

Gerade bei engen Spielen machen die sogenannten „Special-Teams“ oft den Unterschied aus. Dementsprechend soll das Box- und Powerplay auch ausreichend trainiert werden.

Wie organisiert man ein erfolgreiches Powerplay?

Zwei „klassische“ Varianten haben sich durchgesetzt: Die Aufstellung mit „Point“ und die würfelförmige Aufstellung 2-1-2, wobei gute Mannschaften beide Varianten anwenden können. Oft ist es auch angebracht, während des Powerplays direkt und flexibel zwischen den beiden Systemen zu variieren.

Heute werden kaum mehr starre Laufwege und Spielzüge einstudiert. Vielfach verlassen sich Top-Spieler auf einige grundlegende Automatismen. Dass sich der Spieler im Zentrum, nach einem Pass auf den Spieler auf der Grundlinie, im hohen Slot anbietet ist beispielsweise ein solcher Automatismus. Noch immer werden so sehr viele Tore im Powerplay erzielt.

| Powerplay-Varianten und Beschrieb | Skizze (inkl. ideale Stockauslegung) |
|--|--------------------------------------|
| <p>Ziele/Möglichkeiten mit „Point“:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schnelles, direktes Pass-Spiel der drei „Rückraum-Spieler“ - Überlastung auf einer Seite und schneller Seitenwechsel - Pass auf Spieler hinter dem Tor zieht die Box zusammen - Direktabschluss oder Laufspiel der Spieler auf den „Shooter-Positionen“ - Pass von überlasteter Seite auf Spieler in der Mitte - Seitenwechsel des Spielers hinter dem Tor | |
| <p>Ziele/Möglichkeiten mit 2-1-2 Aufstellung („breit“)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alle fünf sind grundsätzlich Torgefährlich - Querpässe durch die Box - Pass in die Mitte - Diese Variante ist bei einer doppelten Überzahl (5:3) ideal - Platzwechsel der beiden „Shooter“ ermöglicht Direktabschluss nach Rückpass | |

Keypoints für ein erfolgreiches Powerplay

- Hohe Flexibilität auf jeder Position (-> Spieler in Bewegung!)
- Keine starre Position! Auch ein Verschieben der Position um einen Meter sorgt bereits dafür, dass sich die Box neu ausrichten muss.
- Jeder Spieler strahlt jederzeit Torgefahr aus (Körper Richtung Tor ausrichten und bereit für Abschluss)

- Box „müde“ spielen
- Hohes, sicheres Balltempo
- Gutes, schnelles Pass-Spiel
- Direkte Abschlüsse, oder gleich Gegenbewegung nach Seitenverlagerung
- Spieler auch nach Stockauslegung auf die Positionen verteilen (somit werden jeweils mindestens zwei Rechts- bzw. Linksausleger gebraucht)

Welche Spielertypen brauche ich für ein erfolgreiches Powerplay?

Point und „Shooter“-Positionen:

- Gute Schützen aus der Distanz (direkt und hart)
- Ballsicherheit
- Spielgestalter, die Tempo variieren können

Spieler auf Torlinie:

- Spielt oft letzten Pass, deshalb guter Passgeber
- Schlitzohrigkeit
- Ist auch für Abpraller zuständig

Spieler in der Mitte:

- Gute, schnelle Direktabschlüsse aus dem Slot
- Muss einstecken können
- Ist für Abpraller zuständig
- Nimmt Torhüter die Sicht

Was tun bei Ballverlust?

- Sofortiger Druck auf den ballführenden Spieler ausüben
- Manndeckung auf die restlichen drei Spieler
- Ballführenden Spieler abbremesen
- Ballführenden Spieler in Richtung Ecke oder Bande abdrängen, so dass er weniger Ausweichmöglichkeiten hat
- In Ecken und an den Banden doppelnd des ballführenden Spielers und Balleroberung
- KEIN FOULSPIEL!
- Variante: Ein Spieler für die Balleroberung (z.B. guter Zweikämpfer) wird eingewechselt

Tipps fürs Powerplaytraining?

Um Automatismen einzuüben soll das Powerplay vereinfachte Bedingungen vorfinden:

- Boxplay spielt ohne Stock
- Boxplay wendet den Stock
- Boxplay darf eine gewisse Zone nicht verlassen
- Boxplay spielt nur zu dritt
- Bei Ballgewinn durch die Box wird der Ball wieder zurück zum Powerplay gespielt (aber soll das Powerplay auch trainieren, wie man den Ball wieder erobert...)

Will man gewisse Automatismen im Training einüben, bleibt einem oft nichts anderes übrig als gegen die „eigene“ Box zu spielen. Das Problem ist, dass die eigenen Spieler die Spielzüge der Mitspieler mit der Zeit kennen. Deshalb ist es angebracht, Powerplaytraining immer wieder gegen andere Gegner zu machen. Warum nicht die Mannschaft, die nach dem eigenen Training in die Halle kommt, 15 Minuten früher aufbieten und danach noch Powerplay spielen?

Bei Kindern und Jugendlichen sind kleine Überzahl-Spielformen ins Training einzubauen (3:2, 2:1, 4:2 etc.). So lernen die Kinder spielerisch, wie sie sich in solchen Situationen verhalten sollen.

Bedeutung Powerplaytraining?

Powerplaytraining ist erst angebracht, wenn die Kinder technisch und taktisch genügend gut ausgebildet sind. Mit Kindern starre Überzahl-Spielzüge einzustudieren macht wenig Sinn. Hier kann man erste Überzahlsituationen auch gut mit zusätzlichen Pass-Stationen oder ins Spiel eingebauten „Jokern“ (immer bei der ballführenden Mannschaft) simulieren. Hier wird sich aber selten eine klassische Powerplay-Aufstellung ergeben. Je älter und besser die Spieler werden, desto mehr Kontur erhält das Überzahlspiel und dementsprechend soll auch mehr Wert auf das Powerplaytraining gelegt werden. Ein weiterer Grund weshalb bei Jugendlichen bis 16-jährig das Powerplaytraining vernachlässigt werden kann ist, dass es auf dieser Stufe weniger Strafen gibt.

Bei den Aktiven sind 10-15 Minuten Powerplaytraining pro Woche durchaus angebracht.