

Vorbildliche Teamleistung

Nach der Kritik aus dem letzten Spiel bemerkte man heute schon vor dem Anpfiff das unser Trainerfuchs Matthias mit seinen Trainerkollegen, unserer Mannschaft so eingeheizt hatte, dass sie schon mit Brust raus aus der Kabine kamen. Man spürte es regelrecht, dass jeder heute an seine Leistungsgrenze gehen würde. Schon die Körperhaltung war eine Kampfansage an die in der Tabelle besser platzierten Gastgeber. Es war schön, unsere Jungs von Anfang an auf dem Platz nicht nur spielen zu sehen, sondern auch wieder zu hören. Wir spielten uns langsam ein und Julius hatte auf seiner Seite einige Möglichkeiten in den Strafraum vorzudringen, wurde aber jedes Mal vom Gegner in die Zange genommen. In solchen Situationen bräuchte er jemanden der zuläuft und lautstark den Ball fordert. Wenige Sekunden später folgte ein gefährlicher Querpass des Gegners in unseren Strafraum. Der Ball kam Lenny Malz gefährlich nah, aber Lenny streckte sich und fegte den Ball aus der Gefahrenzone. Auch Bennit zeigte heute wieder vollen Einsatz, unglaublich engagiert und zweikampfstark scheint er seine Leistung von Spiel zu Spiel konstant gut bzw. sogar zu steigern und auch Rocco, der heute unseren rechten Rückraum absicherte und energisch ins 1:1 ging, zeigte tolle Leistungen. Rocco, genauso weiter, immer nachsetzen und im richtigen Augenblick weiterpassen. Aber auch der Rest der Mannschaft schien heute kompakter zu stehen. Wir waren die spielbestimmende Mannschaft und nach einem Freistoß für die Gastgeber wollten wir endlich Fakten setzen. Julius mit Rückpass auf Damiano, Damiano passt zu Bennit und Bennit hämmert den Ball zum 0:1 ins Tor. Da merkte man deutlich wie tief der Frust aus dem letzten Spiel steckte. Wir setzen den Gegner weiter unter Druck. Maurice setzt sich gekonnt im Mittelfeld durch, passt auf Julius und Julius zieht einfach mal ab. Genauso zeigt man dem Gegner wo es langgeht. Die hohe Einsatzbereitschaft zerrte natürlich auch an den Kräften unserer Jungs, aber unser Team schien wie beflügelt zu sein und biss die Zähne zusammen. Dann hieß es 0:2. Finn, der aus spitzem Winkel wieder eine geschmeidige Flanke direkt auf Tor schickte, konnte sich zwar leider nicht als Torschütze in die Liste eintragen, da der gegnerische Torwart noch die Fingerspitzen am Ball hatte, aber für uns Zuschauer war es wieder mal ein Traumtor von unserem Finn. 0:2, jetzt hieß es nicht nachlassen, sondern weiter das Tempo hochhalten und sich nicht auf zwei Toren ausruhen. Zur Halbzeit hörten alle den Trainern ganz genau zu und gingen gut eingestellt in die zweite Spielhälfte.

Nach einer Ecke für uns folgte ein Angriff des Gegners der fast zum Torerfolg führte, aber auch nur fast. Das zeigte uns aber, immer wach bleiben und selbst die Initiative ergreifen. In der nächsten Spielszene geht Julius wieder in Richtung Tor, wird aber von mehreren Gegnern bedrängt. Julius du bist viel zu weit gelaufen, einfach mal eher abziehen, nicht bis kurz vors Tor kämpfen, das kostet Kraft. Die nächste Möglichkeit hatte Eric, aber der Ball ging knapp am Tor vorbei. Lieber Eric, ich habe manchmal das Gefühl, dass du mit angezogener Handbremse spielst. Du hast viel mehr spielerisches Potential als du gerade zeigst. Du beweist es uns immer wieder in Momentaufnahmen. Deine Fußtechnik, deine Zweikampfstärke sind Klasse, aber du gibst zu schnell auf und setzt nicht nach. Lass dich fallen, konzentriere dich, du spielst in einer Mannschaft in der du ein wichtiges Mitglied bist. Lebe deine Leidenschaft, geh ran, setze nach und zünde das Feuer in dir, ich werde dich im Auge behalten.

Ganz wichtig und das gilt nicht nur für Eric, versucht eure Positionen zu halten. In der zweiten Halbzeit entstanden einige freie Räume, die der Gegner durchaus besser hätte nutzen können. Das Spiel verlagerte sich dadurch auf eine Seite und wurde immer hektischer. Wir mussten versuchen, erstmal wieder Ruhe ins Spiel zu bringen, am besten mit einem weiteren Tor.

In den nächsten Spielminuten stand allerdings nicht die fußballerische Leistung im Mittelpunkt, sondern ein Spieler der gegnerischen Mannschaft und es machte uns langsam sauer das der Schiri nicht frühzeitig eingriff. Ich möchte solche unfairen Spieler eigentlich gar nicht in meinen Berichten erwähnen, aber der Spieler aus Calbe lässt mir gar keine andere Wahl. Nicht nur, dass er übertrieben

aggressiv an den Gegenspieler ging, nein er teilte auch noch verbal unterirdisch aus. Die Worte die er gegenüber unseren Spielern äußerte, möchte ich lieber nicht wiederholen. Liebe Nr..... (du weißt wer gemeint ist), so bleibst du uns nicht als fairer Sportsmann im Gedächtnis sondern als ein Spieler der sich sportlich wie verbal nicht im Griff hat und auf jegliche Fairness sch.....! Ich glaube damit schadest du deinen tapfer kämpfenden Mitstreitern, denn ihr seid eigentlich eine starke Mannschaft. Soll man sich an eine starke Mannschaftsleistung erinnern oder nur an einen einzigen unfaireren Spieler? Denk mal darüber nach. Unsere Mannschaft schweißte es noch mehr zusammen und wir antworteten mit Leistung nicht mit verbalen Gegenäußerungen, denn aus dem Alter sind wir fast raus ☺. Nach einem Pass von Maurice auf Eric erhöht dieser zum verdienten 0:3. Dann hieß es wieder für Eves, Antritt zum Freistoß, der Ball kommt zu Eric, dieser passt weiter auf Maurice und es steht 0:4. Zum Schluss vereitelt Niklas nochmal eine Chance für Calbe, dann war das heutige Spiel beendet. Trotz aller Euphorie am heutigen Tag, haben wir noch einiges zu verbessern. Lenny Malz muss daran arbeiten, klare und deutliche Ansagen zu machen, andere müssen daran arbeiten ihre Position zu halten und die Fitness bleibt weiter ein Thema. Aber da sind wir ja dran, deshalb nochmal zur Erinnerung, am Mittwoch ist Joggen angesagt. Ich spüre eure Vorfreude. In diesem Sinne: Sport frei.

Kleines Fußball Lexikon: Fußball-Fitness

Grundlage hierfür ist Motivation und Durchhaltevermögen. Auf gut Deutsch, mit Freude trainieren und die Arschbacken zusammenkneifen. Während eines Fußballspiels sprinten Spieler ca 800-1.200 Meter, ändern alle 5 Sekunden ihre Laufrichtung und beschleunigen 40-60 Mal. Auf Dauer bringt Dich ein Trainingsmix aus Ausdauer- und Intervalltraining auf Spitzenniveau. Zusätzlich sollte man immer gut ausgeschlafen sein und auf seine Ernährung achten. Sollte Dich vor dem Sport das Hungergefühl überkommen, denke daran, dass Du mit vollem Magen weniger motiviert bist, schneller müde wirst und außerdem deutlich weniger Kraft hast. Ein voller Magen führt schlicht und einfach dazu, dass Deine Leistung sinkt. Statt Dir also den Magen vollzustopfen, setze lieber auf leichte Kost, um Dein Hungergefühl zu stillen. Dazu gehören Tee, Wasser, Obst, Gemüse, Müsli, eine Scheibe Brot oder Vollkornprodukte. Das alles natürlich in Maßen statt in Massen.