



Sieht zwar komisch aus, könnte aber dem Keeper einen entscheidenden Vorteil verschaffen.

Donnerstag, 20. März 2008 von: Thomas Baumann

## Gratzeis Erfolgsgeheimnis ist ein Blindenball

**Sturm-Graz-Keeper Christian Gratzei hat in der 30. Runde gegen Altach seinem Team in der Schlussphase der Partie durch hervorragende Paraden den 2:1-Sieg gehalten. Vielleicht verschafft das Training mit einem Blindenball dem Goalie den nötigen Vorteil.**

Dirk Griesdorn ist im Bereich Mentalcoaching und Teambuilding unterwegs. Der Deutsche arbeitete mit Red-Zac-Ligist Bad Aussee oder auch Regionalligaverein SV Allerheiligen. Persönlich betreut er unter anderem Dominik Seiwald von Bad Aussee und Mark Pretenthaler von Sturm Graz. Christian Gratzei von den Blackys öffnete er eine neue Variante des Torwartrainings.

### **Griesdorn: „Der Keeper springt nach dem Geräusch des Lederballs“**

Das neue Zauberwerkzeug nennt sich „Sportastic Blindenball“. Der Keeper bekommt eine Augenbinde, während der Ball ein Geräusch von sich gibt, nach dem sich der Torwart orientieren kann. „Ich habe letztes Jahr im Juli den Ball das erste Mal in den Händen gehalten. Sinn und Zweck ist, nur mit Hilfe des Gehörsinns nach dem Leder zu hechten. Das Training steigert die Konzentration auf die Situation. Der Torwart bleibt lange stehen und bietet dem Stürmer keine Ecken an. Der Goalie kann dadurch um 1/10 Sekunde schneller reagieren. Speziell beim Elfmeter kann dies den entscheidenden Vorteil sichern“, ist Dirk Griesdorn im Gespräch mit **sportnet.at** überzeugt.

### **[Das Video zum Blindenball-Training](#)**

Bei Bad Aussee hat Griesdorn bereits mit dem Programm begonnen. Beim T-Mobile-Verein Sturm Graz probiert man es nun auch mit dem Blindenball. „Christian Gratzei hat vor drei Monaten das erste Mal mit diesem Ball trainiert. Torwartrainer Kasimierz Sidorczuk führt dieses Programm nun durch.“ Natürlich wird es Zeit benötigen, den tatsächlichen Erfolg auch belegen zu können. Geht es nach Griesdorn ist diese Trainingsvariante aber ausbaufähig: „Ich werde eine Torwarthschule ins Leben rufen und den Blindenball bei dieser zum Einsatz bringen.“