittelrhein und leitete bei seinem Heimspiel die Praxiseinheit als Abschluss der Fortbildungsveranstaltung.

### Aus dem Mittelfeld in die Spitze

Beim Regionalen Trainer-Kongress in der Sportschule Kaiserau drehte sich alles um die Verbindung der Mannschaftsteile im Offensivspiel: Unter dem Leitthema „Aus dem Mittelfeld in die Spitze – Das Zusammenspiel Mittelfeld und Angriff von der Vorbereitung zum Herausspielen und Verwerten von Torchancen“ erhielten die Teilnehmer\*innen sowohl in der Theorie als auch in der Praxis Impulse für ihre Trainingsarbeit. Außerdem stellte sich Referent Christoph Kramer (TV-Experte, ehem. Fußballprofi) in einem Interview Fragen zu seiner Spielerkarriere und seinen Plänen für eine Trainerlaufbahn.

## Methodische und inhaltliche Vielfalt im BDFL-Online-Campus

Der BDFL-Online-Campus bildet eine der drei Fortbildungssäulen des Bundes Deutscher Fußball-Lehrer. Hier bietet der Trainerverband seinen Mitgliedern die Möglichkeit, sich in Online Trainer-Seminaren, -Kongressen und digitalen Fortbildungsmodulen fortzubilden. Vor allem in Seminaren und Fortbildungsmodulen werden zielgruppenspezifische Inhalte für die Entwicklung der Trainer\*innen angeboten.

### Torwarttraining als Schwerpunktthema

Auch für Torwarttrainer\*innen und am Torwartspiel interessierte Trainer\*innen wurden spannende Fortbildungen angeboten. Im Online Trainer-Seminar „Basiswissen Torwart- und Torwart-Trainer-Ausbildung“ mit Referent Christian Lasch (Torwart-Koordinator im NLZ Fortuna Düsseldorf und DFB-Ausbilder zum Thema Torwart-Training) standen unter anderem folgende Themen im Fokus: Aktueller Stand, Inhalte und Ausbildungsstufen in der Torwart- und Torwart-Trainer Ausbildung in Deutschland, Trainingskonzeption W-A-S-I-C mit Best-Practice Beispielen aus dem LZ sowie aktuelle Trends im Torwartspiel. Aufbauend auf den erhaltenen Inputs erarbeiteten die teilnehmenden Trainer\*innen in Kleingruppen Inhalte für die Trainingspraxis.

In einem weiteren Seminar behandelte Lasch gemeinsam mit den Trainer\*innen Konzepte und Vorteile eines integrativen Torwart-Trainings. Dabei wurde unter anderem die Rolle des\*r Torwart-Trainer\*in innerhalb des Trainerteams diskutiert und das Torwartspiel im Kontext der Mannschaftstaktik analysiert. Außerdem schaffte Torwarttrainer Lasch den Übertrag der erarbeiteten Inhalte in integrative Trainingsformen auf den Platz.

### Online Trainer-Seminarreihe: „Schneller am Ball“ I bis III

In den drei Online Trainer-Seminaren zum Thema „Schneller am Ball“, die sowohl einzeln als auch als Fortbildungsreihe besucht werden konnten, ist der Aufbau strukturierter Schnelligkeitsentwicklung beleuchtet worden. Referent Carsten Effertz (Sportwissenschaftler, Tanner Speed Academy, Speed-Coaching-Berater für die IFK Göteborg-Akademie) lenkte im ersten der drei Schnelligkeits-Seminare den Fokus auf „Basis der Schnelligkeitsentwicklung“. Dabei standen vor allem die Laufkoordination, zentrale Prinzipien der Schnelligkeitsentwicklung sowie altersgerechtes Schnelligkeitstraining auf dem Programm.

Im zweiten Seminar der Fortbildungsreihe legte Effertz den Schwerpunkt auf Richtungswechsel, das richtige Bremsen, eine bessere Beschleunigung und Verletzungsprävention. Im abschließenden dritten Teil wurde die Schnelligkeitsentwicklung im Leistungsbereich und damit einhergehend unterschiedliche Trainingsmethoden beleuchtet, um die Schnelligkeit der Spieler\*innen zu verbessern und schneller am Ball zu sein.

## 5 Phasen des Schnelligkeitstrainings

- 1. Laufverbessernde Übungen  
Basisübungen (Modul 1)  
Golden 8  
T1-Leiter  
Fortgeschrittene Übungen (Modul 2)  
T2 + T3 Leiter
- 2. Beschleunigen, Bremsen, Richtungswechsel (Modul 2)
- 3. Plyometrie (Modul 2)
- 4. Widerstandstraining
- 5. Overspeed-Training



Ein Blick in das Thema Schnelligkeitsentwicklung, das in der Seminarreihe „Schneller am Ball“ behandelt wurde.



# PREPARE YOUR ENGLISH

## For An International Career In Football!

### What's included?



UNLIMITED access to LIVE English lessons to build the confidence to speak clearly and naturally in every situation!



Instant access to 100+ video lessons covering English for football tactics, player analysis, team communication, and more — all available anytime!



Direct access to football professionals worldwide in our exclusive VIP WhatsApp group — exchange insights and build lasting contacts.



**Matt Slade**  
(Founder of Competitive Edge English)

Matt has helped 100s of professional coaches, analysts, scouts to improve their English skills and get themselves more opportunities all around the world!

Before The Football English Club, I was missing many football-specific terms. I had problems with that and also less confidence to speak English. Now I live abroad and have already done some training sessions completely in English."



**Ahmet Cebe** (Member of The Football English Club and Head-Coach First Team Legentus FC UAE)

### Exclusive Discount For

#### BDFL Members!

Use coupon code

**mBDFLm**

to save **€15**  
on the monthly plan.



Use coupon code

**aBDFLa**

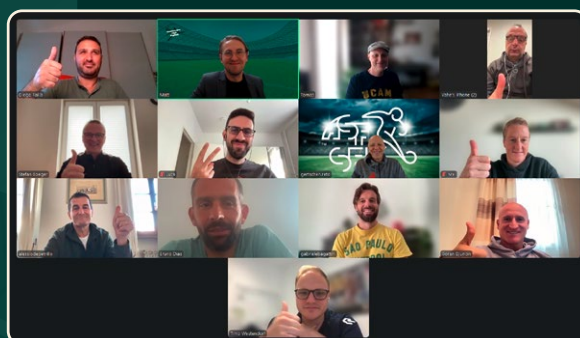
to save **€150**  
on the yearly plan.



### COUPONS ARE LIMITED, SO SCAN THE QR CODE TO JOIN TODAY!

Enjoy no risk with our 30-Day Money-Back Guarantee

If you are not happy with The Football English Club in the first 30 days, you are entitled to a full refund, **no questions asked.**







Kinder kicken begeistert beim Abschlussevent des ersten Jahres des Pilotprojekts „Fußball macht Schule“ in Köln. Foto: Mika Volkmann

# Projekt „Fußball macht Schule“

## Gemeinschaftliche Durchführung von DFB, BDFL und Landesverband in Köln

Kinder in Bewegung und dem Fußball näherbringen – dieses Ziel steckt hinter dem Projekt „Fußball macht Schule“, das zu Beginn des Schuljahres 2024/25 an den Start gegangen ist. Der DFB hatte die Initiative gestartet und gemeinsam mit dem BDFL, dem Fußball-Verband Mittelrhein und der Stadt Köln zum Leben erweckt. Mittlerweile ist das Schulprojekt an Kölner Schulen ins zweite Jahr gegangen. Bereits über 1.000 Kinder konnten so in ihrem schulischen Alltag in Bewegung gebracht werden. Die Fußball-AGs wurden von Trainer\*innen des BDFL sowie des FVM geleitet.

„Das Projekt vereint Spaß und Bewegung mit sportlichen Expertisen, welche dem immer größer werdenden Bewegungsmangel bei Kindern entgegenwirken soll. Wir nutzen die ‚Power‘ des Fußballnetzwerks, in dem wir lizenzierte Trainer\*innen an Grundschulen schicken, um qualitative Bewegungsangebote für Schüler\*innen im offenen Ganztags zu schaffen“, erklärt DFB-Geschäftsführer Sport Andreas Rettig die Ziele, die mit dem Projekt verfolgt werden. Bereits vor seiner Zeit als DFB-Geschäftsführer war Rettig erstmals mit dieser Idee auf BDFL-Präsident Benno Möhlmann zugegangen: „Schon damals war die Frage, ob es für den BDFL und unsere Mitglieder nicht eine gute Sache wäre, an der

wir uns beteiligen möchten. Wir unterstützen natürlich gerne dabei, qualifizierte Trainer an die passenden Stellen zu vermitteln.“

Im ersten Projektjahr waren an 15 teilnehmenden Schulen sieben BDFL-Mitglieder beteiligt. Die Idee: Gemeinsam mit dem Schulpersonal bieten qualifizierte Trainer\*innen ein bis zwei Mal pro Woche im Rahmen des offenen Ganztags Kleinfeldfußball an. Im laufenden Schuljahr nehmen 16 Schulen am Programm teil, außerdem ist der 1. FC Köln als Projektpartner eingestiegen. Aus den Reihen des BDFL engagieren sich im laufenden Schuljahr zehn Trainer\*innen und haben

dabei nicht nur Spaß an der Arbeit mit Kindern, sondern leisten auch einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag.

## Vermittlung von Werten und Spaß am Sport

Das war auch ein Grund für BDFL-Mitglied Marcel Scharf, als Trainer bei „Fußball macht Schule“ mitzuwirken. Der A Lizenz-Inhaber engagierte sich bereits im ersten Projektjahr und trägt auch im Schuljahr 2025/26 zum Gelingen des Programms bei. „Ich sehe einen großen gesellschaftlichen Mehrwert in diesem Projekt, weil die Kinder nicht nur ein zusätzliches Bewegungsangebot bekommen, sondern auch eine Vermittlung von Werten durch den Sport stattfindet. Der Fußball hat eine Strahlkraft, die in diesem Projekt sehr gut genutzt werden kann“, so Scharf, der im Pilotjahr einmal pro Woche an einer Kölner Förderschule eine Fußball-AG angeboten hat und in diesem Schuljahr als Springer agiert – also immer dann einspringt, wenn ein Trainerkollege oder eine Trainerkollegin das AG-Programm einmal nicht umsetzen kann: „Heutzutage sieht die Vereinslandschaft anders aus als noch vor 30 Jahren. Darauf müssen wir reagieren. Ich denke, dass das Projekt einen wichtigen Beitrag leistet.“

Seinen Abschluss fand das erste Projektjahr mit einem großen Turnier der teilnehmenden Mannschaften auf dem Gelände des RheinEnergieStadions. Im Rahmen des Abschlussturniers wurde einmal mehr deutlich, wofür das Projekt stehen soll: Freude am Fußball und an der Bewegung.



Andreas Rettig. Hier beim ITK in Leipzig. Foto: BDFL

## Frühzeitige Förderung für Kinder

Warum der DFB das Projekt über den gesellschaftlichen Mehrwert hinaus fördert, erklärt Geschäftsführer Rettig: „Was man im Grundschulalter nicht lernt, kann man später nicht nachholen. Auch deshalb fördert der DFB im ‚Jahr der Schule‘ und darüber hinaus neue und nachhaltige Projekte,



Kinder spielen in der Sporthalle einer Schule in Köln Fußball. Foto: DFB

welche die Bewegung von Kindern mit konkreten Maßnahmen verstärkt fördern.“ Für das Gelingen des Pilotprojekts in Köln war laut Rettig die gute Zusammenarbeit der unterschiedlichen Player im Fußball essenziell.

## Ausweitung des Projekts geplant

Der Erfolg in Köln soll nun dazu beitragen, dass „Fußball macht Schule“ ausgeweitet werden kann. „Nur in der Zusammenarbeit des ‚Fußball-Netzwerks‘ wird das Projekt funktionieren. Jeder Player besitzt andere Strukturen und hat möglicherweise bereits Maßnahmen gestartet. Durch eine strukturierte Vernetzung und Zusammenarbeit erhöht sich nicht nur die Qualität, sondern besonders auch die Quantität der Angebote“, so Rettig, der berichtet, dass die größten Herausforderungen einer großflächigen Umsetzung in den unterschiedlichen Voraussetzungen und Rahmenbedingungen in den Bundesländern und Städten liegen: „Darüber hinaus ist das Themenfeld Schule sehr sensibel, weshalb es einer engen Betreuung vor Ort bedarf. Viele Personen, mit denen wir sprechen, haben Respekt davor, Projekte in Schulen umzusetzen, da diese mit vielen bürokratischen Hürden verbunden sind. Aber man findet immer einen Weg, wenn man es will, auch wenn dieser von Standort zu Standort unterschiedlich aussehen wird.“

## BDFL unterstützt Projekt weiterhin

Aktuell laufen Gespräche in Städten wie Hamburg und Erfurt, um die nächsten Schritte zu gehen und mehr und mehr Kinder mit Fußball-Bewegungsangeboten zu versorgen. „Das ist eine positive Geschichte, bei der wir auch in Zukunft gerne unseren Beitrag leisten, um Kinder in Bewegung zu bringen und das Miteinander zu fördern. Viele unserer Mitglieder sind Lehrer\*innen oder haben einen anderen pädagogischen Hintergrund und sind deswegen sehr gut geeignet, um bei dem Projekt mitzuwirken“, so BDFL-Präsident Möhlmann abschließend.





Frank Engel (2.v.l.) und Dr. Gerd Thissen (2.v.r.) wurden im Rahmen der BDFL-Hauptversammlung beim ITK in Leipzig verabschiedet.

# Verabschiedung verdienstvoller BDFL-Funktionsträger

## Frank Engel und Dr. Gerd Thissen zum Abschied zu Ehrenmitgliedern gewählt

**Über Jahrzehnte hinweg haben sie den BDFL geprägt, nun sind Frank Engel (VG Nordost) und Dr. Gerd Thissen (VG Nordrhein) von ihren Ämtern als Verbandsgruppenvorsitzende zurückgetreten und zu Ehrenmitgliedern ernannt worden. Gemeinsam mit weiteren verdienstvollen ehemaligen Funktionsträger\*innen wurden sie beim ITK in Leipzig verabschiedet.**

„Mit Frank Engel und Gerd Thissen sowie einigen ausscheidenden stellvertretenden Vorsitzenden verliert der BDFL prägende Persönlichkeiten, die entscheidenden Anteil daran haben, dass der BDFL heute der Verband ist, zu dem er sich entwickelt hat“, betont Möhlmann. Neben Thissen und Engel schieden Dieter Wendling (VG Baden-Württemberg), Alfred Weigl, Annika Höß (beide VG Bayern), Helmut Helken, Thomas Horsch (beide VG Nord), Thomas Klemm, Oliver Heine (VG Nordost) sowie Heinz Histing (VG Südwest) als stellvertretende Verbandsgruppenvorsitzende aus: „Einige waren schon in Amt und Würden, als ich 1989 in den BDFL eingetreten bin. Ihnen allen gilt ein besonderer Dank für ihren bemerkenswerten Einsatz.“

Durch die Abschiede haben sich in den ehrenamtlichen Gremien zahlreiche Neubesetzungen unterschiedlicher Ämter

ergeben: Mario Vossen hat die Führung der Verbandsgruppe Nordrhein übernommen, Tom Heidemeier wurde zum neuen Vorsitzenden der VG Nordost gewählt und Michael Rentschler rückt zum Verbandsgruppenvorsitzenden in Baden-Württemberg auf, während der bisherige Vorsitzende André Malinowski die Rolle des Stellvertreters ausfüllt.

Gleichzeitig durfte der BDFL zahlreiche neue Gesichter in den Vorstandsteams der acht Verbandsgruppen begrüßen: In der Verbandsgruppe Bayern stößt Tammo Neubauer als stellvertretender Vorsitzender hinzu, in der VG Nord wurde Mike Barten ins Vorstandsteam gewählt und im Südwesten ergänzt Frank Thieltges den Verbandsgruppenvorstand. Gleich drei Neuzugänge durfte der BDFL in der Verbandsgruppe Nordrhein begrüßen: Magdalena Schiefer, Klaus Pabst und Tim Mattern komplettieren das Team um Mario Vossen. Außerdem engagieren sich Marcus Urban und Nico Knaubel als Stellvertreter in der VG Nordost.

„Es freut mich, dass viele – auch junge – Trainerinnen und Trainer in unserem Verband Verantwortung übernehmen und sich einsetzen“, so Möhlmann: „Sie alle bringen viel Expertise und unterschiedliche Blickwinkel mit und werden unsere Arbeit bereichern.“



# Prägende BDFL-Persönlichkeiten feiern runde Geburtstage

**Vizepräsident Jürgen Pforr und Ehrenmitglied Franz-Josef Reckels werden 70**

Jürgen Pforr und Franz-Josef Reckels gehören zu den Gesichtern, die den BDFL in den vergangenen Jahrzehnten entscheidend mitgeprägt haben. Beide haben in diesem Jahr ihren 70. Geburtstag gefeiert. Alles Gute, lieber Jürgen und lieber Franz-Josef!

## Pforr sorgt für finanzielle Stabilität

Jürgen Pforr ist nicht nur A Lizenz-Inhaber, sondern auch gelernter Bankkaufmann sowie studierter Betriebswirt und Jurist. Dank dieser geballten Fachkompetenz hat der Darmstädter in seiner Funktion als Schatzmeister über Jahrzehnte hinweg dafür gesorgt, dass der BDFL ein finanziell gesunder Verband ist, der die wirtschaftlichen Voraussetzungen aufweist, um Trainerfort- und -weiterbildungen auf qualitativ höchstem Niveau anbieten zu können. Seit Pforr 1997 das Amt des Schatzmeisters übernommen hatte, brachte er sein Wissen und sein Gespür für wichtige Zukunftsthemen ein und förderte die jüngsten Entwicklungen zur Professionalisierung des Verbandes, unter anderem durch eine Aufstockung der Geschäftsstelle und die Forcierung des Digitalisierungsprozesses.

Als Spieler und Trainer war der 70-Jährige vor allem für Darmstadt 98 aktiv. Bei den Lilien arbeitete Pforr als Chef- sowie als Co-Trainer, unter anderem unter Trainergrößen wie Eckard Krautzun oder Jörg Berger.



Jürgen Pforr. Foto: privat



Franz-Josef Reckels. Foto: privat

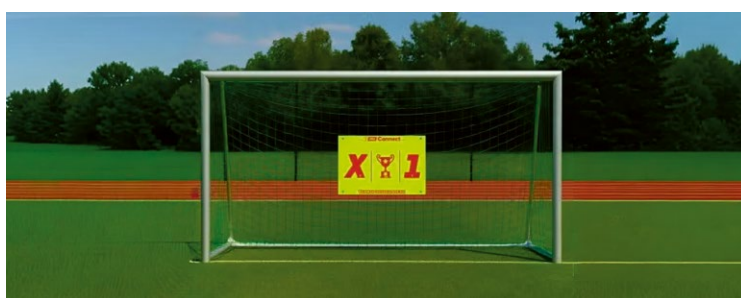
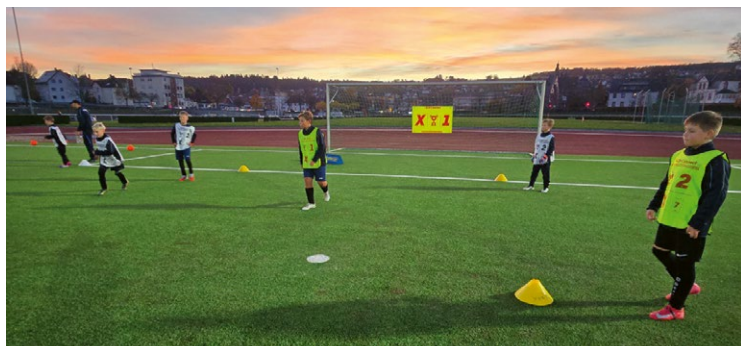
## BDFL-Ehrenmitglied und Fußballfachmann

Als Vorsitzender der Verbandsgruppe Westfalen war Franz-Josef Reckels insgesamt 15 Jahre aktiv, ehe er sich beim Internationalen Trainer-Kongress 2022 in Freiburg nicht erneut zur Wahl stellte und stattdessen zum Ehrenmitglied des BDFL ernannt wurde. Auch ohne offizielle Funktion bringt sich Reckels nach wie vor mit seinen ausgezeichneten Fußball- und Branchenkenntnissen gewinnbringend in die Arbeit der Verbandsgruppe ein. Der 70-Jährige genießt in seiner Region sowie deutschlandweit ein hohes Maß an Wertschätzung und kann auf einen langjährigen Erfahrungsschatz sowohl als Amateurtrainer als auch als Scout im Profifußball zurückgreifen. Seine A Lizenz absolvierte er unter den Ausbildern Erich Rutemöller, Bernd Stöber, Hannes Löhr und Klaus Sammer und trat 1997 in den BDFL ein.

## Vielen Dank und alles Gute!

Lieber Jürgen, lieber Franz-Josef, vielen Dank für euren Einsatz für den Fußball und im Speziellen für unseren Trainerverband! Für die Zukunft wünschen wir euch nur das Beste und hoffen, dass ihr noch lange Zeit dazu bereit seid, eure Erfahrungen für die Trainer\*innen einzusetzen!

# Die Zukunft des Fußballs ist kognitiv: Meistern Sie das Chaos mit T-PRO Connect



Im modernen Hochgeschwindigkeitsfußball entscheidet nicht nur die Beinarbeit, sondern vor allem die Kopfgeschwindigkeit über den Erfolg. Teamsportbedarf.de präsentiert mit T-PRO Connect das revolutionäre Trainingssystem, das Ihre Spieler darauf vorbereitet, auch im größten Chaos die richtigen Entscheidungen zu treffen. Dieses System ist mehr als nur eine Trainingshilfe – es ist ein Turbo-Boost für die Spielintelligenz Ihrer Mannschaft.

**Wahrnehmen. Entscheiden. Handeln!**  
Das T-PRO Connect-System zielt auf die Optimierung des zentralen Dreiklangs jeder erfolgreichen Fußballaktion ab: Wahrnehmen, Entscheiden und Handeln (W-E-H-Zyklus). Im herkömmlichen Training sind die Rahmenbedingungen oft statisch. T-PRO Connect durchbricht diese Routine durch eine dynamische, unvorhersehbare Reizsetzung.

Das Kernstück sind spezielle Westen, die mit wechselnden Symbolen und Farben ausgestattet sind. Während einer Spielform – beispielsweise einem intensiven 4-gegen-4 – löst der Trainer per akustischem oder optischem Signal eine sofortige Neuordnung der Teams aus. Plötzlich ist die „grüne Raute“ nicht mehr im eigenen Team, sondern beim Gegner, und die „gelbe Welle“ wird zum Verbündeten. Sekundenbruchteile, die den Unterschied machen.

Was bewirkt dieser Schalter im Kopf des Spielers?

**Erhöhte Wahrnehmung (Scanning):** Die Spieler werden gezwungen, ihre Umgebung ständig aktiv zu scannen und zu analysieren, da sich die relevanten Informationen (Teamzugehörigkeit) jederzeit ändern können. Das passive Spiel wird durch eine aktive Informationssuche ersetzt.

**Beschleunigte Entscheidungsfindung (Kognition):** Unter hohem Zeitdruck muss die neue Situation interpretiert und die taktisch beste Lösung gewählt werden – innerhalb von Millisekunden. Dies verbessert die Fähigkeit, unter Stress klar zu denken.

**Präzise Handlung (Umsetzung):** Die gewonnene Entscheidung muss technisch schnell und akkurat umgesetzt werden. Das System trainiert somit nicht nur den Kopf, sondern schärft auch die technische Ausführung unter Komplexität.

T-PRO Connect simuliert die extreme Belastung eines echten Spiels, in dem sich die taktische Lage permanent ändert, und bereitet Ihre Spieler optimal darauf vor, dem Gegner gedanklich immer einen Schritt voraus zu sein. Ob im Profibereich oder im ambitionierten Jugendfußball – investieren Sie in die kognitive Stärke, die im modernen Fußball über Titel entscheidet.

Machen Sie aus guten Spielern intelligente Spieler. Entdecken Sie das komplette T-PRO Connect Team-Set und die dazugehörigen Trainingspläne jetzt bei Teamsportbedarf.de und revolutionieren Sie Ihr Training!

Teamsportbedarf.de – Europas größter Fußball-Trainingshilfen-Ausrüster – bietet eine Vielfalt an modernen Trainingshilfen, die den Alltag eines Trainers erheblich erleichtern und bringt zusätzliche Professionalität ins Training. Ob einfache Koordinationsgeräte, digitale Tools oder intelligente Sensoren – mit diesen Hilfsmitteln kann jeder Trainer den Trainingsalltag abwechslungsreicher, effizienter und zielgerichteter gestalten.

## Die T-PRO Connect Trainingsmethode

**T-PRO Connect**  
**TEAMSORTBEDARF.DE**



[www.Teamsportbedarf.de](http://www.Teamsportbedarf.de)



# Einzug Mitgliedsbeitrag zum 01.01.

**Im Zuge der Digitalisierung unserer Verwaltungsprozesse und der Steigerung deren Effektivität ist es erforderlich, dass der BDFL-Mitgliedsbeitrag jeweils jährlich zum 01. Januar fällig und eingezogen wird. Bitte stellt in eurem BDFL-Mitgliederportal sicher, dass die dort hinterlegte Kontoverbindung aktuell ist und der Einzug des BDFL-Mitgliedsbeitrags rund um den Jahreswechsel problemlos erfolgen kann.**

Da die Buchhaltung des Verbandes auf eine „Offene Posten-Buchhaltung“ umgestellt wurde, erhalten seit 2022 alle Mitglieder eine Beitragsrechnung per E-Mail, die auch im

Mitgliederportal hinterlegt ist. Da die automatisierte Rechnung zum 01.01. erstellt und gleichzeitig eine Rechnungsnummer vergeben wird, werden auch die Mitgliedsbeiträge am 01.01.2026 eingezogen.

Hat sich dein Bankkonto in diesem Jahr geändert? Wenn ja, hinterlege bitte schnellstmöglich die korrekte Bankverbindung im BDFL-Mitgliederportal. Die Änderung kannst du dort ganz einfach selbst vornehmen: 1. Mit den gewohnten Logindaten auf der BDFL-Homepage einloggen. 2. Auf den Menüpunkt „PORTAL – SEPA-Mandat“ klicken und die hinterlegten Bankdaten ändern.

## Erklärungen zur Lizenzverlängerung

Mit der digitalisierten Teilnahmeerfassung bei allen BDFL-Fortbildungen ist die automatisierte Lizenzverlängerung möglich geworden. Bei vollständiger Teilnahme an regionalen oder Online-Fortbildungen werden die erzielten Lerneinheiten (LE) nach Abschluss der Veranstaltung deinem Profil gutgeschrieben. Das bietet große Vorteile: Jedes Mitglied kann jederzeit im Portal auf der BDFL-Homepage seine Lerneinheiten einsehen und weiß, wie viele Fortbildungsstunden er\*sie für die Lizenzverlängerung noch absolvieren muss.

### Wie genau läuft die Lizenzverlängerung ab?

Ab sechs Monate vor Ablauf deiner Lizenz – also ab dem 1. Juli eines Kalenderjahres – prüft unser System, ob du deine 20 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung bereits erfüllt hast. Voraussetzung ist, dass das korrekte Ablaufdatum deiner Lizenz bei uns hinterlegt ist. Das kannst du ganz einfach in deinem Profil auf der BDFL-Homepage auf der Übersichtsseite unter der Überschrift „Trainer-Lizenz“ überprüfen. Hier siehst du übrigens auch deine bereits erreichten Lerneinheiten. Sollten die Lerneinheiten noch nicht ausreichen, wartet das System, bis du die 20 LE absolviert hast. Sobald die Lerneinheiten erreicht sind, bekommst du automatisch eine E-Mail von uns und wirst über die anstehende Lizenzverlängerung informiert.

Wir überspielen die Information, dass du die zur Lizenzverlängerung erforderlichen LE erreicht hast, dem DFB. Je nach Aufkommen und Anzahl der zu verlängernden Lizenzen kann es bis zum Start des Verlängerungsprozesses etwas dauern. Vom DFB wird dir nun eine Rechnung über die Lizenzverlängerungsgebühr ausgestellt. Der Versand der Rechnung erfolgt an die bei uns hinterlegte E-Mail-Adresse. Daher solltest du diese ebenso wie deine Post-

anschrift regelmäßig überprüfen und aktualisieren. Bitte hinterlege unbedingt deine private Mailadresse und keine, auf die du nach einem Vereinswechsel keinen Zugriff mehr hast. Sobald der DFB die Zahlung deiner Lizenzverlängerungsgebühr verbucht hat, wird die Lizenz verlängert. Durch eine Schnittstelle zu unserem System wird die neue Gültigkeit deiner Lizenz automatisch auch bei uns aktualisiert.

**Lizenzzeitraum ist bereits abgelaufen:** Sollte deine Lizenz ausgelaufen sein und das Ablaufdatum auf deiner Lizenzkarte in der Vergangenheit liegen, verfällt deine Lizenz nicht. Du musst keine erneute Prüfung ablegen oder Ähnliches. Stattdessen ruht deine Lizenz so lange, bis du die Lerneinheiten aufgeholt hast, um deine Lizenz wieder zu aktivieren.

**Nachholen von Lerneinheiten bei abgelaufener Lizenz:** Wenn deine Lizenz ausgelaufen ist, musst du die versäumten Lerneinheiten nachholen. Beispiel: Die Lizenz ist zum 31.12.2020 ausgelaufen. Um deine Trainerlizenz wieder zu aktivieren, musst du 40 Lerneinheiten sammeln – 20 LE rückwirkend für den Zeitraum vom 01.01.2021 bis zum 31.12.2023 sowie für die Zeit ab dem 01.01.2024. In einem solchen Fall wäre die Lizenz dann bis Ende 2026 gültig.

**Neue Stunden unmittelbar nach Lizenzverlängerung sammeln:** Lerneinheiten für die Lizenzverlängerung können ausschließlich im Lizenzzeitraum gesammelt werden. Beispiel: Deine Lizenz wurde am 1. Oktober 2025 verlängert und ist nun vom 1. Januar 2026 bis zum 31. Dezember 2028 gültig. Solltest du zwischen dem 1. Oktober und dem 31. Dezember 2025 weitere Fortbildungen besucht haben, können die erzielten LE nicht für die nächste Lizenzverlängerung angerechnet werden. Erst ab dem 01.01.2026 können Stunden für die nächste Verlängerung erzielt werden.



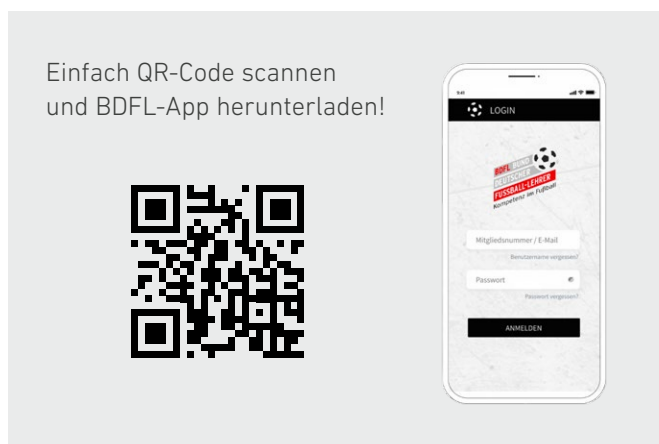
# BDFL-App und Mitgliederportal

**Schon gewusst? Der BDFL hat eine eigene App für seine Mitglieder an den Start gebracht. Ab sofort kannst du auch hier von den zahlreichen Services rund um deine BDFL-Mitgliedschaft profitieren! Außerdem bietet die App mit ihrer Chatfunktion die Möglichkeit, sich mit anderen BDFL-Mitgliedern zu vernetzen.**

## Funktionalitäten: Portal und BDFL-App

Deine Fortbildungsteilnahmen verwalten, Teilnahmezertifikate herunterladen, deinen persönlichen QR-Code laden und dich damit bei Fortbildungen einchecken – all das ist sowohl im Mitgliederbereich möglich, in den du durch den Login auf der BDFL-Homepage gelangst, als auch über die BDFL-App.

Eine besondere Bedeutung hatte die App bei der Durchführung der vergangenen ITK in Bremen, Würzburg und Leipzig. Auch beim nächsten Internationalen Trainer-Kongress in Mainz wird die BDFL-App wieder eine wichtige Rolle spielen: Alle Fragen an die ITK-Referent\*innen werden ausschließlich über die App an die Moderation versendet. Außerdem werden Details zum Lageplan sowie sonstige Informationen zum Programm und zum gesamten Ablauf des ITK über die App an die Teilnehmer\*innen kommuniziert.



## Chatfunktion in der BDFL-App

Doch auch über den ITK hinaus soll die BDFL-App deine Mitgliedschaft für dich noch wertvoller und bequemer machen! Bislang gab es keine Möglichkeit, mit anderen BDFL-Mitgliedern, mit denen man zuvor noch keinen direkten Kontakt hatte, zu kommunizieren. Wir möchten euch aber nicht nur während der Fortbildungen, sondern auch darüber hinaus die Möglichkeit bieten, euch zu vernetzen und auszutauschen. Deswegen haben wir in unsere App

eine Chatfunktion eingebaut: Jeder kann selbstständig und themenbasiert eine Chatgruppe eröffnen sowie anderen Gruppen beitreten. Solltest du beispielsweise eine Fahrgemeinschaft zu einer Fortbildung suchen, kannst du im Vorfeld der Veranstaltung eine Chatgruppe erstellen. Du beschreibst dein Anliegen – in diesem Falle beispielsweise, von wo aus du eine Mitfahrgelegenheit benötigst – und veröffentlichst deine Anfrage. Anschließend können diejenigen, die ebenfalls Interesse an einer Fahrgemeinschaft zur jeweiligen Fortbildung haben, der Gruppe beitreten und mit dir in Kontakt treten. Am besten einfach mal ausprobieren!

## Anmeldung zu Fortbildungen per App

Neben den Sonderfunktionen, die du ausschließlich über die BDFL-App nutzen kannst, können auch die gewohnten Funktionen der BDFL-Homepage über die App genutzt werden. So auch die An- und Abmeldung zu bzw. von Fortbildungen.

## Was du sonst noch wissen solltest

Über das Mitgliederportal auf der BDFL-Homepage sowie über die BDFL-App sind neben den bereits beschriebenen Funktionen weitere Aktionen möglich. Wir möchten sicherstellen, dass du ebenfalls über folgende Möglichkeiten informiert bist.

**Vormerken von Fortbildungen:** Du hast eine Fortbildung entdeckt, an der du gerne teilnehmen möchtest, aber das Anmeldefenster ist noch nicht geöffnet? Dann nutze die Funktion „Termin vormerken“ – und schon wirst du per E-Mail benachrichtigt, sobald sich das Anmeldefenster der entsprechenden Fortbildungsveranstaltung öffnet.

**SEPA-Mandat erteilen oder ändern:** Wenn sich deine Bankdaten ändern, kannst du eigenständig dein bei uns hinterlegtes SEPA-Mandat abändern. Dazu einfach auf der BDFL-Homepage einloggen oder die App aufrufen und anschließend im Menü unter „Portal“ – „SEPA Mandat“ deine neue Bankverbindung eingeben.

**Beleg Zahlung Mitgliedsbeitrag:** Ob für deine persönlichen Unterlagen oder als Beleg für deine Steuererklärung – unter „Portal“ – „Meine Dokumente“ findest du Rechnungsbelege für alle von dir an den BDFL getätigten Zahlungen ab dem Jahr 2023. Auch um diese Belege abrufen zu können, musst du selbstverständlich auf der BDFL-Homepage oder in der App eingeloggt sein.

Mache dir am besten selbst ein Bild und entdecke zahlreiche weitere Funktionen für Mitglieder in der BDFL-App und dem Mitgliederportal auf der Homepage!



Andreas Bauer. Foto: IMAGO / Ulrich Wagner

# „Wir sollten auf unser Bauchgefühl hören“

**Andreas Bauer, Skisprungtrainer und Fußball-Lehrer, im Porträt**

**Wintersport- und Skisprungfans ist der Name Andreas Bauer seit Jahrzehnten ein Begriff und eng mit zahlreichen Erfolgen – vor allem des deutschen Frauen-Skisprungs – verbunden. Nach 25 Jahren als Trainer in unterschiedlichen Positionen hat Bauer eine beachtliche Trophäensammlung vorzuweisen: Trainer des Jahres 2019, 51 Medaillen bei Olympischen Spielen und Weltmeisterschaften, 108 Weltcup- sowie sechs Gesamtweltcupsiege. Das Besondere: Nicht nur im Skisprung, auch im Fußball hat der 61-Jährige alle Lizenzstufen durchlaufen. Andreas Bauer, der „Adler“ mit Fußball-Lehrer-Lizenz, im Porträt.**

Ein Stift hinters Ohr geklemmt, ein Klemmbrett mit Deutschland-Fahnen-Aufkleber in der Hand, die Athleten oder Athletinnen abwinkend und in die Spur der Skisprungschanzen der Welt schickend – so kennt man Andreas Bauer. Mittlerweile ist der Mann, der stets mit einem breiten Lächeln im Gesicht anzutreffen ist, vom Trainerturm abgetreten und arbeitet stattdessen als TV-Experte und FIS-Delegierter. Für den Internationalen Ski-Verband agiert Bauer seit Som-

mer 2024 als Chef der Materialkommission und hat nach dem Skandal um zu große Anzüge von einigen Top-Athleten des norwegischen Männer-Skisprungteams alle Hände voll zu tun. Sein Optimismus ist ihm aber auch im Krisenmodus nicht abhandengekommen. Voller Vorfreude und Motivation blickt er auf die im Frühjahr anstehenden Olympischen Spiele in Italien.

## Grenzen kennen, für Überzeugungen einstehen

Optimismus und Motivation – das sind Bauers Erfahrung nach wichtige Faktoren, um erfolgreich als Trainer\*in zu arbeiten: „Ich bin als Trainer in jeden Wettkampf gegangen, um Medaillen zu gewinnen. Sich voll auf diese Eigenmotivation einzulassen und auf die Sportler zu übertragen, ist die Voraussetzung für Erfolg.“ Und Erfolg hatte Bauer mehr als genug, vor allem mit der Skisprung-Nationalmannschaft der Frauen. Bevor er das neu gegründete Team 2012 übernahm, hatte Bauer bereits als Co-Trainer der Männer-Nationalmannschaft und dort unter anderem mit Springergrößen wie Martin Schmitt oder Sven Hannawald gearbeitet sowie acht Jahre Erfahrung als Sprungtrainer der Nordischen Kombinierer gesammelt. Hier hatte er unter anderem Ronny Ackermann und den damals frisch zum Nationalkader gestoßenen Erik Frenzel unter seinen Fittichen. Das Skispringen der Frauen steckte noch in den Kinderschuhen und wurde 2014 erstmals olympisch. „Am Anfang habe ich nicht gewusst, was mich erwartet. Aber dass Potenzial in den Springerinnen gesteckt hat, das habe ich sehr schnell gemerkt“, erinnert sich Bauer zurück. Vor allem von einem Talent war der Coach schnell begeistert: Carina Vogt. „Wegen der Carina habe ich mal meinen Job zur Verfügung gestellt: Ich wollte sie, als sie ganz am Anfang ihrer Karriere stand und noch total unbekannt war, mit zum Weltcup nach Japan nehmen und habe sie in den Kader berufen. Daraufhin habe ich einen Anruf des Sportdirektors bekommen, der wollte, dass ich sie aus dem Kader streiche, um eine in seinen Augen vielversprechendere andere Athletin mitzunehmen. Daraufhin habe ich gesagt: Wenn Funktionäre mir in meine Entscheidungen bei der Nominierung reinfunkeln, dann muss ich aufhören. Ich stehe als Trainer in der Verantwortung und das ist meine rote

Linie.“ Letztlich blieb Bauer Bundestrainer, Vogt flog zum Weltcup und erreichte ihre ersten guten Ergebnisse, der Auftakt einer großen Karriere.

**„Ich wusste: Wenn Funktionäre in meine Entscheidungen reinfunkeln, muss ich aufhören. Ich stehe als Trainer in der Verantwortung und das ist meine rote Linie.“**

## Das richtige Bauchgefühl

Warum Bauer so von dieser Athletin überzeugt war, deren Talent zu Beginn angezweifelt wurde? „Das kann ich gar nicht so genau erklären. Das war einfach ein Gefühl – und ich bin der Meinung, wir Trainer sollten auf unser Bauchgefühl hören. Das habe ich getan und Carina hat mir das Vertrauen zurückgezahlt.“ Und wie: Vogt entwickelte sich zu einer Weltklasse-Athletin, die zweimal Einzel- sowie Teamweltmeisterin wurde und bei den ersten Olympischen Spielen der Geschichte des Frauen-Skispringens Einzel-Gold holte. Das Olympische Gold war auch deswegen so besonders, weil die damals 22-Jährige zuvor noch nie einen Weltcup gewonnen hatte. „Carina hatte die Gabe, im entscheidenden Moment ihre normale Leistung abzurufen. Das können nicht viele. In Ausnahmesituationen ist die Nervosität höher als normal, Abläufe verändern sich aufgrund der Rahmenbedingungen bei großen Sportereignissen. Sie hat es immer wieder geschafft, bei sich zu bleiben. Darum war sie so erfolgreich“, erklärt Bauer, der deswegen immer penibel darauf geachtet hat, dass seine Athleten und Athletinnen trotz der großen Aufmerksamkeit der Medien und veränderten Rahmenbedingungen bei Großereignissen möglichst unveränderte Abläufe in der Wettkampfvorbereitung durchlaufen konnten. Beispiel Olympia 2018 in Pyeongchang: Die Wettkämpfe der Skispringerinnen waren auf spätabends, 22 bis 24 Uhr Ortszeit datiert, aufgrund der Zeitverschiebung und Fernsehübertragung in Europa. Deshalb wurde die Entscheidung getroffen, die Zeitverschiebung zu ignorieren und den europäischen Tagesrhythmus auch in Südkorea zu verfolgen. Das bedeutete: Die Athletinnen schliefen bis mittags, nahmen dann ihr Frühstück zu sich und folgten dem gewohnten Tagesablauf bis zum Sprungwettbewerb.

## Beteiligung der Top-Athlet\*innen

Beim Treffen solcher Entscheidungen verfolgte Bauer immer eine klare Philosophie: Nicht nur innerhalb des Trainer- und Betreuerteams beraten, sondern die Top-Athletinnen in die Entscheidungsfindung mit einbeziehen, „denn sie sind schließlich diejenigen, für die der Ablauf optimal sein muss und die ihre Top-Leistung abrufen sollen.“



Andreas Bauer als Sky-Experte bei der Vierschanzentournee.  
Foto: privat





Katharina Schmid (v.l.), Carina Vogt und Andreas Bauer bejubeln den Sieg im Nationscup der Saison 2017/18. Foto: IMAGO / Nordphoto

## Berti Vogts und die Fußball-Lehrer-Ausbildung

Zu Hochleistungen hat sich Bauer als Athlet immer selbst getrieben. Über mehrere Jahre hielt er den deutschen Rekord im Skifliegen und gewann 1987 das traditionsreiche Neujahrsspringen in Garmisch-Patenkirchen. Im Winter reiste Bauer als Athlet um die Welt und nutzte die Phase zwischen Saisonende und Trainingsstart, um seine Trainerlizenzen zu machen – nicht nur die für Skisprungtrainer, sondern auch die Fußballtrainer-Lizenzen. „Ich war einfach sehr interessiert daran, mich weiterzuentwickeln und neue Dinge zu lernen. Ich denke, man kann von anderen Sportarten immer viel mitnehmen“, findet Bauer, der bis zu seinem Karriereende als aktiver Springer bereits die A Lizenz für Fußballtrainer absolviert hatte: „Und ich dachte auch, dass das das Ende für mich ist. Über die Fußball-Lehrer-Lizenz hatte ich noch gar nicht nachgedacht. Aber dann habe ich Berti Vogts getroffen.“ Bauer und Vogts lernten sich in der Fernsehsendung „Blickpunkt Sport“ kennen. Als der damalige Bundestrainer der Fußball-Nationalmannschaft erfuhr, dass ein Skispringer es bis zur A Lizenz gebracht hatte, war er begeistert und ermunterte Bauer, sich um die Teilnahme an der Fußball-Lehrer-Lizenz zu bewerben. Das tat er, setzte sich unter über 100 Bewerber\*innen durch und absolvierte die höchste Fußballtrainerlizenz gemeinsam mit Spielergrößen wie Toni Schumacher, Karl-Heinz „Charly“ Körbel oder Norbert Meier. „Ich habe gelernt, wie Mannschaftssport funktioniert und welchen Stellenwert das Miteinander hat“, betont Bauer, der die Mannschaftsführung und den Teamzusammenhalt auch später als Trainer der Individualsportart Skispringen för-

derte: „Wir sind das ganze Jahr zusammen unterwegs gewesen – im Winter bei den Wettkämpfen und im Sommer beim Training. Natürlich steht am Ende nur eine Athletin oder ein Athlet ganz oben. Aber es macht einen Unterschied, ob du dich füreinander freust und gerne miteinander unterwegs bist. Deswegen war es mir immer wichtig, dass wir ein Teamgefühl entwickeln.“

## Seit 30 Jahren B Lizenz-Prüfer

Die eigene Lizenzausbildung ist aber nicht die einzige Verbindung, die Andreas Bauer zum Fußball hat: Seit Jahren ist der Weltklasse-Skisprungtrainer mittlerweile Teil der Prüfungskommission des Bayerischen Fußball-Verbands und nimmt angehenden B Lizenz-Inhaber\*innen deren Abschlussprüfung ab. „Seit ich damals begonnen habe, meine Trainerlizenzen zu machen, war es für mich immer wichtig, mich im Fußball weiterzubilden und auf dem neuesten Stand zu halten. Die Ausbildung hat sich in den Jahren sehr verändert und dadurch habe ich vieles dazugelernt“, so Bauer, der ebenfalls regelmäßiger Gast bei den Internationalen Trainer-Kongressen ist, so auch in diesem Jahr in Leipzig: „Als Trainer darfst du niemals auf dem hohen Ross sitzen und denken, dass du alles weißt. Dann hast du verloren. Der ITK hat sich in den letzten Jahren aus meiner Sicht toll entwickelt. Die Arbeit in Workshops fand ich in Leipzig extrem gut. So kommst du in einen inhaltlichen Austausch. Das war klasse und ich konnte sehr viel daraus mitnehmen. Und wenn dann noch Trainergrößen wie Christian Streich sich die Zeit nehmen und über ihre Überzeugungen sprechen, profitiere ich unheimlich davon.“

Deswegen wird Andreas Bauer, einer der erfolgreichsten Trainer im deutschen Wintersport, auch in Zukunft dem Fußball erhalten bleiben – ob als B Lizenz-Prüfer oder ITK-Teilnehmer: „Ich bin zwar ein Exot unter den Fußballern, aber ich bin sehr froh, Teil der Trainergemeinschaft zu sein.“

**Text: Melina Stock**

## Vita Andreas Bauer

**Geburtsdatum:** 21.01.1964

### Seine Stationen als Trainer:

1996 – 2003:	Skisprung Nationalmannschaft Männer (Co-Trainer)
2003 – 2011:	Nordische Kombination Nationalmannschaft Männer (Sprungtrainer)
2011 – 2021:	Skisprung Nationalmannschaft Frauen (Cheftrainer)

# Das Arbeitszeitrecht im Fußball

**Im (Profi-)Fußball geht es nicht nur um Tore, Taktik und Spannung, sondern auch um einen Aspekt hinter den Kulissen, der selten im Rampenlicht steht: das Arbeitszeitrecht. Für Spieler\*innen, Trainer\*innen und Vereine ist dieses Thema allerdings von großer Bedeutung – denn es schützt die Gesundheit der Akteur\*innen und setzt klare rechtliche Grenzen für Arbeitszeiten, auch im Spitzensport.**

## Arbeitszeitrecht gilt uneingeschränkt – auch im Fußball

Das Arbeitszeitgesetz und das Jugendarbeitsschutzgesetz regeln die maximale zeitliche Arbeitsbelastung von Arbeitnehmer\*innen in Deutschland. Diese Gesetze gelten auch für Berufssportler\*innen – egal, ob sie auf dem Rasen stehen oder an der Seitenlinie coachen. Das Bundesarbeitsgericht hat klargestellt: Lizenzfußballer\*innen und Profitrainer\*innen sind rechtlich Arbeitnehmer\*innen. Im Amateurbereich sind Trainer und Trainerinnen nur Arbeitnehmer\*innen, wenn sie gegen Entgelt (auch geringfügig) tätig werden und in persönlicher Abhängigkeit, also weisungsgebunden, für den Verein arbeiten. Weisungsgebunden bedeutet, dass der Verein Ort, Zeit und Ablauf der Tätigkeit festlegt. Fachlich – also Trainingsgestaltung, Taktik – ist der Trainer oder die Trainerin oft frei, aber organisatorisch meist dem Verein untergeordnet und damit Arbeitnehmer\*in.

Das bedeutet, dass der in vielen Branchen verbreitete Gesundheitsschutz auch im knallharten Konkurrenzkampf des Profifußballs und häufig auch im Amateurbereich gilt. Gerade weil der sportliche Wettbewerb besonders intensiv ist, sind diese Schutzmaßnahmen nicht weniger wichtig, sondern eher noch wichtiger als in anderen Berufen.

## Was zählt im Fußball alles als „Arbeit“?

Anders als man zunächst vermuten könnte, umfasst die Arbeitszeit eines Profifußballers oder einer Profifußballerin nicht nur Training und Spiele. Auch Teambesprechungen, medizinische Behandlungen, PR-Termine, Reisen zu Auswärtsspielen oder das gemeinsame Mittagessen im Mannschaftshotel fallen unter Arbeitszeit – jedenfalls, wenn sie arbeitsvertraglich vereinbart sind oder vom Verein angeordnet werden. Privat organisierte Zusatzeinheiten zählen dagegen nicht dazu. Auch die Fahrt im Mannschaftsbus ist nur dann Arbeitszeit, wenn dort bereits eine Spielbesprechung oder ähnliche berufliche Aktivitäten stattfinden.

## Besonderer Schutz für minderjährige Profis

Nachwuchstalente, die bereits mit einem Profi-Vertrag ausgestattet sind, sind ebenfalls Arbeitnehmer\*innen. Für sie gelten die besonders strengen Schutzvorschriften des

Jugendarbeitsschutzgesetzes. Das betrifft zum Beispiel die maximale Arbeitszeit, aber vor allem die Frage, wann und wie lange sie tätig sein dürfen: Erst seit kurzem ist beispielsweise der Einsatz nach 20 Uhr in Spielen und im Training für Minderjährige zulässig, weil der Gesetzgeber für den Sport hier unter bestimmten Bedingungen eine Ausnahme geschaffen hat. Trotzdem steht der Gesundheitsschutz immer im Mittelpunkt, Verstöße können empfindliche Strafen nach sich ziehen.

Für minderjährige Fußballspieler\*innen, die nicht in einem Arbeitsverhältnis stehen, greifen die strengen Schutzvorschriften des Jugendarbeitsschutzgesetzes nicht. Wer also im Verein spielt, ohne Entgelt zu erhalten, etwa in der Jugendmannschaft eines Amateurbereichs oder als reine\*r Freizeitsportler\*in, fällt formal nicht unter diese arbeitsrechtlichen Regelungen.

Trotz fehlender arbeitsrechtlicher Vorgaben bleibt der Schutz Minderjähriger aber eine zentrale Aufgabe. Der Grundsatz des Kindeswohls, verankert im Bundeskinder-schutzgesetz (BKisSchG), bildet die Grundlage. Auch ohne Arbeitsvertrag müssen Trainer\*innen und Vereine sicherstellen, dass Kinder und Jugendliche weder körperlich noch psychisch überfordert werden. Zudem können bereits ab 13 Jahren „leichte Arbeiten“ unter Einwilligung der Eltern erlaubt sein – aber nur, wenn sie Entwicklung, Gesundheit und Schule nicht beeinträchtigen. Sportvereine und Verbände wie der DFB oder die Landessportbünde haben sich außerdem verpflichtet, eigene verbindliche Schutzstandards zu setzen. Diese betreffen etwa die maximale Trainingsdauer, ausreichende Pausen, altersgerechte Belastung und die Aufsichtspflicht. Das alles sind wichtige Regeln, die Trainer\*innen beachten müssen.

## Arbeitszeiterfassung und ihre Tücken im Liga-Alltag

Spätestens seit den jüngsten Urteilen des EuGH und des Bundesarbeitsgerichts sind die Clubs verpflichtet, die Arbeitszeiten ihrer Spieler\*innen und Trainer\*innen umfänglich zu dokumentieren – bei richtigem Verständnis inklusive Pausen. Dabei dürfen die Vereine die Erfassung an die Spieler\*innen und Trainer\*innen delegieren, was allerdings vor-

aussetzt, dass bekannt ist, welche Tätigkeiten zur Arbeitszeit zählen. Außerdem muss die Erfassung zeitnah erfolgen. Die lückenlose Erfassung stellt eine enorme Herausforderung dar, gerade angesichts der von Woche zu Woche wechselnden Abläufe im Sportbetrieb. Den Clubs ist dringend zu empfehlen, sich mit der Einführung eines den rechtlichen Anforderungen entsprechenden Arbeitszeiterfassungssystems zu beschäftigen.

## Werktägliche Arbeitszeit

Die Arbeitszeit von Profi-Fußballer\*innen ist gesetzlich klar geregelt: Im Normalfall dürfen sie laut Arbeitszeitgesetz nicht länger als acht Stunden pro Werktag arbeiten. Nur ausnahmsweise sind höchstens zehn Stunden möglich – allerdings muss dann über sechs Monate oder 24 Wochen hinweg im Schnitt die Acht-Stunden-Grenze eingehalten werden. In der Realität des Spitzensfußballs sieht das oft anders aus: Wenn in sogenannten „englischen Wochen“ sowohl unter der Woche als auch am Wochenende Spiele stattfinden oder längere Trainingslager anstehen, geraten diese Vorgaben schnell ins Wanken und dürften nicht selten überschritten werden, beispielsweise die tägliche Höchst-arbeitszeit von zehn Stunden.

## Sonn- und Feiertagsarbeit

Spiele am Sonntag oder Training während Feiertagen sind Alltag im Fußball. Die gesetzlichen Bestimmungen sehen allerdings Ausnahmen vor: Solange die Spieler\*innen mindestens 15 Sonntage im Jahr frei bekommen, ist

die Beschäftigung an diesen Tagen erlaubt. Doch auch hier gilt: Es gibt klare Grenzen, die Vereine nicht überschreiten dürfen.

## Konsequenzen bei Verstößen

Wer Verstöße gegen das Arbeitszeitrecht begeht, riskiert eine Ordnungswidrigkeit. Bei wiederholten oder gravierenden Verstößen drohen sogar Freiheitsstrafen. Diese Risiken treffen nicht nur die Vereine, sondern unter Umständen auch Trainer\*innen und Vereinsverantwortliche wie Sportdirektor\*innen persönlich – vor allem dann, wenn sie entscheidenden Einfluss auf den Ablauf und die Organisation des Spielbetriebs haben.

## Fazit

Die gesetzlichen Vorgaben für die Arbeitszeiten im Fußball sollen vor allem eines: die Gesundheit der Akteur\*innen schützen. Auch wenn die Realität im Profisport mit englischen Wochen, Trainingslagern und langen Reisetagen oft wenig Spielraum für Erholung lässt, stehen Clubs und Verbände in der Pflicht, diese Regeln einzuhalten und transparent zu dokumentieren. Hinter dem Erfolg auf dem Spielfeld steht also ein ganzes Regelwerk, das immer mitspielt – und dessen Einhaltung längst keine freiwillige Kür mehr ist. Wer das ändern möchte, dessen Ansprechpartner ist allein der Gesetzgeber, nicht die Arbeitsgerichte.

**Text: Dr. Michael Bachner  
(Schwegler Rechtsanwälte, Frankfurt am Main)**

Ihre Ansprechpartner bei ‚schwegler rechtsanwälte‘ für alle Mitglieder des BDFL:



**Dr. Michael Bachner**  
Rechtsanwalt u.  
Fachanwalt Arbeitsrecht

FRANKFURT  
Berliner Straße 44  
D-60311 Frankfurt  
Tel.: 069/21 65 99-0  
Fax: 069/21 65 99-18  
bachner@schwegler-rae.de



**Michael Merzhäuser**  
Rechtsanwalt

BERLIN  
Unter den Linden 12  
D-10117 Berlin  
Tel.: 030/44 01 37-0  
Fax: 030/44 01 37-12  
merzhaeuser@schwegler-rae.de

**schwegler**  
rechtsanwälte

**Offizieller Kooperationspartner des BDFL  
für die anwaltliche Vertretung im Fußballgeschäft  
[www.schwegler-rechtsanwaelte.de](http://www.schwegler-rechtsanwaelte.de)**





# WIE VIEL **MENSCH** STECKT IM MILLIONENGESCHÄFT FUSSBALL?



**JETZT  
BESTELLEN**



[WWW.DERSPORTVERLAG.DE](http://WWW.DERSPORTVERLAG.DE)

Meyer & Meyer Verlag  
Bücher, die beweergen

## EXPERTENWISSEN FÜR TRAINER



**2,99€  
PRO AUSGABE**



[DAS-FUSSBALLTRAINER-MAGAZIN.DE](http://DAS-FUSSBALLTRAINER-MAGAZIN.DE)

# BDFL-Fortbildungstermine 2026

Die aktuellen Termine und Programme zu den regionalen sowie digitalen Fortbildungsangeboten sind auf der BDFL-Homepage – [www.bdf.de](http://www.bdf.de) – in der Rubrik „Fortbildung/Aktuelle Termine“ zu finden. Eine Anmeldung zu allen BDFL-Fortbildungen, die ausschließlich über die BDFL-Homepage möglich ist, ist generell erforderlich und verbindlich. Bitte beachte: Die Teilnahme an BDFL-Fortbildungen ist ausschließlich komplett möglich. Außerdem gelten Stornoregelungen, denen du bei jeder Anmeldung zu allen Fortbildungen zustimmen musst. Bei Fragen kannst du dich in der Bundesgeschäftsstelle des BDFL melden (069/204368310, [mail@bdf.de](mailto:mail@bdf.de)).

## Internationaler Trainer-Kongress:

Mo. 27.07.2026 bis Mi. 29.07.2026 Mainz, max. 1.300 TN 20 LE

## Verbandsgruppe Baden-Württemberg

**Michael Rentschler (0155/63122110, [rentschler@bdf.de](mailto:rentschler@bdf.de))**

Die regionalen Fortbildungen der VG Baden-Württemberg sind aktuell in Planung und werden zeitnah auf der BDFL-Homepage veröffentlicht.

## Verbandsgruppe Bayern

**Vorsitzender: Michael Köllner (0175/5238412, [koellner@bdf.de](mailto:koellner@bdf.de))**

Mo. 13.04.2026 Regionales Trainer-Seminar beim FC Ingolstadt 04, max. 50 TN	15.00 Uhr	5 LE
Mo. 04.05.2026 Regionaler Trainer-Kongress bei der SpVgg Greuther Fürth, max. 50 TN	15.00 Uhr	5 LE
Sa. 04.07.2026 bis So. 05.07.2026 Jugendtrainer-Kongress, Sportschule Oberhaching, max. 50 TN		20 LE
Mo. 21.09.2026 Regionaler Trainer-Kongress bei der SpVgg Unterhaching, max. 50 TN	15.00 Uhr	5 LE

Weitere regionale Fortbildungen der VG Bayern – u.a. für die Zielgruppen Profi- und Leistungsbereich sowie mittlerer und gehobener Amateurbereich – sind in Vorbereitung und werden zeitnah auf der BDFL-Homepage veröffentlicht.

## Verbandsgruppe Hessen

**Vorsitzender: Reinhard Jung (0177/8478450, [jung@bdf.de](mailto:jung@bdf.de))**

Fr. 18.09.2026 bis Sa. 19.09.2026 Sportschule Grünberg, max. 30 TN		15 LE
Mo. 07.12.2026 Landessportbund Hessen, Frankfurt am Main, max. 30 TN	14.00 Uhr	5 LE

Weitere regionale Fortbildungen der VG Hessen sind in Vorbereitung und werden zeitnah auf der BDFL-Homepage veröffentlicht.

## Verbandsgruppe Nord

**Vorsitzender: Wilfried Zander (0171/2631993, [zander@bdf.de](mailto:zander@bdf.de))**

Do. 08.01.2026 „Principles of Game Philosophy“ (englisch), Online Trainer-Seminar, max. 20 TN, 17.00 Uhr		5 LE
Di. 03.02.2026 „Zwischen Individualisierung und Positionstraining – ganzheitliche Spielerentwicklung planen, umsetzen und begleiten“, Holstein Kiel, max. 50 TN	14.00 Uhr	5 LE
Do. 12.03.2026 Sportschule Barsinghausen, max. 50 TN	14.00 Uhr	5 LE
Mo. 11.05.2026 Bremen, max. 100 TN	13.00 Uhr	5 LE

Weitere regionale Fortbildungen der VG Nord sind in Vorbereitung und werden zeitnah auf der BDFL-Homepage veröffentlicht.

## Verbandsgruppe Nordost

**Vorsitzender: Tom Heidemeier (0160/5372009, [heidemeier@bdf.de](mailto:heidemeier@bdf.de))**

Mo. 04.05.2026 „Bio-Banding (Juniorinnen) und Schnelligkeitsentwicklung im Nachwuchsbereich“, 1. FC Union Berlin, max. 30 TN	14.00 Uhr	5 LE
--	-----------	------

Weitere regionale Fortbildungen der VG Nordost sind in Vorbereitung und werden zeitnah auf der BDFL-Homepage veröffentlicht.



### Verbandsgruppe Nordrhein

**Vorsitzender: Mario Vossen (01515/5014871, vossen@bdf.de)**

Di.	03.02.2026	„Relativer Alterseffekt in der Talentförderung“, Geißbockheim 1. FC Köln, max. 30 TN, 15.00 Uhr	5 LE
Mo.	23.03.2026	Regionaler internationaler Trainer-Kongress, Borussia Park Mönchengladbach, max. 100 TN	10 LE
Mo.	16.11.2026	Sportschule Duisburg-Wedau, max. 60 TN	14.00 Uhr 5 LE

Weitere regionale Fortbildungen der VG Nordrhein sind in Vorbereitung und werden zeitnah auf der BDFL-Homepage veröffentlicht.

### Verbandsgruppe Südwest

**Vorsitzender: Patrik Maaß (0160/98292528, maass@bdf.de)**

Die regionalen Fortbildungen der VG Südwest sind aktuell in Planung und werden zeitnah auf der BDFL-Homepage veröffentlicht.

### Verbandsgruppe Westfalen

**Vorsitzender: Sascha Eickel (0176/31747441, eickel@bdf.de)**

Mo.	23.02.2026	„Mentale Stärke im Fußball – Wie Körperchemie und Mindset Spitzenleistungen ermöglichen“ Differenzierte Online-Fortbildung für 1./2./3. Liga + NLZ-Trainer*innen	14.00 Uhr 5 LE
Mo.	23.03.2026	Regionaler internationaler Trainer-Kongress, Borussia Park Mönchengladbach, max. 100 TN	10 LE
Sa.	02.05.2026 bis So. 03.05.2026	Hybridveranstaltung: Online und vor Ort bei Preußen Münster, max. 50 TN	5 LE
Mo.	14.09.2026	„Von der Basis zur Spitze“, Cobbenrode, max. 50 TN	15.00 Uhr 5 LE
Mo.	16.11.2026	SportCentrum Kamen-Kaiserau, max. 75 TN	14.00 Uhr 5 LE

#### Infos zur Verlängerung der Trainerlizenz:

Der Prozess der Lizenzverlängerung für BDFL-Mitglieder mit A, A+ und Pro Lizenz hat sich durch den laufenden Digitalisierungsprozess verändert und läuft automatisiert ab. Assoziierte Mitglieder mit B oder B+ Lizenz müssen ihre Lizenz weiterhin über ihren Landesverband bzw. eigenständig über den DFB verlängern. Der Besuch von BDFL-Fortbildungen wird nicht für die Verlängerung der B oder B+ Lizenz angerechnet.

## Fortbildungsinhalte auf Abruf

**Bei Fortbildungsveranstaltungen des BDFL – seien es Fortbildungen in Präsenz, wie der ITK oder die regionalen Tagungen in den acht Verbandsgruppen, oder digitale Fortbildungen – wird eine große Menge an Wissen erarbeitet, vorgestellt und diskutiert. Dieses Wissen ist exklusiv für BDFL-Mitglieder auch dann zugänglich, wenn sie nicht die Möglichkeit hatten, an der jeweiligen Fortbildung teilzunehmen. Somit möchte der BDFL seinem Anspruch, Trainer\*innen zu fördern, weiterzuentwickeln und Wissen an sie zu vermitteln, noch ein Stück weit gerechter werden. Im BDFL-Wissensnetz sind über 200 Inhalte in Form von Videos oder Textdateien hinterlegt und können jederzeit abgerufen werden.**

Das Wissensnetz ist allen BDFL-Mitgliedern über die BDFL-Homepage ([www.bdf.de](http://www.bdf.de)) sowie über die BDFL-App ([app.bdf.de](http://app.bdf.de)) zugänglich. Einfach mit den gewohnten Login-Daten auf der Homepage anmelden und anschließend auf den Menüpunkt „Wissensnetz“ klicken. Dort sind die zur Verfügung stehenden Beiträge der vergangenen Internationalen Trainer-Kongresse sowie von regionalen und Online-Fortbildungen in Form von Videos und PDF-Dateien hinterlegt. Die über 200 Beiträge sind zwölf unterschiedlichen Themenkategorien zugeteilt: Führung und Kommunikation, Fußballfitness und Ernährung, Individualisierung, Kinderfußball, Periodisierung und Trainingssteuerung, Selbstanalyse und Persönlichkeitsentwicklung, Spiel- und

Trainingsanalyse, Spiel- und Trainingscoaching, Taktik und Spielprinzipien – Offensive / Defensive, Talentförderung und Ausbildungsphilosophie, Techniktraining

Per Scan des QR-Codes gelangst du direkt zum BDFL-Wissensnetz:





# DEIN TRAINING. DEIN MATCHPLAN. DEINE AUSRÜSTUNG.



BDFL Puma teamGOAL Casuals  
Poloshirt Herren - schwarz



BDFL Puma teamGOAL Casuals  
Poloshirt Herren - weiß



BDFL Puma teamGOAL  
Trainingsshirt Herren - weiß



BDFL Puma teamGOAL Casuals  
Shorts Herren - schwarz



BDFL Puma teamGOAL Rucksack  
Core - schwarz



Puma teamLIGA Socken - weiß

... und viele weitere Artikel

Entdecke jetzt die ganze BDFL Puma  
Kollektion auf  
[www.deinsportsfreund.de/bdfl](http://www.deinsportsfreund.de/bdfl)

Dazu kannst du auch einfach den  
QR-Code scannen und deine  
Lieblingsartikel direkt shoppen:



DeinSportsfreund.de  
Rurstraße 5  
41564 Kaarst

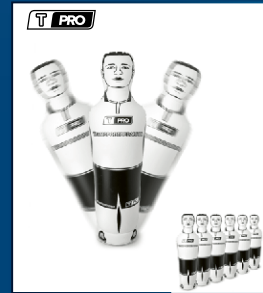
01231 - 60 66 999  
[info@deinsportsfreund.de](mailto:info@deinsportsfreund.de)



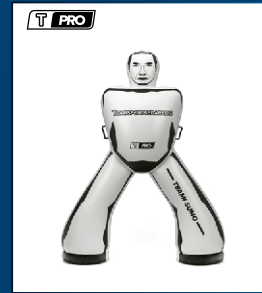
**T-PRO Taktikfolie - Fußball - 20er Set**  
Moderne, selbsthaftende Spezialfolie 550 x 830 mm, hält elektrostatisch auf fast jedem Untergrund, Anweisungen mit Boardmarkern skizzieren. Einfach zusammenfalten und in die Hosentasche stecken, die T-PRO Taktikfolien haften mehrfach und sind somit mehrmals benutzbar.  
Profiware.  
Art.Nr. 2069 nur € 19,90



**Freistoss-Trainingsdummy (Windy)**  
4 Farben erhältlich. Höhe (ab Rosenkante): ca. 180 cm, Gewicht: leichte 4 kg, robuster Kunststoff und Metall. 2-teilig, steckbar, aerodynamisch geformt, auch bei Wind einsetzbar, bequem zu transportieren, 4 Metallspitzen für sicheren Stand, Profiware.  
Art.Nr. 4465 nur € 39,90  
Standfuß Art.Nr. 2041 nur € 32,90



**T-PRO TEAMI 202 cm**  
Für Jugendliche und Erwachsene. Größe: ca. 202 cm, sehr robustes und belastbares Folienmaterial, innovativer Fußbereich sehr belastbar, Befüllung mit Luft, Körper und Wasser (für XL-Doppelventil für noch schnelleren Auf- und Abbau, 2 Tragegriffe an den Seiten, Indoor und Outdoor geeignete Profiware.  
einzel: Art.Nr. 2030 nur € 69,90  
6er-Set Art.Nr. 2032 nur € 399,90



**T-PRO TEAMI SUMO 200 cm**  
2 verstellbare Beine für ein realistischeres Trainings-erlebnis! Für Jugendliche und Erwachsene. Größe: ca. 200 cm, sehr robustes und belastbares Folienmaterial, Befüllung mit Luft (Körper und Beine) und Wasser (Beine). XL-Doppelventile für noch schnelleren Auf- und Abbau, 2 Tragegriffe an den Seiten, Indoor und Outdoor geeignete Profiware.  
Art.Nr. 4432 nur € 119,90



**Aluminium Miniretor - 1,20 x 0,80 m**  
Stabil, fest verschweißte oder klappbare Ausführung, Gewicht: ca. 10 kg, inkl. Hallenboden-Kratzschutz, Tornetz, Erdkabel für die Verankerung (bei der fest verschweißten Ausführung), geeignet für drin und draußen, TÜV-geprüfte Profiqualität.  
klappbar Art.Nr. 2654 nur € 99,90  
verschweißte Art.Nr. 1072 nur € 179,90



**V-MAXX Sportradar - Speedcheck**  
Geschwindigkeiten mit neuester Doppler-Radar-Messung anzeigen, äußerst zuverlässig und einfach zu bedienen, ideal z.B. für: Fußball, Handball, Laufen, Inline skaten, Ski, Rodeln, Modellrennbahn usw.  
Art.Nr. 1046 nur € 129,90  
Stativ inkl. Tasche Art.Nr. 1712 nur € 14,90



**Speed-Checker - (Lichtschranken-Zeitmesssystem) 1- oder 2-Gates**  
Für die Messung von Start und Ziel (1 Gate) oder zwischen 2 Punkten (2 Gates), jeweils inkl. Reflektoren. 2 x 1 Stative, passende Aufbewahrungsbox. Die Lichtschranken können spielend leicht über die Basketball-Funktion in der Speed-Checker-App verbunden werden. Innerhalb kürzester Zeit erstellen Sie Ihr Zeitmesssystem.  
1-Gate Art.Nr. 4257 nur € 299,90  
2-Gates Art.Nr. 3615 nur € 599,90



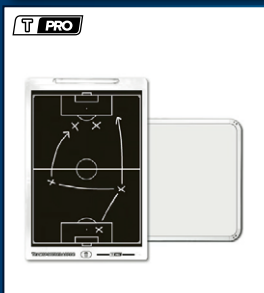
**Muldenhaubem - 50er Set**  
Hochwertig, inkl. T-PRO Tragehalter (PVC), je 10 in Rot, Gelb, Grün, Blau und Weiß, ø je 20 cm, Gewicht: 45 g, elastischer Kunststoff, z.B. für Rasen, Kunstgras, Hartplätzen oder in der Halle. Tragehalter schnell aufbauen und verstauen dank "Klick-Mechanismus", robust und belastbar vielseitig einsetzbar Profiware.  
Art.Nr. 4708 nur € 19,90



**T-PRO Ballcontainer (mobil)**  
Hochwertig, bietet Platz für 16 aufgepumpte Bälle, Maße: ca. 50 x 50 x 100 cm, Gewicht: ca. 25 kg, Material: Metall, Farbe: Schwarz, abschließbare Drehkreuze (oben und unten) für sichere Aufbewahrung, 2 integrierte Räder, robust und äußerst langlebige Profiware.  
Art.Nr. 4735 nur € 139,90



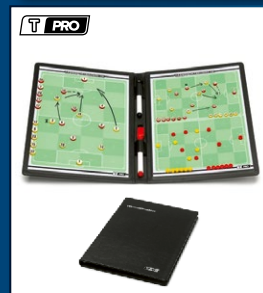
**Materialwagen - für Trainingshilfen**  
Ideales Hilfsmittel für Trainer! Platz für Hüften, Leibchen, Koordinationsringe, Stangen usw., inkl. Stauraum für Bälle, Abgabefläche, ca. 80 x 90 x 115 cm, Gewicht: ca. 3,5 kg, abnehmbare Räder, hochwertig verarbeitet aus Metall, Profiware.  
ohne Inhalt Art.Nr. 3916 nur € 149,90  
mit Inhalt Art.Nr. 3916 nur € 679,90



**T-PRO Taktikboard LCD (16 Zoll)**  
Inkl. Schreibstift, digitale Taktikoberfläche mit Fußballfeld-Raster, 32,5 x 23,5 x 0,7 cm, für Notizen, Spielzüge, Laufwege, Anweisungen, usw., Rückseite zusätzlich als Whiteboard nutzbar, kompakt und robust Profiware.  
Art.Nr. 4393 nur € 19,90



**T-PRO Trainertasche (Rucksack) inkl. Inhalt**  
50-teilig: Inkl. Taktiktafel, Stativ, T-PRO Taktikboard (LCD), Magnete, Sticker, CoachBook, CoachCards usw., strapazierfähiges Material (abwaschbar), inkl. Schultergurte für bequemen Transport, Maße: 63 x 48 x 15,5 cm robust und langlebige Profiware.  
Art.Nr. 4464 nur € 99,90



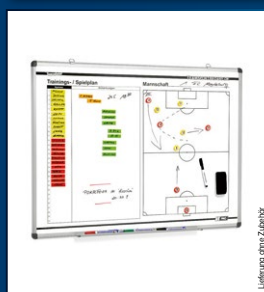
**T-PRO Taktikmappe (Leder)**  
Mit 24 Taktikzonen (A-X), 3 magnetische Spielfelder (1x groß, 2x klein), Maße: 32 x 24 cm Material: Leder, inkl. 58 flache Magnete ø 9 mm + 32 flache Magnete ø 12 mm, inkl. 2 Boardmarker. Robust und abwaschbare Profiware.  
Art.Nr. 2055 nur € 19,90



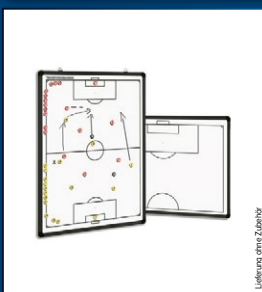
**T-PRO Hybrid Trainingsball (Gr. 5)**  
Trainingsball der Spitzenklasse Neon-Gelb oder Blau, Hybrid 24 Panel-Technologie, verklebt und handgenäht, Hightech-PV-Material, exzellente Hugaigenschaften, tolle Optik, optimale Widerstandsfähigkeit, wasserabweisend, langlebig für alle Bodenbeläge geeignet, hochwertige Carbon-Latex-Ballblase, Air-Lock-Ventil.  
Neon-Gelb Art.Nr. 4341 nur € 14,90  
Blau Art.Nr. 4485 nur € 14,90



**T-PRO Connect - TEAM-SET 6x6 - 3 Größen**  
Hochwertig, für ein modernes und anspruchsvolles Fußballtraining, in 3 Größen erhältlich: S, M, L, XL, Farben: Trainingswesten: Neon-Gelb und Weiß, Westen sind beidseitig bedruckt, strapazierfähig und hochwertig verarbeitet, Handlungsschnelligkeit und Spielintelligenz verbessern, es gibt kein Leibchen doppelt im Set, Indoor und Outdoor geeignet, Profiware.  
Art.Nr. 4770 ab nur € 144,90



**Magn. Planerboard / Tagesplaner**  
750 x 1000 mm, mit 2 Halterungen für Wandbefestigung, Rückseite als Whiteboard nutzbar, Boardmarkern beschreib- und abwischbar, auf der mitgelieferten Ablagefläche kann das Zubehör (nicht im Lieferumfang enthalten) abgelegt werden.  
Art.Nr. 1083 nur € 49,90



**Magn. Taktiktafel (beidseitig)**  
Maße: 600 x 900 mm, beidseitig nutzbar und magnetisch, Vorderseite: ganzes Spielfeld, Rückseite: halbes Spielfeld, weiße Spielfelder mit schwarzen Linien, schwarzer Rahmen aus Aluminium, robust und handlich, ohne Zubehör, Profiware.  
Art.Nr. 4346 nur € 39,90



**Teleskop-Stativ (mobil) - für Taktiktafeln**  
Für Taktiktafeln mit einer Breite von 45-60 (Größe L) bzw. 60-90 cm (Größe XL), inkl. Tragetasche, Material: Metall, Farbe: Schwarz, höhenverstellbar 70 - 180 cm, Gewicht: ca. 2 kg, Taktiktafeln hoch und auch quer einsetzbar, stabile und hochwertige Verarbeitung, Profiware.  
Größe L Art.Nr. 4344 nur € 16,90  
Größe XL Art.Nr. 4699 nur € 19,90



**T-PRO Stelltafel**  
Maße: 400 x 650 mm, mit 24 Taktikzonen (A-X), Spielfeld auf beiden Seiten.  
Farbe: grün mit weißen Spielfeldlinien, inkl. Boardmarker (abwischbar) + Abwischhilfe, integrierter Tragegriff, Profiware.  
Magnetspitze bitte extra kaufen.  
Art.Nr. 2061 nur € 49,90



**T-PRO Prallwand (Passtrainer) - 2 Größen**  
Hochwertig, innovative Konstruktion, stabiler Stand auf Rasen und Kunstrasen, die Bälle kommen leicht zurück, 2 in 1 Prallwand, mit verschiedenen Winkeln, Maße: ca. 100 x 40 bzw. 150 x 40 cm, klappbare Bügel für einfachen Transport, robust und langlebig.  
100x40cm Art.Nr. 4308 nur € 94,90  
150x40cm Art.Nr. 4629 nur € 149,90

Trainingshilfen - Trainerbedarf - Trainingspläne - Vereinsbedarf  
Sportplatzbedarf - Sportbekleidung ....und vieles mehr !

Der Onlineshop für den modernen Trainer !

Service-Kontakt:  
info@teamssportbedarf.de

TEAMSPORTBEDARF.DE

Trainingsunterlagen24 GmbH, Ramstedter Straße 24, 39326 Zielitz  
www.teamssportbedarf.de



Offizieller Partner für Trainingshilfen

**GRATIS**

**Fußball-Schreibtschunterlage DIN A2**  
max 1 pro Bestellung  
Art.Nr. 1485

**GRATIS**

**T-PRO CoachBook DIN A5**  
max 1 pro Bestellung  
Art.Nr. 2359