

home

Das WASH-System

von Alberto Salomoni

Das Wash-System

Varianten

Übungsformen

Das Wash-System

Das „Wash-System Spiel“ wurde Anfang 1985 von Bill Neville erfunden.

Das „Spiel im Spiel“, wie die Amerikaner das nennen, wurde oft von Doug Beal und Bill Neville im Training für den zweimaligen Olympiasieger USA1984-1988 verwendet.

Die Formel des Spiels ist sehr einfach: 2 Teams spielen gegeneinander: Mannschaft A und Mannschaft B

- Das Spiel fängt mit einem Aufschlag oder mit einem Wurf von dem Trainer zu einer Mannschaft (egal welche) an und wird gespielt, bis der Ball auf dem Boden ist.
- Wenn dieser Ballwechsel (das erste Spiel) fertig ist, kommt sofort ein anderer Ball vom Trainer (normalerweise mit einem Wurf) zu der Mannschaft A oder B.
- Wenn der zweite Ballwechsel (das zweite Spiel) auch fertig ist, können wir feststellen, ob einen Punkt gemacht worden ist und von wem:
 - eine Mannschaft muss **beide Ballwechsel** (Spiele) gewinnen, um einen Punkt zu machen. Wenn jede Mannschaft eins von den zwei Spielen gewinnt, haben wir ein „WASH“ (Unentschieden) und niemand erhält einen Punkt.

Es gibt 3 wichtige Konzepte im Wash-System:

1. Beide Mannschaften können einen Punkt erzielen, unabhängig von wem die Angabe gemacht wurde. (= Rallie Point System).
2. Ein einzelnes WASH bedeutet zwei separate Spiele. D.h. die Mannschaft, die das erste Spiel verloren hat, hat immer die Möglichkeit ein Wash zu machen.
3. Das „Wash-System Spiel“ gewinnt, wer das Gleichgewicht brechen kann.

Varianten

Es gibt verschiedene Varianten des Wash-Systems. Die wichtigsten sind:

- Punkt plus zwei („Danke-Bälle“)
- Aufschlag plus zwei („Danke-Bälle“)
- Das Spiel 2-1
- Das Spiel Aufschlag-Angriff (einfach) und Wurf

- Das Spiel 3 gegen 2
- Das „Bongo-Point“ System (3 Annahmen und 1 Aufschlag)

Ich nutze immer das Wash-System, weil ich denke, dass es großen Spaß machen kann. Außerdem ist es eine sehr interessante Methode, um unsere Mannschaft für den Wettbewerb vorzubereiten. **Wir dürfen nie vergessen, dass wir im Spiel immer die Techniken korrigieren müssen.**

Fragen?:[Alberto Salomoni](#)

▲ TOP

Die Übungen

1 Punkt plus Zwei (Danke Bälle)

Ziel?!

Diese Punktsystem ist für die Mannschaften gedacht, die zu oft Schwierigkeiten haben, Punkte in der **Aufschlagphase** bzw. nach einem **Dankeball** zu erzielen.

Ablauf?!:

- Die Mannschaft A macht die Angabe.
- Wenn die Mannschaft A, die die Angabe hat, das Spiel gewinnt, **muss sie nach zwei Würfeln vom Trainer noch eine zweites und ein drittes gewinnen**, dann erzielt sie einen Punkt.
- Wenn die Mannschaft B die Ballwechsel gewinnt, dreht sich die Aufstellung um und B ist im Aufschlag mit einem Punkt.
- D.h.:
 - Das Spiel von der Angabe her gewinnen
 - Die nächsten zwei Spiele gewinnen, die durch Dankebälle angefangen wurden.
 - Wenn die Mannschaft in Angabe das zweite oder das dritte Spiel verliert, erzielt sie keinen Punkt und wir haben ein Wash (Unentschieden).
- Das Spiel gewinnt, wer 15 Punkte erzielt.

▲ TOP

2 Aufschlag plus Zwei (Danke Bälle)

Ziel?!

Dieses Punktsystem ist für die Mannschaften gedacht, die große Schwierigkeiten bei **längeren Ballwechseln** haben, bzw. gegen Mannschaften, mit einer **starken Feldabwehr**.

Ablauf?!:

- Die Mannschaft A macht die Angabe. Die Mannschaft B muss einen Ballwechsel erzielen und

danach noch 2 Dankebälle angreifen, die hintereinander vom Trainer geworfen werden.

- Mannschaft B muss **alle drei Spiele gewinnen**, um einen Punkt zu erzielen.
- Wenn die Mannschaft A nur ein Spiel gewinnt, haben wir ein Wash (Unentschieden), und niemand kriegt einen Punkt
- Das Spiel gewinnt, wer 15 Punkte erzielt.

3 Das Spiel 2-1

Ziel?!:

Dieses Punktsystem ist besonders für das **Rallie-Point-System** gedacht. Die Wichtigkeit der Aufschlagsphase ist so groß geworden, dass „jetzt jeder Punkt von der Aufschlagsphase zwei Punkte zählt.....“:

- Die Mannschaft A macht die Angabe, die Mannschaft B ist in der Annahme.
- Wenn B den Ballwechsel gewinnt, erzielt sie einen Punkt, beide drehen die Aufstellung um und B macht die Angabe.
- Wenn die aufschlagende Mannschaft das Spiel gewinnt, erzielt sie 2 Punkte und niemand dreht die Aufstellung um.
- Wenn ein Aufschlagfehler passiert, erzielt die Mannschaft in der Annahme einen Punkt.
- Das Spiel gewinnt, wer 25 Punkte erzielt.

▲ TOP

4 Aufschlag-Angriff mit einfachem Wurf: Das Bongo Point System

Ziel?!:

Block - Abwehr

Diese Übung ist sehr interessant für Mannschaften, die nach dem Ballwechsel nicht aggressiv genug in Abwehr und Block sind. Hier wird die Qualität der Breakpointphase sehr hoch gefragt....die Übung ist ähnlich wie das Spiel Aufschlag plus Zwei. Der einzige Unterschied ist, dass nicht zwei Dankebälle geworfen werden, sondern ein Angriff in einfacher Form gemacht wird und danach ein Dankeball geworfen wird. In der originalen Version von Bra Saindon und Bill Neville war das Spiel so strukturiert:

Ablauf?!:

- Die Mannschaft in der Annahme muss 3 Ballwechsel gewinnen (hintereinander) und danach einen Aufschlag machen. Wenn sie am Ende alle 4 Spiele gewonnen hat, erzielt sie einen Punkt. Wenn sie nur ein Spiel verloren hat, haben wir ein Wash und die Mannschaft B kann das Spiel wieder anfangen.
- Das Spiel gewinnt, wer 15 Punkte erzielt.

Dieses Spiel war für die USA Nationalmannschaft gedacht. Die Übung ist sehr lang und sehr schwer. Es gibt aber (in Bezug auf das RPS) mehrere Varianten für Mannschaften, die niedrigere Kategorien spielen:

Varianten?!

- Statt drei Ballwechseln zwei oder einen erzielen und danach die Angabe machen.
- 1 Ballwechsel und 2 Angaben, um die Mannschaft in Abwehr zu trainieren (sehr gut für das RPS).

5 Das Spiel 3 gegen 3 Aufschlag-Annahme

Ziel?!:

Aufschlag-Annahme

Ablauf?!:

- Mannschaft A in Angabe, Mannschaft B in Annahme und der Trainer in der idealen Zuspielerposition am Netz.
- Die Mannschaft A macht 20 Angaben (aber auch 10 oder 30, es kommt auf das Niveau an)
- Mannschaft B nimmt mit einem 3-Riegel an und versucht, ihre Annahme genau an den Trainer zu spielen.
- Der Trainer entscheidet, ob die Annahme ein ++ (jeder Pass ist möglich), ein + (Aufsteiger möglich aber nicht optimal) oder ein – (nur hochgestellter Ball) ist.
- Ein ++ zählt als Punkt. Wenn ein Ball fällt, ohne dass die Mannschaft versucht hat, den Ball zu retten, zählt minus ein Punkt.
- Das Spiel gewinnt, wer von den 20 Annahme-Punkten die meisten erzielt.

▲ TOP

6 Aufschlag-Annahme 10 - 3

Ziel?!:

Dieses Spiel ist sehr gut für die Frauenmannschaften, wegen der Schwierigkeit in der Annahmephase

Ablauf?!:

- beide Teams mit Zuspieler.
- Die Mannschaft A in der Angabe und die B in der Annahme (2- oder 3-Riegel).
- A versucht mit guten Angaben, B in Schwierigkeiten zu bringen. Jeder Fehler in Angabe ist ein Punkt für die Annehmer.
- B versucht, genaue Pässe zum Zuspieler zu spielen, der gleichzeitig für einen hypothetischen

Angreifer stellt.

- Wenn die Mannschaft in der Annahme (B) 10 positive Bälle spielt, bevor sie 3 Fehler macht, gewinnt sie das Spiel. Wenn nicht, gewinnt die Mannschaft A.
- Am Ende jedes Spiels werden die Angabe und die Spieler gewechselt.
- Das Game gewinnt, wer 7 Spiele gewinnt.

7 Aufschlag-Annahme mit Aufsteiger

Ziel?!

Aufschlag-Annahme

Ablauf?!:

- Die Aufschläger müssen die Annehmer daran hindern, ein schnelles Spiel aufzubauen.
- Die Aufschläger haben 3 Spieler in der Feldabwehr und einen Mittelblocker
- Die Annehmer haben 3 oder 2 Annahmespieler, einen Zuspieler und einen Schnellangreifer.
- Die Annehmer gewinnen einen Punkt, wenn ein Fehler in der Angabe kommt.
- Um ein Spiel zu gewinnen, muss eine von den beiden Mannschaften 5 Punkte erzielen (mit Angriff oder Block, Abwehr, Angabe usw.). Danach wird die Mannschaft in der Angabe gewechselt.
- Das Game gewinnt, wer 7 Spiele gewonnen hat

8 Aufschlag-Annahme mit Außenangreifer

Ziel?!

Aufschlag-Annahme

Ablauf?!:

- Das gleiche Prinzip wie oben, aber mit Außenangreifer.
- Als Blocker besser ein Zuspieler oder ein Diagonalspieler.

▲ TOP