

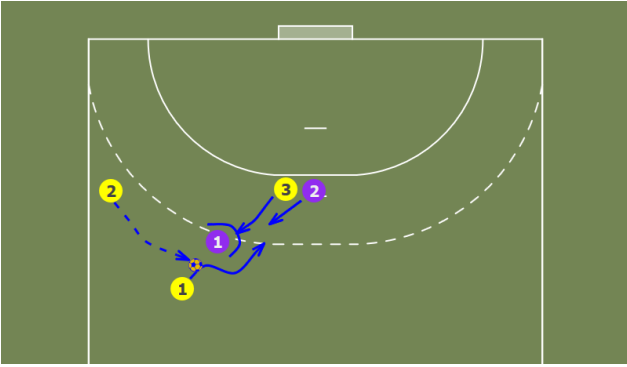
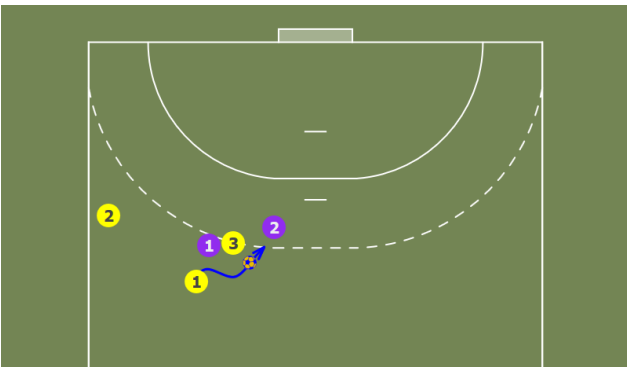
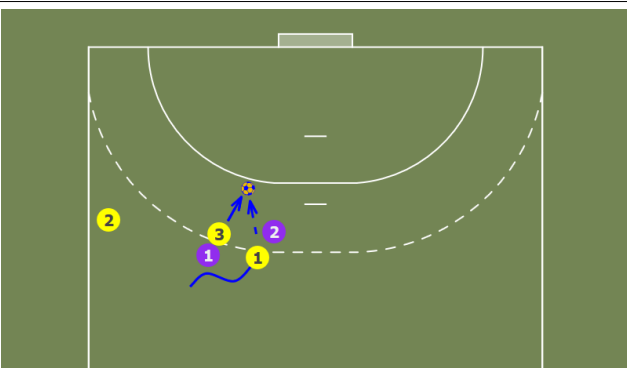
JHB 2025 – Teil 5 – Kreisläufer & Rückraum I

Niemand muss irgendwas Aufschreiben:-)

1. Der Klassiker – Sperre/absetzen

Die Sperre ist ein sehr einfaches, aber richtig durchgeführt effektives Angriffsmittel, das jeder Spieler zumindest in seiner Grundform lernen sollte. Dabei wird ein Abwehrspieler durch den Körper eines Angreifers gesperrt um Raum für einen Mitspieler zu schaffen. Sperren mit Absetzen wird häufig mit dem Kreisläufer und einem Rückraumspieler, aber auch auf anderen Positionen - z.B. gegen offensive Deckungen - gespielt. Sperre/Absetzen - mit dem Kreis und zur Wurfhandseite - gehört zu den einfachsten taktischen Mitteln im Handball, kann sehr gut situationsbezogen angewendet werden und ist ein wichtiger Baustein im Zusammenspiel zwischen Kreisläufer(n) und Rückraum.

Grundablauf:

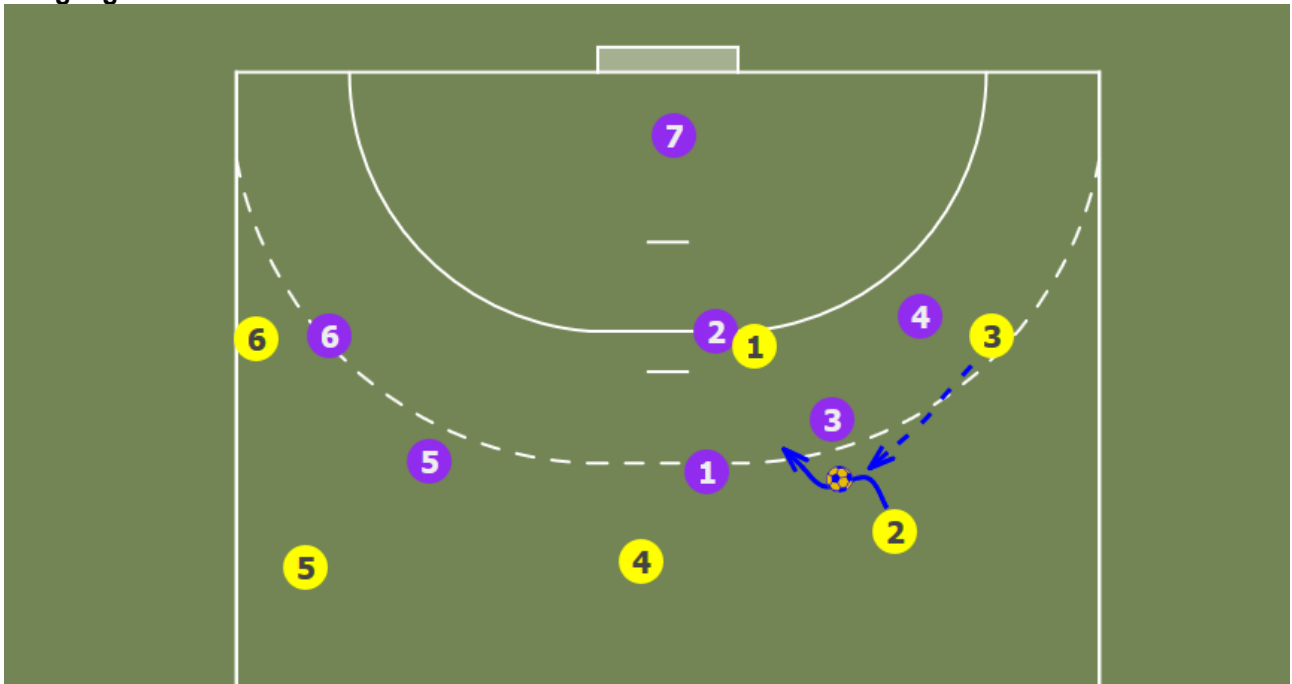
	<p>1. Sperren Mit dem Pass von LA auf RL läuft KM in die Sperrstellung. RL nutzt die Sperre aus und geht an seinem Abwehrspieler zur Wurfhandseite vorbei.</p> <p>Je nach Verhalten des Abwehrspielers (2) ergeben sich folgende Möglichkeiten:</p>
	<p>Der Abwehrspieler (2) begleitet KM und übernimmt RL (1).</p>
	<p>2. Absetzen KM setzt sich nun wieder Richtung Tor ab um das Anspiel von RL zu erhalten und zum Abschluss zu kommen.</p>

2. Klingt kompliziert, ist es aber nicht.

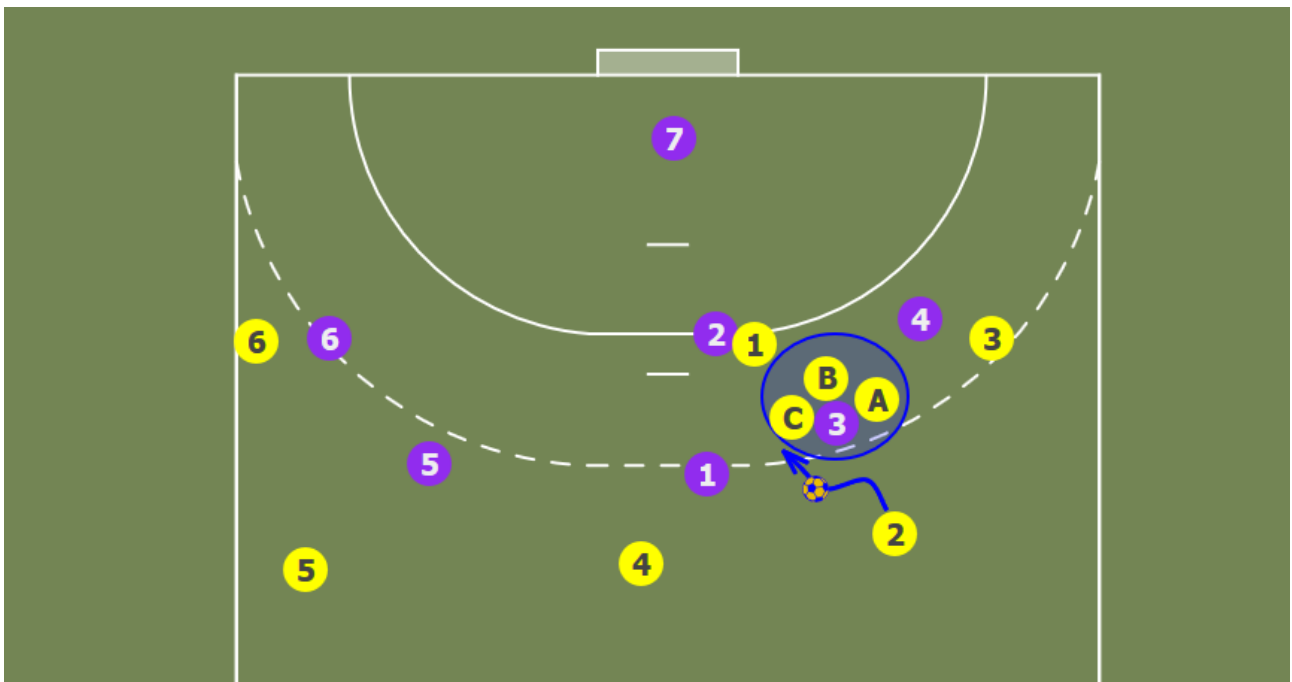
Sucht – z.B. bei Youtube – zwei oder mehr Videos oder Anleitungen – zum Thema „Sperre - Absetzen“ und „Zusammenspiel Rückraum - Kreisläufer“.

3. Was passiert ...

Ausgangssituation:



- RR (2) bekommt von RA (3) den Ball in den Lauf
- KM (1) entscheidet sich dafür, eine Sperre zu stellen



Frage: Wo sollte KM (1) die Sperre stellen – an A, B oder C ?

Weitere Fragen:

Der Verteidiger Vorne Mitte (Blau 1) entscheidet sich RR ebenfalls anzugreifen (2).

- Was ergeben sich für neue Möglichkeiten für RR? Welche davon wären erfolgversprechend?
 - Weiterspielen auf RM (4), der dann die Überzahlsituation ausnutzt
 - Gegen die Hand versuchen einen Zweikampf zu führen
 - Einen Rückpass auf RA (3) spielen
 - Werfen

Wie immer gibt es viele Lösungsmöglichkeiten. Stellt euch hier die Spielsituation selber nach:

<https://tactical-board.com>

