

# Faszination Faustball im Rheinischen Turnerbund...

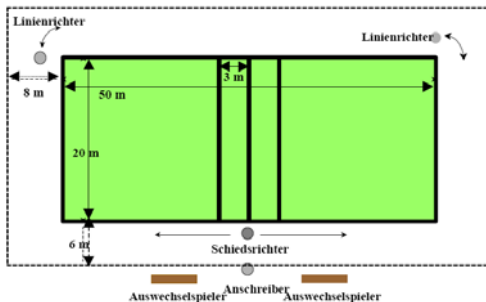


... bietet Dynamik, Action, Emotionen, Athletik und Spannung in der Halle und auf dem Feld.

## Was ist Faustball?

Faustball ist ein Rückschlagspiel, bei dem 2 sich gegenüberstehende Mannschaften versuchen den Ball im gegnerischen Feld so unterzubringen, dass ihn der Gegner nicht erreicht.

Das ist die grobe Spielidee unseres Sports. Das klingt wie Volleyball? Stimmt allerdings, denn Volleyball stammt ursprünglich vom Faustballsport ab. Allein die Umsetzung unterscheidet uns von der etwas bekannteren Sportart, denn beim Faustball darf der Ball auf dem 50 x 20m großen Spielfeld vor jeder Berührung einmal auftippen.



Im Sommer wird Faustball auf Rasen und im Winter in der Halle, dann auf dem etwas kleineren Handballfeld, gespielt. Durch die Größe des Spielfeldes entsteht also eine viel größere Spielfläche, die jeder Akteur abdecken muss und damit ein allgemein höherer Laufaufwand als beim Volleyball.

Nur 5 Spieler pro Team stehen auf dem Feld. Das Netz, welches das Spielfeld in 2 Hälften teilt ist in 2m Höhe gespannt. Dadurch werden sehr schnelle Angriffsschläge mit dem ca. 360g schwereren Faustball ermöglicht. Bei Messungen mit Angriffsspieler wurden Geschwindigkeiten über 130km/h gemessen. Jeder Spieler hat eine seine feste Position. Sie darf zwar im Spiel beliebig vertauscht werden, doch dies ist eher unüblich, da meist jeder Spieler ein Spezialist auf seiner Position ist.

Der Ball darf zwischen jeder Berührung durch einen Spieler einmal auf dem Boden aufspringen, jedoch nur innerhalb des Spielfeldes. Pro Spielzug darf er von maximal drei unterschiedlichen Spielern berührt werden, muss dann aber spätestens durch den dritten Spieler über das Band zum Gegner zurückgespielt werden.

Der Ball wird bei der Abwehr und beim Zuspiel mit der Innenseite des ausgestreckten Unterarms gespielt, beim Angriff mit der Faust geschlagen. Berührt er die ausgestreckte Handfläche oder andere Körperteile als den Arm, wird es als Fehler gewertet. Nur ein Arm darf zum spielen des Balles benützt werden und jeder Spieler hat pro Spielzug nur eine Berührung.

## Zählweise

Gespielt wird nach Sätzen. Wenn eine Mannschaft einen Fehler macht, bekommt die andere einen Punkt, auch wenn sie keinen Aufschlag hatte. Die Mannschaft, die den letzten Fehler begangen hat, macht den nächsten Aufschlag. Ein Satz endet, sobald eines der Teams 11 Punkte erzielt hat und mit mindestens zwei Punkten in Führung liegt (also mindestens 11:9). Beim Stande von 11:10 wird der Satz automatisch verlängert, bis eines der Teams mit zwei Punkten in Führung geht oder zuerst den 15. Punkt erzielt (Sätze können demnach mit 15:14 enden). Die Anzahl der Gewinnsätze variiert je nach Spielklasse. In der 1. Bundesliga der Herren wird auf fünf Gewinnsätze gespielt. In der zweiten Bundesliga der Herren und in den Damen Bundesligen wird auf drei Gewinnsätze gespielt.

## Fehler

Als wichtigste Fehler (und damit Punkt für die gegnerische Mannschaft) werden gewertet:

- Der Ball oder ein Spieler berührt die Leine oder die Pfosten.
- Der Ball berührt außerhalb des Spielfelds den Boden.

- Der Ball berührt zweimal hintereinander den Boden, ohne dass eine regelgerechte Berührung durch einen Spieler dazwischen war.
- Der Ball wird seitlich an den Pfosten vorbei oder unterhalb der Leine ins gegnerische Feld gespielt. Er darf nur oberhalb der Leine und zwischen den gedanklich nach oben verlängerten Pfosten ins gegnerische Halbfeld gespielt werden.
- Mehr als drei Spieler einer Mannschaft berühren den Ball während eines Spielzuges (spätestens der dritte Spieler muss den Ball ins gegnerische Halbfeld befördern).
- Ein Spieler berührt zum zweiten Mal innerhalb eines Spielzuges den Ball. Wenn mehrere Ballberührungen stattfinden, müssen es jeweils unterschiedliche Spieler sein.
- Der aufschlagende Spieler berührt oder übertritt beim Aufschlag die 3-m-Linie (Aufschlaglinie).
- Der Ball berührt einen anderen Körperteil als den Ober- oder Unterarm oder die Faust. Ebenso wenig darf der Ball mit der Handfläche berührt werden.

## Angabe (Aufschlag)



Schlagkraft, Treffsicherheit und ein optimaler Bewegungsablauf sind notwendig, um die Angabe (auch Aufschlag oder Anschlag genannt) zur vollen Wirkung kommen zu lassen. Der Aufschläger versucht, einen direkten Punkt damit zu erzielen, oder wenigstens den Spielaufbau beim Gegner zu erschweren. Getroffen wird der Ball meist mit der Innenfläche der Faust. Die volle Wucht erreicht der Ball jedoch, wenn man ihn mit der zur Faust geballten Handkante trifft. Das Risiko zum Fehlschlag ist dabei größer, weil die Aufschlagfläche kleiner ist als bei der Innenfläche der Faust.

Eine Variante, die nur wenige beherrschen, ist der sogenannte *Rundschlag*. Der gestreckte Arm beschreibt eine runde Bewegung von hinten nach vorne, Treffpunkte sind der Innen-Unterarm oder die Faust-Oberseite. Die Flugbahn des Balles ist für den Gegner kaum vorherzusehen, und der Rundschlag erlaubt auch steil geschlagene Bälle auf die gegnerischen Angreifer.

Bei der Angabe muss der Schlagmann hinter der Aufschlaglinie (3-m-Linie) stehen. Nimmt er Anlauf, so muss die erste Bodenberührung unmittelbar nach der Ballberührung (bzw. bei einer gesprungenen Angabe die Landung) ebenfalls hinter der Linie erfolgen, sonst wird es als Fehlangebe gewertet. Außerdem muss der Ball bei der Angabe die Hand sichtbar verlassen (geworfen werden), er darf nicht aus der haltenden Hand weggeschoben werden, um beispielsweise den Gegner mit einem kurz über die Leine „geworfenen“ Ball zu überraschen. Dies zählt ebenfalls als Aufschlagfehler. Die Angabe bzw. der Aufschlag ist, wie bei vielen Ballspielen, oft reine Nervensache. Ist sie zu schlecht, erleichtert sie den Spielaufbau des Gegners. Auch kann bei zu hohem Risiko leicht eine Leinenberührung oder ein Ausball die Folge sein. Ein Aufschlag-Ass kann jedoch einer in Rückstand geratenen Mannschaft als Motivation dienen und führt dadurch nicht selten zu einer Wende im Spiel.

## Abwehr



Der Abwehrspieler bereitet mit gekonnter Deckungsarbeit den eigenen Angriff vor. Ohne gelungene Abwehr gibt es keinen starken Angriff. Ein guter gegnerischer Angriffsball ist kaum im Laufenden zu erreichen. Meist werden die letzten Meter im Hechtsprung zurückgelegt, um den Ball noch zu erreichen, bevor er zum zweiten Mal den Boden berührt. Ist dabei die Innenseite des Unterarms nicht genau hinter dem Ball, d. h. in der Flugbahn, springt der Ball unkontrolliert seitlich weg. Besonders gilt dies, wenn der Ball nass ist.

Auch die große Wucht eines Angriffsschlags herauszunehmen durch dosiertes Zurückziehen des Armes im Moment des Treffens ist eine Kunst, die nur wenige beherrschen. Zu einem guten Abwehrspieler gehören Gewandtheit, Schnelligkeit, Reaktionsvermögen, Sicherheit am Ball, Stellungsspiel sowie der Mut zum körperlichen Einsatz. Dieser unbedingte Einsatz jedes Spielers ist es, was die Dynamik des Faustballsports ausmacht.

## Zuspiel



Der Zuspieler oder Aufbauspieler beeinflusst wesentlich die Art des folgenden Angriffs. Er muss in der Lage sein, seinem Angriffsspieler aus jeder Position, innerhalb und außerhalb des Spielfeldes, den Ball präzise zuzuspielen (auch *stellen* genannt).

Wenn der Ball zwischen Zuspiel und Angriffsschlag aufspringen soll (indirektes Zuspiel), muss der Zuspieler ihn so berechnen, dass er nach dem Aufspringen seinen höchsten Punkt in ca. 2,50 bis 3 m Höhe möglichst in Leinennähe hat, weil er dann am wirkungsvollsten zu schlagen ist. Dabei muss die Bodenbeschaffenheit, Entfernung zur Leine und evtl. die Windrichtung ins Kalkül gezogen werden. Außerdem sollte der Ball idealerweise etwas Vorwärtsdrall haben, den der Angreifer zu seinen Gunsten ausnutzen kann. Es kann aber auch direkt aus der Luft zugespielt werden (direktes Zuspiel, auch *Schuss* genannt), wenn der abgewehrte Ball weit nach vorne zur Leine springt. Ein guter Angreifer ist ohne gutes Zuspiel nur die Hälfte wert.

## Angriff



Überdurchschnittliche Schlag- und Sprungkraft (die Bälle erreichen eine Geschwindigkeit von über 100 km/h), Blick für Schwächen im Stellungsspiel des Gegners sowie variables Leinenspiel und großes Schlagrepertoire sind die wesentlichen Merkmale eines guten Angreifers (Schlagmanns). Seine Aufgabe ist es neben dem Aufschlag, einen erfolgreich abgewehrten Ball für den Gegner unerreichbar zu schlagen und somit zu punkten. Er nutzt den Vorwärtsdrall eines gut gestellten Balles, um aus dem Anlauf im Sprung mit voller Wucht in die Lücken der gegnerischen Abwehr hineinzuschließen. Ideal ist es, wenn er dabei den Gegner über Art, Richtung und Geschwindigkeit des Angriffs möglichst lange im Unklaren lässt. Wie bei der Angabe hat er auch beim Angriffsschlag aus dem Spiel verschiedenste Variationsmöglichkeiten. Von seiner Spielweise und seiner Trefferquote hängen im besonderen Maße Erfolg oder Misserfolg seiner Mannschaft ab.

Eine Besonderheit gibt es beim Angriff in der Halle. Meistens ist der Auslauf neben dem Feld durch die Wände sehr eng begrenzt. Diesen Umstand macht man sich zunutze, indem der Zuspieler versucht, den Ball beim Zuspiel genau über die Leine zu legen, so dass der Schlagmann ihn durch einen Prellball vor die Füße der gegnerischen Angreifer gegen die Wand schlagen kann. Dabei darf der Angreifer über die Leine greifen, sie jedoch nicht berühren. Gegen diese Angriffsbälle gibt es keine echte Abwehrchance. Das einzige

Gegenmittel ist der Block. Hierbei versucht ein Spieler der verteidigenden Mannschaft, den auf die Leine gelegten Ball gleichzeitig bzw. noch vor dem angreifenden Spieler zu erreichen und somit den Prellball zu verhindern.

Da der blockende Spieler in der Abwehrkette fehlt, wird der verbleibende Vierer-Abwehrriegel auseinandergezogen. Der blockende Schlagmann kann sich aber auch in letzter Sekunde entscheiden, in die Abwehr zurückzukehren, weil er sieht, dass der gegnerische Ball schlecht zugespielt war. Das bedeutet für seine vier Mannschaftskollegen, sich innerhalb von Sekunden in die alte Abwehrposition zu begeben. Dazu gehört ausgeprägtes Spielverständnis und gute Abstimmung innerhalb der Mannschaft.

## Faustball national



In Deutschland sind 1. und 2. Bundesliga seit langem eingerichtet. Die Jugendbereiche sind in Minis, Jugend 14, Jugend 16 und in Jugend 18 untergliedert. Mädchen und Jungen spielen in getrennten Ligen. Bei den Minis (bis 12 Jahren) dürfen Mädchen und Jungen in einer Mannschaft miteinander spielen. Die Erwachsenen sind in Leistungs- und Altersklassen unterteilt. Im Jugend-, als auch im Altersklassenbereich werden Landesmeisterschaften, als auch Deutsche Meisterschaften durchgeführt.

Bei der Deutschen Jugendmeisterschaft der Landesverbände gehen die Auswahlmannschaften an den Start, um die erfolgreiche Nachwuchsarbeit in ihrem Verband zu präsentieren.

## Faustball international



Welt-, Europa- und Deutsche Meisterschaften, sowie Europapokal der Landesmeister dokumentieren heute den Leistungs- gedanken. Das moderne Faustball wird hauptsächlich in Europa und Südamerika gespielt, vereinzelt auch in Nordamerika, Afrika und Asien. Die meiste Verbreitung findet es in Ländern mit hohem deutschsprachigen Auswandereranteil. Führende Faustballnationen sind Deutschland (9x Weltmeister Männer, 3x WM Frauen), Brasilien (2x WM Männer), Österreich (1x WM Männer, 2x EM Männer, 2x Worldgames-Sieger Männer) und Schweiz (1x WM Frauen).

Weitere Faustballnationen sind: Italien, Argentinien, Chile, Paraguay, Uruguay, Kanada, Namibia, Tschechien, Dänemark, Japan, Indien, USA, Griechenland, Malta, Mexiko, Polen, Spanien, Taiwan, Ukraine und Ungarn. Faustball ist zwar nicht olympisch, aber seit Jahren bei den **World Games** vertreten. Der internationale Faustballverband (IFA) organisiert weltweit die Sportveranstaltungen der Faustballer.

## Zukunft



Neben bekannten Sportarten wie Fußball, Tennis oder Leichtathletik fristet der Faustballsport ein Randgruppendasein. Aus diesem Grunde ist auch nicht das „große Geld“ im Spiel, weshalb Faustball bei vielen als ein sympathischer und unbeeinflusster Sport gilt, bei dem es Spielern und Fans gleichermaßen um den Sport als solchen geht und nicht Gehälter den Ausschlag für Vereinszugehörigkeit geben.

Mit der Gründung der Deutschen Faustball-Liga (DFBL) im Jahr 2004 wurde ein Gremium geschaffen, um den Faustballsport zusätzlich zum DTB zu präsentieren und weiterzuentwickeln.

## Faustball im Rheinischen Turnerbund



Im Rheinischen Turnerbund ist Faustball organisiert durch das Technische Komitee Faustball. Ansprechpartner ist der TK-Vorsitzende Mario Lancioni. Weitere Informationen findet Ihr auf der Homepage [www.rtbfaustball.de](http://www.rtbfaustball.de) im Internet.

## Wichtige Faustball-Termine 2009 im Rheinischen Turnerbund

Datum	Zeit	was	wer	wo	
28.02. + 01.03.	14.00	RM	M35	TSV Bayer 04 Leverkusen	SH Fritz-Jakobi Kalkweg, 51315 Leverkusen
07.03. + 08.03.	14.00	RM	F35	TV Wanheimerort	SH Bertold Brecht Schule Am Ziegelkamp, 47259 Duisburg
21.03. + 22.03.	11.00	DM	M35	Leichlinger TV 1883 e.V.	SH Hauptschule Am Hammer, 42799 Leichlingen
28.03. .29.03.	11.00	DM	M45	TG 1881 Düsseldorf	SH Wimpfenerstraße 40597 Düsseldorf
18.04.	12.00	RTB	Jgd.	TK-Faustball im RTB	Sichtungsturnier für Jugendliche bis 14 Jahre
01.08. + 02.08.	11.00	DM	M60	TG 1881 Düsseldorf	Sportpark Südpark St.-Kapellen-Weg, 40225 D-dorf
12.09. + 13.09.	10.00	DM	Jgd.	offen	Jugend-DM der Landesverbände

RM Regionalmeisterschaft

DM Deutsche Meisterschaft