

MTV Horst sucht Faustball-Interessierte

Faustball? Viele von Ihnen werden sich vermutlich fragen, was Faustball eigentlich ist. Für mich ist dieser Mannschaftssport die optimale sportliche Freizeitaktivität neben meiner beruflichen Bütrotätigkeit. Faustball ist zwar nicht olympisch, aber seit Jahren bei den World Games vertreten. 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.

Die Spielidee beim Faustball ist ein Rückschlagspiel, bei dem sich zwei Mannschaften auf zwei Halbfeldern gegenüberstehen, ähnlich wie beim Volleyball. Sie sind durch eine Mittellinie und eine Leine (5 cm breites netzartiges rot-weißes Band) getrennt, die zwischen zwei Pfosten in bis zu 2 m Höhe (je nach Altersklasse) gespannt ist. Es darf weder von einem Spieler noch vom Ball berührt werden; dies wäre ein Fehler.

Jede Mannschaft besteht aus fünf Spielern, die versuchen, einen Ball mit dem Arm oder mit der Faust für den Gegner unerreichbar in das andere Halbfeld zu schlagen.

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

Faustball ist kein saisonbedingter Sport. Im Sommer (Feldsaison) spielt man es im Freien auf dem Sportplatz (Feldgröße 50 x 20 m). Im Winter (Hallensaison) wird in der Halle gespielt, wobei dann das eingezeichnete Handballfeld als Spielfläche benutzt wird (Feldgröße 40 x 20 m).

Suchen Sie doch einmal im Internet nach „Faustball“, Sie werden staunen, wie viel Bewegung in diesem schönen Ball- und Mannschaftssport steckt. Rufen Sie veröffentlichte Videos ab und machen Sie sich ein Bild von dieser Sportartszene.

Übrigens kann Faustball im jugendlichen wie auch bis ins hohe Alter gespielt werden. Zur Verstärkung der Faustballabteilung sind bei uns alle weiblichen und männlichen Interessenten herzlich willkommen!

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann schauen Sie doch einmal bei uns rein, denn wer nicht wagt, der nicht gewinnt...!

Trainer/ Jörg Kilbienski
Telefon (04121) 50560

Leitung/ Annegret Ahrens
Telefon (04126) 8 63
Internet: www.mtv-horst.de

Wo wird trainiert?

Winter (Hallensaison)

In Horst, Sporthalle der Jacob-Struve-Schule
Heisterender Weg 19 (September bis April)
Wer trainiert wann?

Frauen

Montag 20.15 bis 22.00 Uhr

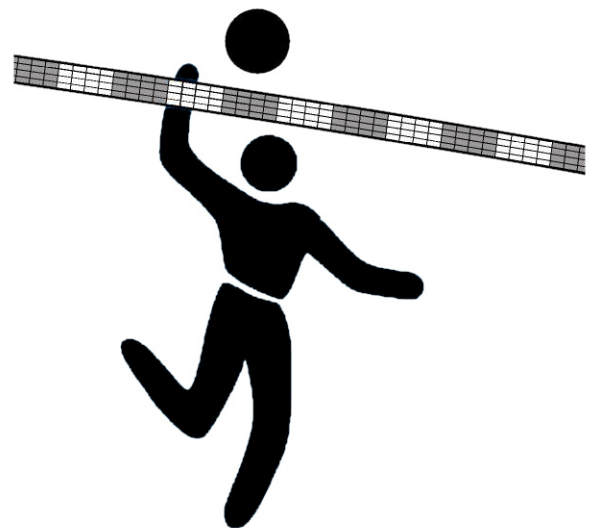
Männer

Dienstag 18.30 bis 20.30 Uhr

Sommer alle Mannschaften (Feldsaison)

In Horst, Stadion an der Jacob-Struve-Schule
(April bis September)

Dienstag 18.00 bis 20.30 Uhr

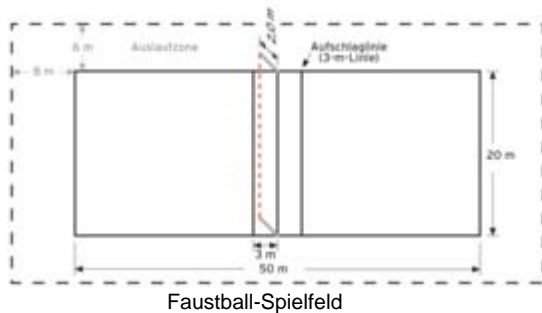


FAUSTBALL



MTV Horst sucht Faustball-Interessierte

Spielfeld



Beim Feldfaustball ist die Spielfeldgröße auf 50 x 20 m festgelegt (25 x 20 m pro Halbfeld). Beim Hallenfaustball sieht die Regel ein kürzeres Feld von 40 x 20 m vor (20 x 20 m pro Halbfeld). Da dies der regulären Größe eines Handballfeldes entspricht, werden für gewöhnlich die dafür vorhandenen Außenlinien genutzt. Die Aufschlaglinie ist jeweils 3 m von der Mittellinie entfernt. Sie darf beim Aufschlag nicht berührt werden. Die Linien gehören zum Feld, d. h. wenn der Ball die Linie berührt, ist dies kein Fehler und es wird weitergespielt.

Die Leine oder das Band ist zwischen zwei Pfosten gespannt. Die Oberkante befindet sich in 2 m Höhe (Männer) bzw. 1,90 m (Frauen). Für die D-Jugend (bis 12 Jahre) beträgt die Leinenhöhe 1,60 m, bei der C-Jugend (bis 14 Jahre) 1,80 m. Zum Spielfeld gehört auch eine Auslaufzone, die im Freien eingezeichnet ist (8 m nach hinten, 6 m an den Seiten), in der Halle jedoch durch die Wand bzw. Tribünen begrenzt wird (Minimum: 1 m nach hinten und 0,5 m an den Seiten).

Die angegebenen Feldabmessungen gelten für den Erwachsenenbereich, für den Jugendbereich gehen sie aus dem Regelwerk hervor.

Ball

Der Faustball ist hohl, luftgefüllt und besteht aus Leder. Er muss gleichmäßig rund und straff aufgepumpt sein. Für das Spiel in der Halle und für verschiedene Witterungen im Freifeld bietet der Handel Bälle mit unterschiedlichen Oberflächen an (z. B. Naturleder, Kunststoffüberzug, gummierte Oberfläche).

Sein Gewicht kann variieren zwischen 320 – 350 gr (Frauen) und 350 – 380 gr (Männer). Sein Umfang muss 65 – 68 cm betragen, sein Luftdruck zwischen 0,55 und 0,75 bar liegen. Er ist damit in etwa so hart wie ein Wettkampffußball (0,6 – 0,7 bar) und etwas härter als ein Volleyball (0,29 – 0,32 bar). Auch sein Umfang ist ähnlich dem eines Fußballs bzw. Volleyballs.

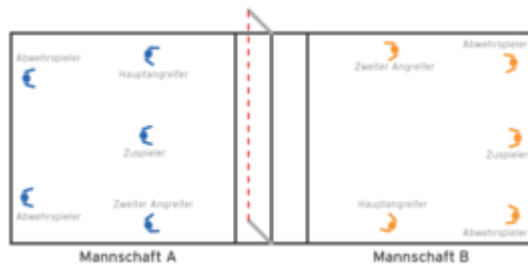
Der Ball kann bei einem satten Angriffsschlag 100 – 120 km/h erreichen. Die Pflege und Präparation der Bälle kann beim Faustball von entscheidender Bedeutung sein. Je nach Spieltaktik versucht ein Team, seine Bälle besonders schnell oder langsam bzw. härter oder weicher im Rahmen der regeltechnischen Grenzen vorzubereiten. Jede Mannschaft hat das Recht, eigene (regelkonforme) Bälle für ein Spiel zu stellen. Das Recht, den Spielball auszuwählen, wird per Losentscheid vor dem Spiel ermittelt und wechselt nach jedem Satz.

Auf internationalen Meisterschaften werden heutzutage immer öfter einheitliche Bälle vom Veranstalter gestellt, um die Chancengleichheit für alle Teams zu gewährleisten.

MTV Horst sucht Faustball-Interessierte

Im Jugendbereich kommen andere Balldimensionen (vor allem geringere Gewichte) zum Einsatz, siehe dazu die Regelwerke.

Spieler - Aufstellung



Aufstellung im Feld (A) und in der Halle (B)

Im Gegensatz zum Volleyball, wo die Spieler rotieren und nach jedem Aufschlagwechsel eine andere Position einnehmen, hat im Faustball jeder Spieler 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. Ein weiterer Unterschied zum Volleyball ist der, dass das Faustball-Spielfeld viel größer ist, eine Faustballmannschaft jedoch einen Spieler weniger hat als eine Volleyballmannschaft, wodurch jeder einzelne Spieler viel mehr Raum abdecken muss, um Bälle zu erlaufen. Allerdings darf der Ball zwischen jeder Berührung eines Spielers einmal auf dem Boden aufspringen.

Abhängig vom Untergrund (Halle oder Rasen, langsamer oder schneller Boden, z. B. bei Nässe) ändert sich die Aufstellung. In der Abbildung sind zwei unterschiedliche Aufstellungen zu erkennen:

Mannschaft A zeigt die typische Aufstellung in der Feldsaison (*W-Form*). Der Zuspieler deckt das vordere Mittelfeld ab, um kurz gespielte Bälle direkt hinter die Leine erlaufen zu können. Allerdings muss er dabei in Kauf nehmen, dass er bei geradlinigen, harten Angriffsschlägen durch die Mitte nur eine kurze Reaktionszeit zur Abwehr hat.

Mannschaft B zeigt die typische Hallenaufstellung (*U-Form*). Da der Ball in der Halle eher berechenbar ist und somit kurze Angriffsbälle nicht so effektiv sind, zieht sich der Zuspieler an die hintere Auslinie zur Abwehr zurück. Allerdings hat er dabei das größte Laufpensum zu leisten, da er immer wieder zum Zuspiel nach vorne laufen muss.

Auf internationalem Niveau wird auch im Feld meist in der U-Form gespielt, da sie gegen harte Angriffsbälle bessere Abwehrmöglichkeiten bietet, die Spieler jedoch genügend Grundschnelligkeit besitzen, um kurz in die Mitte geschlagene Bälle noch erlaufen zu können.

Eine seltene und eher im Spitzenbereich vorkommende Aufstellungsvariante ist die V-Form, die vor allem bei nassem Rasen angewendet wird. Hierbei steht der Zuspieler (Mittelman) hinter der Grundlinie und die beiden Abwehrspieler rücken schräg zu einem V nach vorne. Da scharf geschlagene Angriffsbälle auf nassem Rasen unkontrolliert flach wegrutschen, hat man in der V-Form die Möglichkeit, solche Bälle direkt aus der Luft abzuwehren.

Eingewechselt werden darf beliebig auf jede Spielposition, aber nur bei eigenem Aufschlag, bei einer Auszeit, wobei jede Mannschaft pro Satz eine Auszeit von 30 Sekunden in Anspruch nehmen kann, oder bei jeder Unterbrechung durch den Schiedsrichter.