

SPORT - RATGEBER

FUSSBALL

◀ mit 5-Stufen-Plan zum Erfolg ▶

kicker

COPRESS
SPORT

Inhalt

Vorwort	7	Verschiedene Formen der Abwehr ..	100
Einleitung	9	Taktische Besonderheiten	101
Geschichte und Gegenwart	12	Der 5-Stufen-Plan zum Erfolg	105
Weltmeisterschaft	16	Ernährung	105
Europameisterschaft	22	Fitneß	108
Europapokal	23	Taktik	115
Europapokal der Pokalsieger	24	Technik	116
UEFA-Pokal	24	Mentale Vorbereitung	119
Deutsche Meisterschaft	25	Die großen Idole	120
Zeittafel	26	Jose Leandro Andrade	121
DFB-Pokal	27	Franz Beckenbauer	122
Die Ausrüstung	30	Bobby Charlton	124
Die Schuhe	30	Johan Cruyff	125
Die Trikots	33	Didi	127
Die Bälle	33	Ruud Gullit	128
Die Schutzausrüstung	34	Lew Jaschin	129
Regeln	36	Sepp Maier	130
Geschichtliche Entwicklung des		Diego Maradona	131
Regelwerks	36	Lothar Matthäus	133
Bestrebungen im Regelwerk	39	Sir Stanley Matthews	134
Step-by-step	42	Gerd Müller	135
Step-by-step – Anfänger	47	Pelé	136
Step-by-step – Fortgeschrittene	65	Michel Platini	138
Step-by-step – Leistungstraining	76	Ferenc Puskas	140
Technik und Taktik	81	Helmut Rahn	141
Die Taktik	81	Karl-Heinz Rummenigge	142
Die Entwicklung	82	Uwe Seeler	143
Das WM-System	84	Fritz Szepan	144
Das 4-2-4-System	86	Berti Vogts	145
Die modernen Systeme	88	Fritz Walter	146
Taktische Systeme und ihre		Dino Zoff	147
Erfolge	92	Testen Sie Ihr Wissen selbst	150
Die WM 1990		Anhang	157
setzt Zeichen	98	Quellen	157
		Literatur	157
		Register	158