

Wann ist der richtige Zeitpunkt? Mut zum frühen Time-Out

Ein Time-Out an der richtigen Stelle kann manchmal Gold wert sein! Das Spiel droht zu kippen, doch man bringt den Gegner mit der Spielunterbrechung aus dem Konzept und kann seine Taktik noch einmal anpassen. Damit ist die Auszeit eine wichtige Waffe, die man nicht unüberlegt verschwenden möchte und möglichst lange zurückhält. Doch dieses Zögern ist oft alles andere als zielführend. Über den richtigen Zeitpunkt für Ihr Time-Out lesen Sie im aktuellen Trainingstipp!

"Hier wird Ihnen geholfen" - Professionelle Tischtennisschulen im Überblick

- JOOLA TT-Schule Zugbrücke Grensau, Individuell & Intensiv mit A-Lizenz Trainer Anton Stefko
www.zugbruecke.de
- Mobiles Trainerteam TT-Schule TeTaKo (Trainingslager, -tage, Einzelbetreuung) Marco Fehl (Dipl. Sportlehrer & A-Lizenz) Hessen, Sachsen & überall, www.tetako.de
- Tischtennisschule Qiu Hong in 72636 Frickenhausen und 18181 Graal-Müritz,
www.tischtennisschule.biz

Welcher Spieler/Trainer kennt die Situation nicht, dass ein Spiel kippen könnte und man noch ein Time-Out hat? Doch was soll man nun am besten tun? Nimmt man die Auszeit? Dann ist sie weg. Oder nimmt man sie besser noch nicht und verwahrt sie für einen späteren Zeitpunkt? Viele Spieler/Trainer, speziell solche, die auf Kreis-, Bezirks- und Landesebene spielen/betreuen, zögern in diesem Fall und nehmen kein Time-Out. Oder sie entscheiden sich zu völlig unsinnigen Zeitpunkten (z.B. bei 0:2 und 1:7 statt zu einem früheren Zeitpunkt im Spiel) für die Spielunterbrechung.

Eindeutige Time-Out-Situationen

Wie viel Sinn ein Time-Out macht, kann vorher nie gesagt werden. Schließlich darf sich der Gegner auch beraten lassen, und es ist nicht gesagt, dass es nach einem Time-Out tatsächlich besser läuft. Dennoch gibt es einige Situationen, in denen sich Time-Out besonders anbietet.

Am eindeutigsten gilt dies für Spielsituationen, in denen man selbst/der betreute Spieler eine hohe Führung verspielt. Der Gegner kommt beispielsweise von 3:9 auf 6:9 heran und spielt immer besser, während man selbst/der eigene Spieler immer unsicherer wird. Hier bietet sich ein Time-Out ganz klar an. Zu einer anderen Einschätzung kann man kommen, wenn es einfach drei Glücksbälle waren. Klare Fälle sind auch solche Situationen, in denen der betreute Spieler eindeutig eine falsche Taktik spielt und es selbst nicht merkt. Wenn er zum Beispiel immer kurz mit Unterschnitt aufschlägt und der Gegner jedes Mal mit Flip punktet.

Lernen Sie, das Spiel zu lesen

Für sinnvolle Time-Outs muss man das Spiel lesen können. Wann kippt es? Ob dann bei 4:5, 5:5 oder 6:5 ein Time-Out genommen wird, ist nicht in jedem Fall wichtig. Hier ergibt sich das Problem, dass sich das nur anhand der psychischen Situation des Spielers bzw. am Spielverlauf beurteilen lässt. Ein schönes Beispiel für ein vermeintlich 'unsinniges' Time-Out sind Spielverläufe, die sich etwa so entwickeln: Zunächst liegt man 1:6 zurück, holt dann zum 5:6 auf, der Gegner spielt einen glücklichen Ball zum 5:7, dann wird ein Time-Out genommen und der eigene Spieler wird rausgebracht.

Nachher ist man immer schlauer. Hätte man das Time-Out vielleicht doch früher nehmen sollen? Das größte Risiko, das man eingeht, wenn man das Time-Out nimmt, ist, dass man es nachher nicht mehr hat. Hiervor haben viele Angst. Aber was ist besser: Die Chance auf einen Satzgewinn oder bei 0:2 und 1:7 noch ein Verzweiflungs-Time-Out? Hier sei jedem Spieler/Trainer geraten, nach dem Spiel zu hinterfragen, ob ein Time-Out an anderer Stelle nicht eventuell sinnvoller gewesen wäre.

Auch die individuelle Psyche des Spielers spielt eine große Rolle: So gibt es Akteure, die nie einen 1:5-Rückstand aufholen werden, für andere ist das kein Problem. Je häufiger ein Trainer betreut, desto besser wird sich sein Gespür dafür entwickeln, wann man Time-Outs nehmen kann. Nimmt man sie eher früh im Satz, mit dem Hintergrund, dass bei einem 2:4 noch nicht viel passiert und man die komplette Taktik noch umstellen kann? Oder nimmt man die Auszeit beim 8:9? Diese Fragen muss man beantworten – und dabei immer den Spielverlauf sowie das Verhalten des eigenen Spielers im Auge behalten. Wenn der Trainer Verantwortung übernimmt und nach einem negativen Ergebnis dieses reflektiert, dann ist jeder auf einem guten Weg.

Wer nimmt das Time-Out? Der Spieler oder der Trainer?

Mit dieser Frage ist nicht die Regelauslegung gemeint, sondern die Praxis. Häufig wird das Time-Out vom Trainer genommen, manchmal auch vom Spieler. Über die Vor- und Nachteile sollte man sich Gedanken machen und zumindest mit dem Spieler klare Absprachen treffen. Für das Time-Out des Trainers spricht, dass er von außen Situationen anders beurteilen kann. Wer selber spielt, kennt das Gefühl, dass er zu keinem klaren Gedanken in der Lage ist. Für das Time-Out des Spielers spricht, dass er hier selbst Verantwortung für sein Spiel übernimmt. Ob er das in jeder Situation kann, ist etwas anderes. In solchen Situationen muss dann der Trainer aktiv werden und handeln: entweder durch ein Time-Out oder bei einem unwichtigen Wettkampf durch das bewusste Weglassen des Time-Outs mit anschließender Besprechung.

Auf Kreis-, Bezirks- und Landesebene werden, wie eingangs erwähnt, noch viel zu wenige Time-Outs rechtzeitig im Spiel genommen. Haben Sie mehr Mut zur frühzeitigen Auszeit! Der frühe Vogel fängt den Wurm!



Weiterreichende theoretische Hintergründe finden Sie in den Fachzeitschriften TTL und Trainerbrief bzw. im Downloadbereich des VDTT (www.vdt.de).

Autor: Florian Jacobi/Achim Krämer