

INFORMATION FÜR TORHÜTER

Betr.: Teilnahme von Torhütern an Trainingsmaßnahmen von Eishockey Service Uwe Roosen

Torhüter können an unseren angebotenen Einzel- und / oder Kleingruppen- trainingsmaßnahmen teilnehmen.

Da in unseren normalen Technikeinheiten für Feldspieler, das sind aktuell rd. 90 - 95 % der angebotenen Trainingseinheiten, kein spezielles Torwarttraining angeboten wird, sondern der Torhüter die Hauptaufgabe hat Torschüsse abzuwehren, haben wir uns dazu entschlossen für Torhüter in den technischen Kleingruppentrainingsseinheiten einen Preisnachlass von 25% zu gewähren.

Wir erhoffen uns durch diese Neuregelung, dass Zug um Zug auch Torhüter regelmäßig an unseren Trainingseinheiten teilnehmen werden. Dies hat den Vorteil, dass der Torabschluss für die Feldspieler noch interessanter und schwieriger wird.

Wir halten diese Regelung für sehr sinnvoll und gerecht, da Torhüter trainingstechnisch nicht so viel von den Technikeinheiten profitieren wie Feldspieler. Der Lernerfolg ist zwar auch für teilnehmende Torhüter gut, aber geringerer als bei den teilnehmenden Feldspielern.

Wie läuft für Torhüter eine technische Feldspielertrainingseinheit ab?

Das hängt von den Trainingsinhalten der Trainingsstunde ab!

Startet das Training zum Beispiel mit einem „Powerskatingprogramm“ für Feldspieler, so kann der Torhüter am Trainingsprogramm der Feldspieler teilnehmen. Alternativ kann der Torhüter sich auch eigenständig im Torraum aufwärmen mit „Durchführung von Torwartlaufwegen / Torwartpowerskating wie z.B. T - Push, X - Push, Butterfly, Butterflyslide, Backsidepush, u.s.w.“. Entsprechende Torhütervideos können zur Verfügung gestellt werden. Nach der Powerskatingeinheit für Feldspieler erfolgen dann technische Spielerübungen mit Torabschluss.

Startet das Trainingsprogramm sofort mit technischen Spielerübungen inkl. Torabschluss, dann beginnen die „Schüsse“ bzw. der „Torabschluss“ sofort.

Trainingseffekte und Vorteile für teilnehmende Torhüter?

Torhüter werden eine Vielzahl von Schüssen, je nach Trainingseinheit und Buchungen meist mit guter bzw. sehr guter Schussqualität, auf das Tor bekommen. Ein Torhüter kann das „Abwehren von Schüssen“ besser trainieren, wenn er viele Schüsse mit möglichst guter Schussqualität auf das Tor bekommt. Je hochwertiger die Schüsse sind, desto größer ist der Trainingserfolg. Torhüter können sich so auf hochwertige „genaue und harte“ Schüsse- und gute Torabschlüsse vorbereiten. Darüber hinaus gibt es im Vergleich zum Vereinstraining grundsätzlich erheblich mehr Schüsse auf das Tor, in der Regel von ausschließlich „guten und motivierten“ Feldspielern.

Torhüter müssen sich zudem ständig konzentrieren, da meist innerhalb kurzer Zeit viele Schüsse auf das Tor abgegeben werden. Neben vielen schnellen Reaktionen ist auch der konditionelle Aspekt zu sehen. Zwischen 45 bis 60 Minuten „andauernd“ Schüsse mit höchster Konzentration abzuwehren erfordert eine hohe Aufmerksamkeit und auch gute Ausdauerwerte.

Die vorgenannten Trainingseffekte kommen definitiv der positiven schnelleren Weiterentwicklung der Torhüter zu Gute.

In der Vergangenheit haben auch immer wieder Torhüter aus höheren Spielklassen an den Einheiten teilgenommen. Der Trainingseffekt war lt. Auskunft der Torhüter bzw. der Torhütereltern gut/sehr gut.

Können Torhüter auch an Einheiten der „älteren Altersklasse“ teilnehmen?

Sofern es die Torhütereltern wünschen und schriftlich mitteilen, können Torhüter auch an Trainingseinheiten der „darüber liegenden“ Altersklasse teilnehmen. Hier ist allerdings zu berücksichtigen, dass dann „harte/sehr harte“ Schüsse auf das Tor abgegeben werden (gemessen am Alter der Torhüter). Torhütereltern müssen ausdrücklich bestätigen, dass Sie eine entsprechende Teilnahme wünschen (auch unter Berücksichtigung der Risiken)!

Trainingsgebührenberechnung für Torhüter:

Teilnahme an Kleingruppentrainingeinheiten (ca. 90 – 95% der angebotenen Einheiten) – Preisnachlass 25%

Bei den speziellen Kurskennzeichnungen wie Torabschluss- / Schusstraining, Kleinfeldspiele „technisches „Spieltraining“ / „Pondhockey“, und speziellem Torwarteinzeltraining werden auch bei Torhütern „normale“ Trainingsgebühren fällig, da Torhüter in diesen Einheiten den gleichen Lernerfolg wie Feldspieler haben. Diese Kurse sind aber speziell gekennzeichnet.

Sollten Sie hierzu Fragen haben, einfach eben bei uns melden.

Bei der Trainingsgebührenregelung (normales Kleingruppentraining) der Feldspieler werden Torhüter nicht einbezogen, sondern gesondert betrachtet.

Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Kontakt:

Uwe Roosen
Eishockey Service - Personal Coach
Eishockeyprivat- und Techniktrainer
Telefon: +49(0)160-95206629
Telefon: +49 (0)2303-3341761 (*)
E - Mail:uwe.roosen@t-online.de
Homepage: <http://www.uweroosen.de/>
(*) Handyweiterleitung zu Ihrem Festnetztarif