

# Book4Players Kreisauswahl

Informationen für  
Kreisauswahlspielerinnen

# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## Infos zur Kreisauswahl:

- a) Einführung
- b) Wie kommt man zur Kreisauswahl
- c) Wen suchen wir für die Regionalauswahl

## 1. Was ist die Kreisauswahl

### a) Einführung

- Die Kreisauswahl ist die erste Sichtungsstufe im Westdeutschen Volleyball-Verband
- Beim Kreisauswahlturnier am 08.02.2026 sichten die Regionaltrainer und Landestrainer die Regionalauswahl Jahrgang 2013/2012
- Die Regionalauswahlen spielen dann am 03.10.2026 das Regionalauswahlturnier
  - Im Rahmen dessen wird der Landeskader 2013/2012 nominiert
- Aufgrund einer Jahrgangsumstellung im DVV liegt der Sichtungsschwerpunkt für uns klar auf dem Jahrgang 2013
  - Top-Talente aus dem Jahrgang 2012 werden in der Förderung trotzdem mitgenommen

# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. **Was ist die Kreisauswahl**
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## Infos zur Kreisauswahl:

- a) Einführung
- b) Wie kommt man zur Kreisauswahl**
- c) Wen suchen wir für die Regionalauswahl

### **b) Wie kommt man zur Kreisauswahl**

- Kreise mit Kreisauswahl: Vereinstrainer schicken Spielerinnen ins Kreisauswahltraining/zur Kreisauswahlsichtung
- Kreise ohne Kreisauswahl: Kontaktaufnahme mit den Regionaltrainern der Region
  - Region Westfalen-Nord: [regionaltrainer-nord@volleyball.nrw](mailto:regionaltrainer-nord@volleyball.nrw)
  - Region Westfalen-Ost: [regionaltrainer-ost@volleyball.nrw](mailto:regionaltrainer-ost@volleyball.nrw)
  - Region Rheinland: [regionaltrainer-rheinland@volleyball.nrw](mailto:regionaltrainer-rheinland@volleyball.nrw)
  - Region Ruhr: [regionaltrainer-ruhr@volleyball.nrw](mailto:regionaltrainer-ruhr@volleyball.nrw)
  - Region Süd: [regionaltrainer-sued@volleyball.nrw](mailto:regionaltrainer-sued@volleyball.nrw)
- Die genauen Abläufe und Kommunikationswege im Rahmen der Kreisauswahl liegen bei den Volleyballkreisen

# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

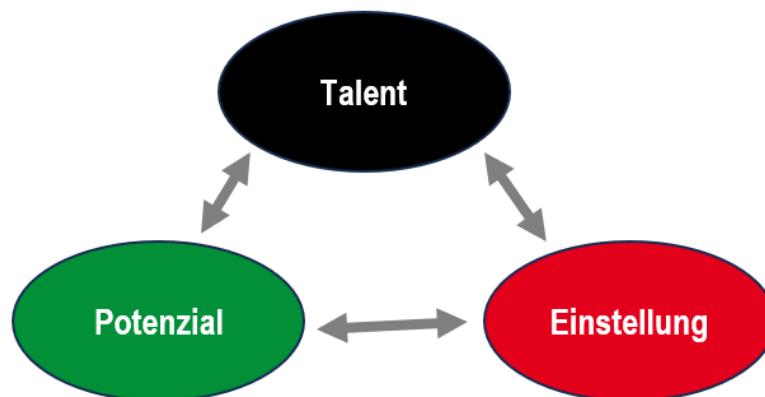
1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## Infos zur Kreisauswahl:

- a) Einführung
- b) Wie kommt man zur Kreisauswahl
- c) **Wen suchen wir für die Regionalauswahl**

### **c) Wen suchen wir für die Regionalauswahl**

- Spielerinnen mit Talent
  - Kurz gefasst: Wie gut bist du jetzt bereits?
    - **Talente** haben einen Vorsprung in einem oder mehreren Bereichen gegenüber gleichaltrigen Spielerinnen
- Spielerinnen mit Potenzial
  - Veranlagungen, Begabungen, Fähigkeit und Wille zu lernen
  - Spielerinnen müssen über Jahre hinweg hart an sich arbeiten, damit ihr **Potenzial** sich entwickeln und zur Geltung kommen kann!
- Spielerinnen mit Einstellung
  - Ausdauer und Beharrlichkeit, Einstellung zum Training, Verhalten im Athletiktraining, Volleyball „leben“ und Wille zu gewinnen
  - **Einstellung** ermöglicht es einer Spielerin mit **Potenzial** dieses zu entfalten!
  - **Einstellung** erlaubt es dem **Talent** seinen Vorsprung möglichst lange zu halten!



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## Infos zur Kreisauswahl:

- a) Einführung
- b) Wie kommt man zur Kreisauswahl
- c) **Wen suchen wir für die Regionalauswahl**

**Folgende Spielertypen würden wir gerne im Rahmen der Kreis- und Regionalauswahltrainings in unseren Trainingseinheiten begrüßen:**

- Motivierte Lernerinnen
  - Überdurchschnittliche Auffassungsgabe
  - Fähigkeit und Wille Korrekturen umzusetzen
  - Zuverlässigkeit und Trainingsfleiß
- Überdurchschnittlich große Spielerinnen
  - Überdurchschnittlich Große Spielerinnen
  - Spielerinnen mit sehr großen Eltern, auch wenn die Spielerin selbst noch nicht den Wachstumsschub hatte
  - Bei diesen Spielerinnen ist das aktuelle technische und taktische Level sowie ihr Trainingsalter für uns als Landestrainer noch nicht von Bedeutung – bitte schickt diese Spielerinnen!
- Aktuell leistungsstarke Spielerinnen
  - Sehr gutes taktisches Verständnis
  - Sehr gutes technisches Level ([siehe Technikleitfäden WVV!](#))
  - Sehr gute Ballkontrolle

# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. **Spielsystem Kreisauswahl**
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## 4:4 im „WVV-System“:

- a) **Regeln und Sonderregeln**
- b) Grundaufstellung
- c) Aufschlag
- d) Annahme
- e) Angriffsaufbau aus der Annahme
- f) Block und Feldabwehr
- g) Angriffsaufbau aus der Abwehr

## **2. Spielsystem Kreisauswahl**

### **a) Regeln und Sonderregeln**

- Das „WVV-System“ soll euch auf die späteren Sichtungsturniere für die Regionalauswahl und den Landeskader vorbereiten
- Spiel 4:4
- Spielfeld 8x8 m, Netzhöhe 2,10 m
- Spiel mit dem U13 – Spielball (Leichtball)
- Driveaufschlag ist verpflichtend
- Der Driveaufschlag erfolgt aus dem Feld
  - Um dies zu kompensieren, darf die Zuspielerin mit dem Anwurf des Aufschlags loslaufen
- Position IV und II sind Vorderspielerinnen
  - Trotzdem darf Position I zweite Bälle über der Netzkante angreifen!



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

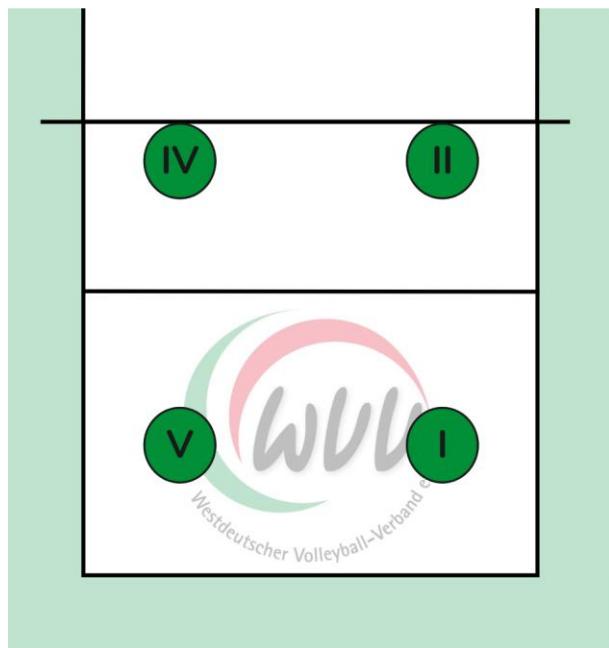
1. Was ist die Kreisauswahl
2. **Spielsystem Kreisauswahl**
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## 4:4 im „WVV-System“:

- a) Regeln und Sonderregeln
- b) Grundaufstellung**
- c) Aufschlag
- d) Annahme
- e) Angriffsaufbau aus der Annahme
- f) Block und Feldabwehr
- g) Angriffsaufbau aus der Abwehr

## **b) Grundaufstellung**

- Die Positionen sind so nummeriert, wie später im 6:6 – es fehlen hier also die Spielerinnen auf Position III und VI
- Planmäßig spielt die Spielerin auf Position I zu
- Spiel mit zwei Angreiferinnen vorne (IV und II) sowie einer Angreiferin hinten (V)
- Eine **Sonderregel**: Die Spielerin auf der I („Zuspielerin“) darf den zweiten Ball über Netzkante angreifen



# Book4Players Kreisauswahl

## **Themenfelder Kreisauswahl:**

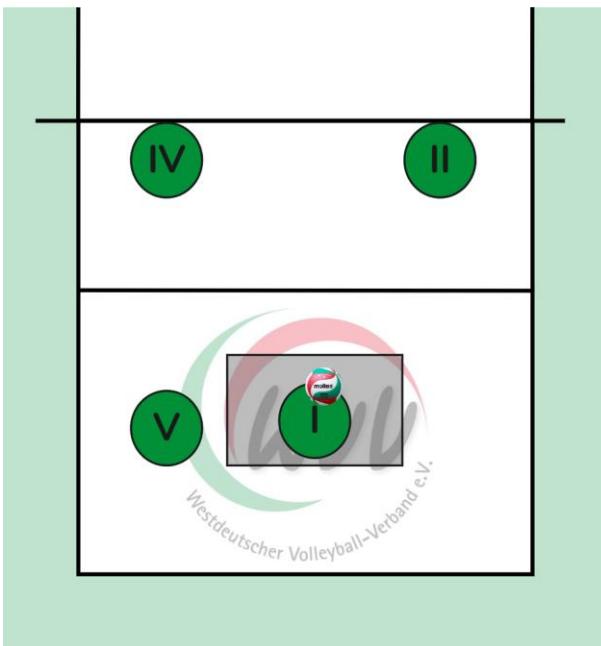
1. Was ist die Kreisauswahl
2. **Spielsystem Kreisauswahl**
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## **4:4 im „WVV-System“:**

- a) Regeln und Sonderregeln
- b) Grundaufstellung
- c) Aufschlag**
- d) Annahme
- e) Angriffsaufbau aus der Annahme
- f) Block und Feldabwehr
- g) Angriffsaufbau aus der Abwehr

## **c) Aufschlag**

- Der Aufschlag muss als Driveaufschlag erfolgen
  - Dabei wird der Ball mit dem Schlagarm vor/über die Schlagschulter angeworfen
  - Die Schlagbewegung entspricht der Schlagbewegung
  - Unterschied: Der Ball wird nicht vor, sondern über der Schlagschulter getroffen
- Dabei muss der Ball innerhalb einer Zone von 4,5 bis 6 Metern Netzentfernung getroffen werden



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

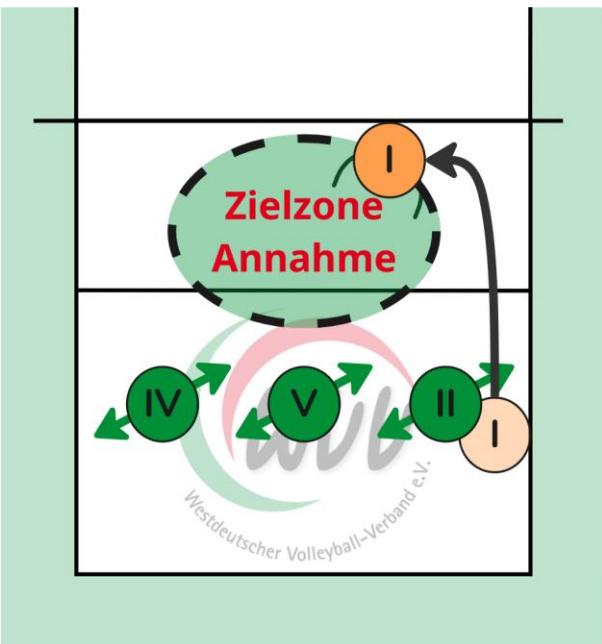
1. Was ist die Kreisauswahl
2. **Spielsystem Kreisauswahl**
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## 4:4 im „WVV-System“:

- a) Regeln und Sonderregeln
- b) Grundaufstellung
- c) Aufschlag
- d) Annahme**
- e) Angriffsaufbau aus der Annahme
- f) Block und Feldabwehr
- g) Angriffsaufbau aus der Abwehr

## d) Annahme

- 3er Annahme-Riegel
  - Aus Vermittlungsgründen spielen wir den Annahmeriegel gegen Flatteraufschläge
    - Für die Schnittstellen gilt die Regel „links lang, rechts kurz“
- Zuspielerin spielt Läufer I
  - Mit dem Anwurf des Aufschlags läuft sie auf ihre Base-Position zwischen der II und der III, und wendet sich dem eigenen Team zu
- Wichtig: [Athletische Grundposition der Annahmespielerinnen](#)



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

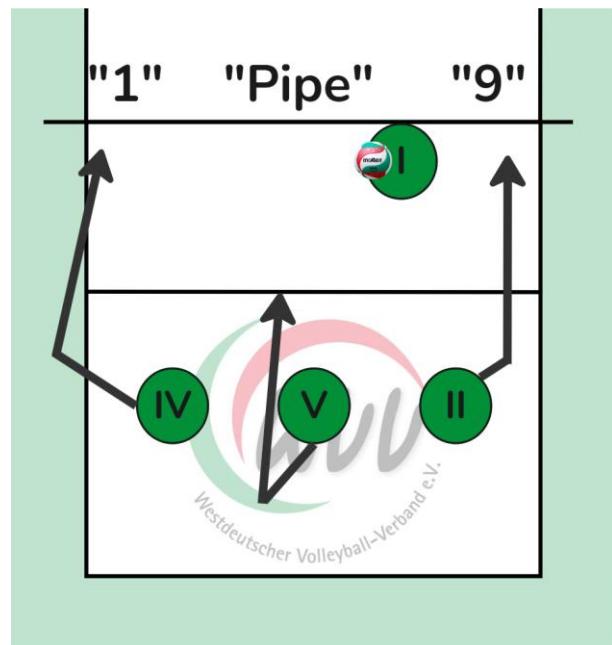
1. Was ist die Kreisauswahl
2. **Spielsystem Kreisauswahl**
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## 4:4 im „WVV-System“:

- a) Regeln und Sonderregeln
- b) Grundaufstellung
- c) Aufschlag
- d) Annahme
- e) Angriffsaufbau aus der Annahme**
- f) Block und Feldabwehr
- g) Angriffsaufbau aus der Abwehr

## **e) Angriffsaufbau aus der Annahme**

- Angriffsoptionen
  - Zuspielerin über den zweiten Kontakt (**Sonderregel**)
    - IV über „1“
    - II über „9“
    - V über „Pipe“
  - Wer nicht angreift, sichert die Angreiferin!
  - Anschließend wieder zügig die eigene Base-Position einnehmen



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. **Spielsystem Kreisauswahl**
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## 4:4 im „WVV-System“:

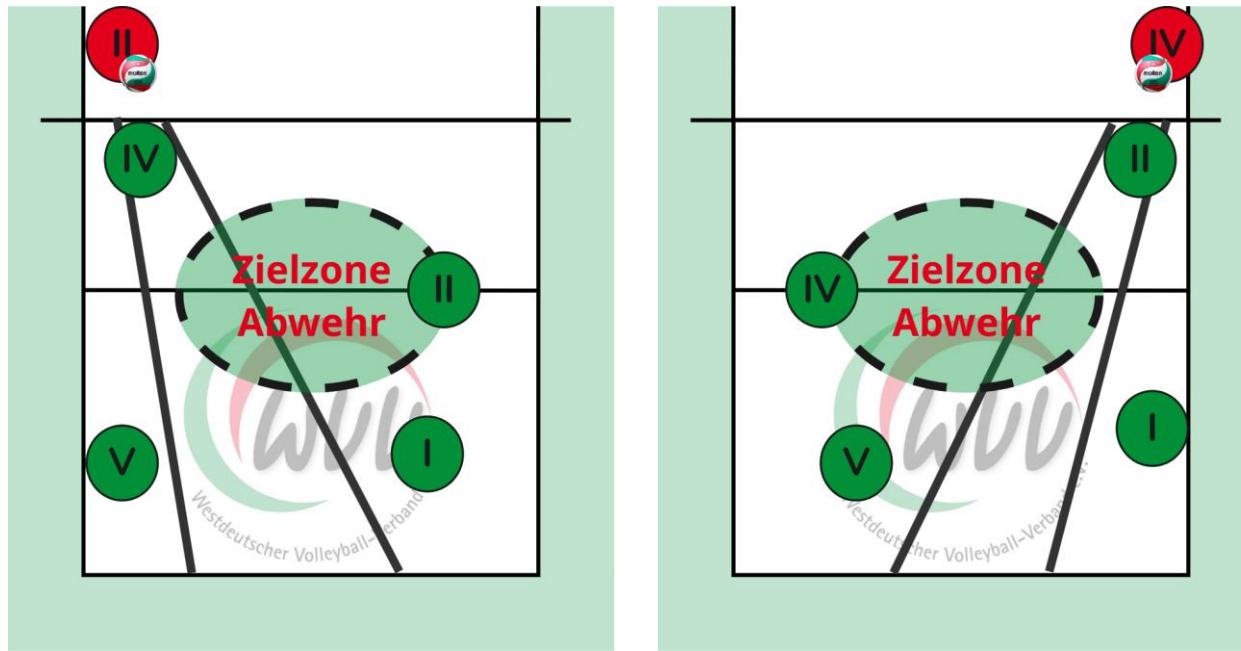
- a) Regeln und Sonderregeln
- b) Grundaufstellung
- c) Aufschlag
- d) Annahme
- e) Angriffsaufbau aus der Annahme

## **f) Block und Feldabwehr**

- g) Angriffsaufbau aus der Abwehr

## **f) Block und Feldabwehr**

- Base Positionen
  - Block „Mittelstart“, 1 m innerhalb der Antenne
  - Abwehr startet 1 m innerhalb des Feldes, 2,5 m hinter der Drei-Meter-Linie
- Blockfreie Spielerin begibt sich in die Abwehr
- Blockspielerin positioniert ihren Block „diagonal“
  - Abwehrspielerin hinter der Blockspielerin liest die Blockrichtung der Angreiferin, uns positioniert sich außerhalb des Blockschattens



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

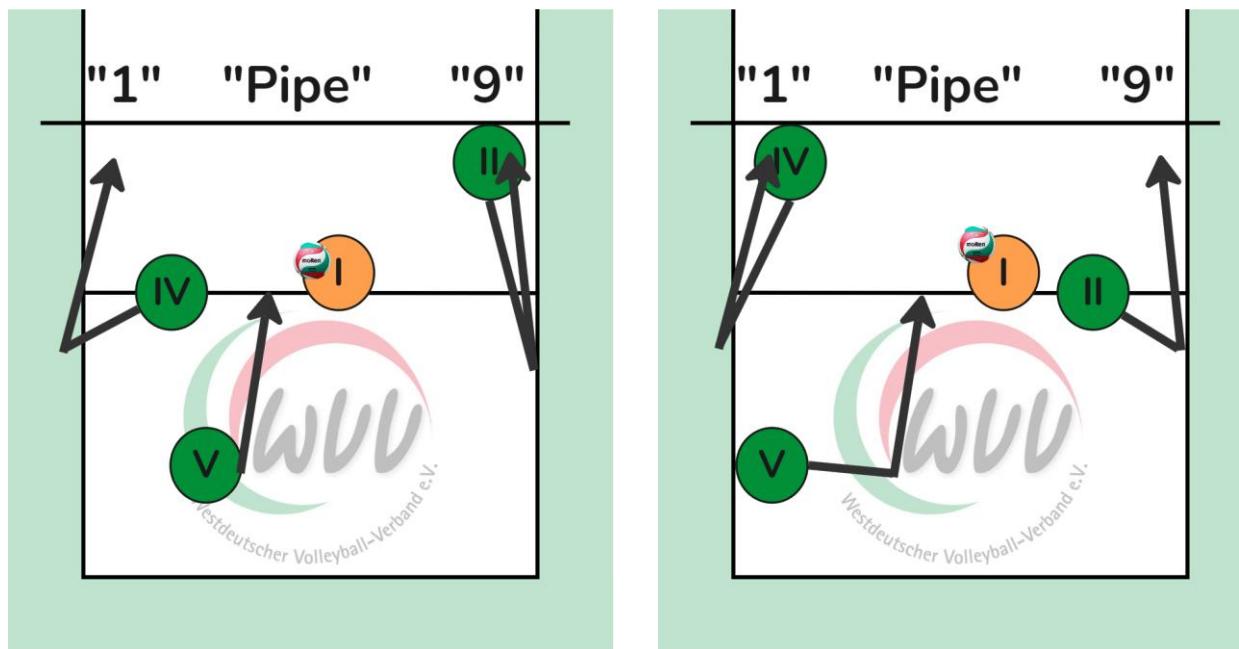
1. Was ist die Kreisauswahl
2. **Spielsystem Kreisauswahl**
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## 4:4 im „WVV-System“:

- a) Regeln und Sonderregeln
- b) Grundaufstellung
- c) Aufschlag
- d) Annahme
- e) Angriffsaufbau aus der Annahme
- f) Block und Feldabwehr
- g) Angriffsaufbau aus der Abwehr**

## **g) Angriffsaufbau aus der Abwehr**

- Angriffsoptionen
  - Zuspielerin über den zweiten Kontakt
    - IV über „1“
    - II über „9“
    - V über „Pipe“
  - Hilfszuspiel über Spielerin V
    - IV über „1“
    - II über „9“



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
- 3. Was du alleine üben kannst**
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## Was du alleine üben kannst:

- a) Athletik
- b) Ballkontrolle und Koordination
- c) Technikleitfaden durcharbeiten
- d) Technik üben
- e) So geht Training Volleyball „leben“
- f)

### **3. Was du alleine üben kannst**

#### **a) Athletik**

- [Vorbereitender Athletikplan des DVV](#)
- [WVV Theraband Programm](#)

#### **b) Ballkontrolle und Koordination**

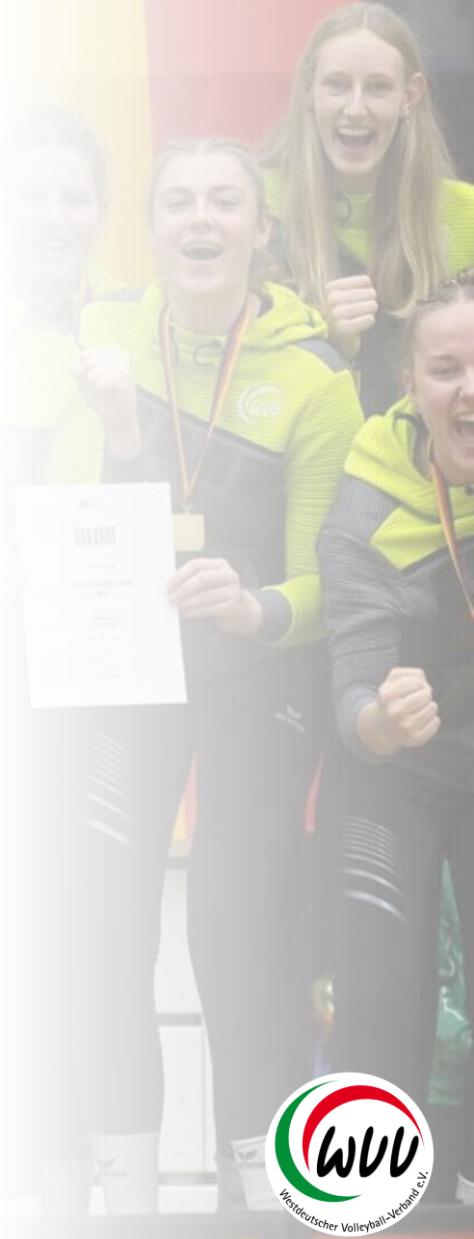
- [Beispielübungen](#)
- [Weite Ideen](#)

#### **c) Technikleitfäden durcharbeiten**

- [Hier findest du die WVV-Technikleitfäden](#)
- Die Technik Keys daraus werden dir sowohl in der Kreisauswahl, in der Regionalauswahl als auch im WVV-Kader regelmäßig begegnen!

#### **d) Technik üben**

- Viele der Übungen im Training kannst du auch zuhause mit einem Ball machen!



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
- 3. Was du alleine üben kannst**
4. Wichtig für dich
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## Was du alleine üben kannst:

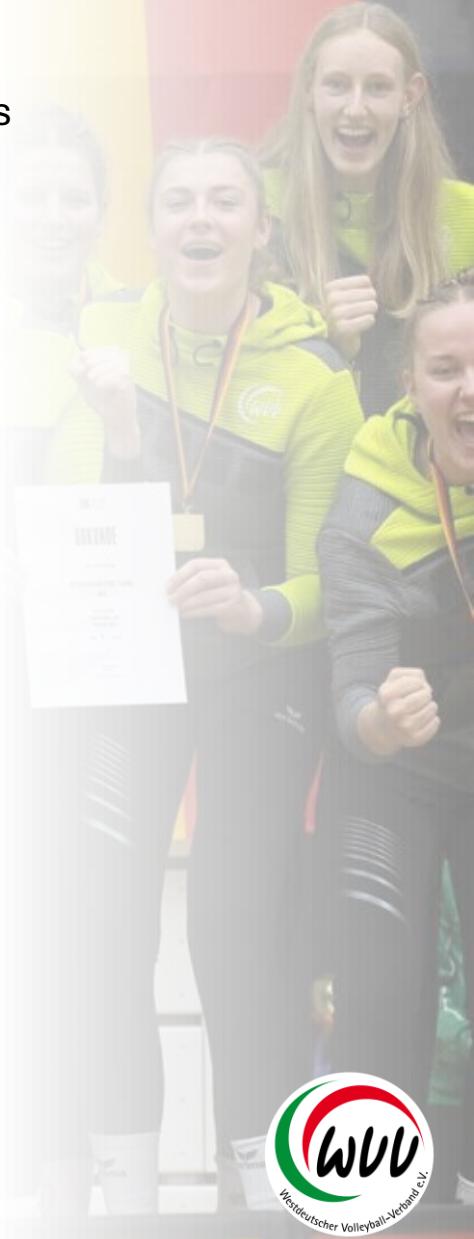
- a) Athletik
- b) Ballkontrolle und Koordination
- c) Technikleitfaden durcharbeiten
- d) Technik üben
- e) So geht Training**
- f) Volleyball „leben“**

### **e) So geht Training**

- Wir haben die eine Präsentation zusammengestellt mit Infos, wie du das Beste aus deiner Trainingszeit herausholen kannst
- Siehe Präsentation „[So geht Training](#)“

### **f) Volleyball „leben“**

- Höherklassige Spiele besuchen
  - Wo in deiner Gegend wird Regionalliga und höher gespielt?
- Volleyball online schauen
  - [VBTv](#) (kostenpflichtig), alle Internationalen Spiele Halle und Beach
  - [DYN](#) (kostenpflichtig), alle Spiele der Volleyball Bundesliga (2. Liga, 2. Liga pro, 1. Liga)
  - [Youtube](#) Inhalte und Spiele der DVV-Teams
  - [Instagram](#) Inhalte und Spiele der DVV-Nachwuchs-Teams



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
- 4. Wichtig für dich**
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## Wichtig für dich:

- a) **Trainingssituation Verein**
- b) **Trainingssituation Kreisauswahl**
- c) Athletik
- d) Spielbetrieb
- e) Körper und Belastung

### **a) Trainingssituation Verein**

- Trainingsumfänge: Ziel sind drei Trainingseinheiten in der Woche
- Schwerpunkte
  - Grundlagentraining, Spielfähigkeit und Spiel ohne Ball
  - Fortführung der Trainingsinhalte aus den Kreisauswahltrainings

### **b) Trainingssituation Kreisauswahl**

- Kreisauswahltrainings
  - Je nach Kreis unterschiedliche Anzahl an Trainingseinheiten
  - Schwerpunkte: Technikschulung Grundtechniken
    - Schlagbewegung
      - [Hier findest du den Technikleitfaden zur Schlagbewegung](#)
    - [Hier findest du den Technikleitfaden zum Feldzuspiel](#)
  - Feldzuspiel
  - [Hier findest du den Technikleitfaden zum Feldzuspiel](#)
- Spielaufbau im 4:4 WVV-System



# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
- 4. Wichtig für dich**
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## Wichtig für dich:

- a) Trainingssituation Verein
- b) Trainingssituation Kreisauswahl
- c) Athletik**
- d) Spielbetrieb**
- e) Körper und Belastung

### **c) Athletik**

- Im Rahmen des Trainings
  - Mobilisation
  - Rumpfstabilisation
  - Laufschule
  - Schnelligkeitstraining
- Eigenständiges Training zuhause [siehe bei „Was du alleine üben kannst“]

### **d) Spielbetrieb**

- Jugend
  - U13 und U14 oder U14 und U16
- Erwachsenenbereich
  - Erste oder zweite Saison im Erwachsenenspielbetrieb
    - Angestrebtes Einstiegsalter für den Erwachsenenspielbetrieb: Parallel zur U14
- Beachvolleyball
  - Beachvolleyballturniere U13/U14 als Ideale Überbrückung der Spielpause im Sommer

# Book4Players Kreisauswahl

## **Themenfelder Kreisauswahl:**

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
- 4. Wichtig für dich**
5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein

## **Wichtig für dich:**

- a) Trainingssituation Verein
- b) Trainingssituation Kreisauswahl
- c) Athletik
- d) Spielbetrieb
- e) Körper und Belastung**

## **e) Körper und Belastung**

- Umgang mit Schmerzen
  - Schmerzen beim Sport dürfen in diesem Alter nicht „normal“ sein!
  - Sprich deine Trainer darauf an!
  - Ursachen ärztlich/physiotherapeutisch abklären lassen
  - Individuelle Anpassung der Trainingsinhalte an Schmerzen
    - Beispiel: Überkopfaktionen bei Schulterschmerzen herausnehmen, dafür dann beispielsweise in der Annahme arbeiten

# Book4Players Kreisauswahl

## Themenfelder Kreisauswahl:

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
5. **Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein**

Liebe Heimtrainerinnen und Heimtrainer,  
wir freuen uns sehr, dass ihr euch über die Kreisauswahl informiert. Unter den folgenden Links findet ihr weitere Informationen:

- [Informationen Kreisauswahl](#)
  - Welche Spielerinnen suchen wir
  - Schwerpunkte der Trainingseinheiten
- [Ball kontrollieren](#)
  - Ideen für das Training der Ballkontrolle
- [Spielen lernen](#)
  - Ideen zur Vermittlung der Spielfähigkeit im Volleyball
- [Vermittlung Oberes Zuspiel](#)
  - Was ist wichtig bei der Technikvermittlung?
  - Ideen zur Technikvermittlung des Oberen Zuspiels
- [Vermittlung Unteres Zuspiel](#)
  - Was ist wichtig bei der Technikvermittlung?
  - Ideen zur Technikvermittlung des Unteren Zuspiels
- [Basisübungen Feldzuspiel](#)
  - Übungsformen für das Feldzuspiel als wichtige Standard Übungsformen, die jede Spielerin kennen sollte



# Book4Players Kreisauswahl

## **Themenfelder Kreisauswahl:**

1. Was ist die Kreisauswahl
2. Spielsystem Kreisauswahl
3. Was du alleine üben kannst
4. Wichtig für dich
- 5. Infos für deine Trainerinnen und Trainer im Verein**

- Vermittlung Schlagbewegung
  - Was ist wichtig bei der Technikvermittlung?
  - Ideen zur Technikvermittlung der Schlagbewegung
- Vermittlung Stemmschritt
  - Was ist wichtig bei der Technikvermittlung?
  - Ideen zur Technikvermittlung des Stemmschritts
- Vermittlung Block
  - Was ist wichtig bei der Technikvermittlung?
  - Ideen zur Technikvermittlung des Blocks
- Vermittlung Handlungsketten
  - Im Volleyball werden Techniken oft isoliert vermittelt, aber jede Technik hat eine Vorhandlung und eine Folgehandlung
  - Tipps zum Einbau von Handlungsketten in den Trainingsbetrieb

Bei Fragen stehen die Regionaltrainer:innen und die Landestrainer euch gerne zur Verfügung! [Die Kontaktdaten findet ihr hier.](#)

Unsere Maßnahmen stehen für interessierte Trainerinnen und Trainer offen!

- [Termine Kader](#)

Neben den in der Liste aufgeführten Terminen haben wir auch zahlreiche wöchentliche regionale Talent-Trainings, setzt euch hier gerne mit Patrick (Mädels), Julia (Jungs) oder Tobias (Beach) in Verbindung!