

/// ÜBER MICH

PHILOSOPHIE

Meine Torhüter werden spielnah trainiert und für das moderne Torwartspiel akribisch im Einzel- und Gruppentraining für den Wettkampf vorbereitet. Dabei kombiniere ich Elemente der neuen Torwartschule mit bewährten Methoden der alten Schule, denn das moderne Training entwickelt sich zwar schnell weiter, doch auch vergangene Grundlagen und Ansichten können uns heutzutage bereichern. Ich lege besonderen Wert darauf, dass der Torspieler durch eigene Aktivität seine Aktionen selbst beendet.

Durch meine aktive Zeit als Spieler und meine 25-jährige Erfahrung als Torwart und Co-Trainer im Junioren- und Seniorenbereich weltweit, kann ich mich mental zu 100 % in jede Situation eines Torwarts oder Spielers hineinversetzen, wie er denkt und fühlt. ergangene Erfolge wie die Entwicklung von Spielern wie Kevin Trapp und Altan Bayindir bestätigen die Effektivität dieser ganzheitlichen Trainingsphilosophie.



MISSION STATEMENT

Allen Torhüter/in helfen, auf dem Weg die eigenen Grenzen zu sprengen



VISION STATEMENT

Das Torwartspiel stetig verbessern und die Torhüter/-in den ständig ändernden Bedingungen, Umständen und Wandel des Fußballs anzupassen

MEINE KARRIERE

PROFI KARRIERE

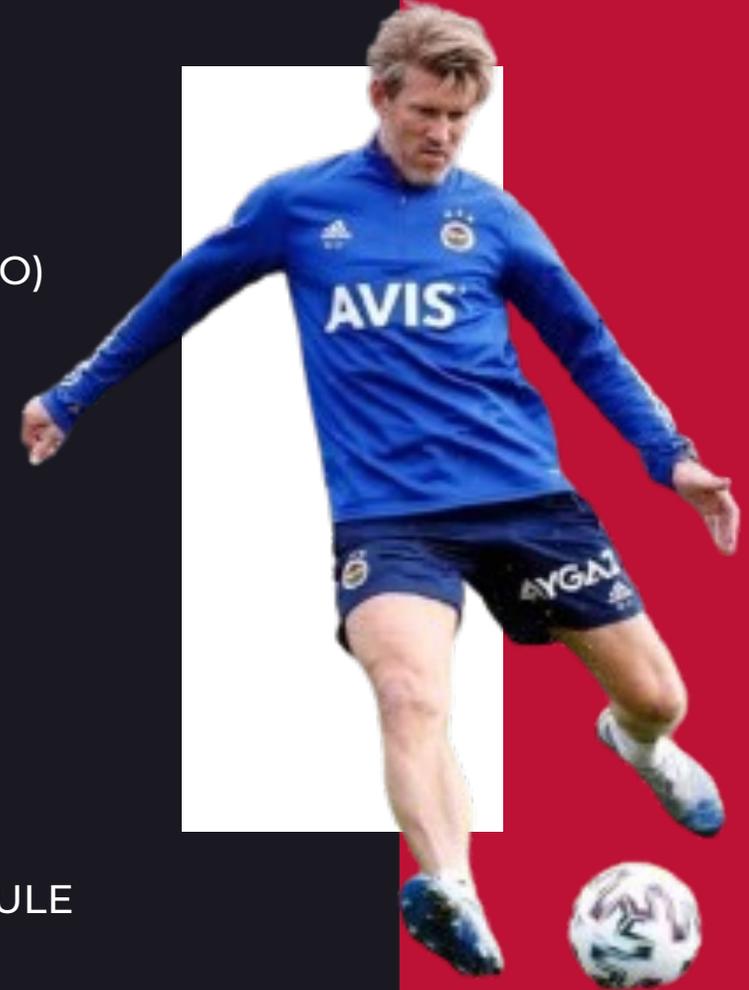
- FC GÜTERSLOH
- 1.FC KÖLN
- BAKIRKÖYSPOR ISTANBUL
- SPVGG WIRGES



MEINE KARRIERE

CO & TW-TRAINER

- WERDER BREMEN
- EINTRACHT FRANKFURT
- FENERBAHCE ISTANBUL
- BEIJING GUOAN
- FAI SOCCER WOMEN
- SHIJIAZHUNG EVER BRIGHT
- SÜDKOREA WOMEN
- PREUSSEN MÜNSTER (CO)
- INCHEON UNITED
- SK BUCHEON
- LR AHLEN
- FC CARL-ZEISS JENA
- VIKTORIA KÖLN
- PRIVATE FUSSBALLSCHULE (HEAD COACH)





/// DAS TRAINING

PROFI TW-TRAINING-APP & DIGITALE SPIELNAHE TW-ABLÄUFE

- Vorhandenes Konzept einer Torwart App für Amateur- und Profi Torwarttrainer.
- 4- sprachige digitale Aufnahmen über Spielnahe Torwart-Abläufe, aus acht verschiedenen Kameraansichten.

TIGER KRAFT

TRAININGSEINBLICKE

EINDRÜCKE IN DIE ARBEIT VON TIGER KRAFT

LIZENZEN

UEFA A LIZENZ

UEFA TW LEISTUNGSKURS



1/2



TRAININGSEINBLICKE

EINDRÜCKE IN DIE ARBEIT VON TIGER KRAFT

LIZENZEN

UEFA A LIZENZ

UEFA TW LEISTUNGSKURS



2/2



TRAININGSEINBLICKE

VIDEOS AUS DEM AKTUELLEN TRAINING

Zu den Videos

[Hier](#) klicken oder über den QR Code das
Google Drive Dokument öffnen.



TW. KEVIN TRAPP

TW. TIM WIESE

TW. ALTAY BAYINDIR

TW. FELIX WIEDWALD

TW. CHRISTIAN VANDER

TW. GUO QUANBO

TW. BEN VOLL

TW. RAPHAEL WOLF

TW. HOU SEN

TW. SIERD VON BERG

TW. YANNICK ZUMMACK

TW. KEVIN RAUHUT

TW. EMIL BALAYEV

TW. SEBASTIAN MIELITZ

TW. FEI WANG

TW. ERSIN DESTANOGLU

TW. ANDREAS KRONENBERG

TW. FREDDY GÖSLING

REFERENZEN

ZUSAMMENARBEIT TORHÜTER

100% **100%**
POSITIVITÄT EINSATZ





ROGER SCHMIDT

THOMAS SCHAAF

OLAF JANSSEN

ENGIN FIRAT

COLIN BELL

EROL BULUT

RICHARD KITZBICHLER

EMRE BELÖZOGLU

WOLFGANG ROLFF

KLAUS ALLOFS

UWE RAPOLDER

WERNER LORANT

ZLATKO PETROVIC

BERND CULLMANN

REFERENZEN

ZUSAMMENARBEIT
PERSÖNLICHKEITEN

100% 100%

POSITIVITÄT

EINSATZ



SPIELER

1991. TORWART DES MONATS TÜRKEI

1991. ¼ FINALE TÜRKISCHER POKAL

1990. UEFA-POKAL HALBFINALE

1989. DEUTSCHER VIZEMEISTER

1983. 3.PLATZ LÄNDERPOKAL DUISBURG

1982. ACHTELFINALE U19 DEU. MEISTERSCHAFT

1982. RHEINLAND-PFALZ MEISTER U19

1988-1989. MITTELREIHNAUSWAHL

1981-1988. RHEINLANDAUSWAHL

TRAINER

- 5X CHAMPIONS LEAGUE GRUPPENPHASE
- CHINESISCHER MEISTER
- CHINESISCHER POKALSIEGER
- ASIEN CHAMPIONS LEAGUE
- CHAMPIONS-LEAGUE ACHTELFINALE
- UEFA-POKAL FINALIST
- UEFA POKAL HALBFINALE
- EUROPA LEAGUE ACHTELFINALE
- 2X DEUTSCHER VIZEMEISTER
- 1X DFB POKALSIEGER
- 2X DFB POKAL FINALIST
- SUPERCUP SIEGER
- DFL LIGAPOKALSIEGER

/// ERFOLGE

**ERFOLG IST DAS
ERGEBNIS
HARTER ARBEIT**



ALTAY BAYINDIR

DER WEG ZUM NATIONALSPIELER

01

VON FENERBAHCE NACH MANCHESTER

Das professionelle Torwarttraining bei Fenerbahce bildete die Grundlage für Altay Bayindirs Aufstieg zum Nationalkeeper. Dank seiner Entwicklung wechselte er zu Manchester United und hat seinen Platz im europäischen Spitzen-Fußball.



KEVIN TRAPP

DER WEG ZUM NATIONALSPIELER



02

AUFSTIEG ZUR NR.3 IN DEUTSCHLAND

Während der intensiven Zusammenarbeit im Torwarttraining schaffte es Kevin Trapp, sich hinter Manuel Neuer und Marc-André ter Stegen als Nummer 3 in der deutschen Nationalmannschaft zu etablieren.



/// TIM WIESE

DER WEG ZUM NATIONALSPIELER



03

VOM TRAINING IN BREMEN ZUM DFB

Durch intensives Torwarttraining in Bremen gelang Tim Wiese der Sprung zum Nationalkeeper. Seine herausragenden Leistungen auf Vereinsebene öffneten ihm die Tür zur deutschen Nationalmannschaft.



GUO QUANBO

DER WEG ZUM NATIONALSPIELER



04

VOM 4. KEEPER ZUR NUMMER EINS

Guo Quanbo stieg mit 19 Jahren vom vierten Keeper zur Nummer 1 auf und wurde ins Nationalteam nominiert. Sein Erfolg zeigt, wie harte Arbeit und zielgerichtetes Training zum Durchbruch führen können.



/// BEN VOLL

DER WEG IN DIE ERSTE BUNDESLIGA

05

VON DER 3. LIGA IN DIE BUNDESLIGA

Ben Voll schaffte diesen Sommer den Sprung von der 3. Liga bei Viktoria Köln in die erste Liga zu St. Pauli. Sein Aufstieg zeigt das Potenzial und die Entschlossenheit, die in ihm stecken.



■■ ANGEBOT

TORWARTTRAINING

SEI DIE NR. 1



- Aufwärmprogramm
- Reaktion
- Technik
- Koordination
- Schnell- und Sprungkraft
- Offensives Stellungsspiel
- Schnelle und spielgenaue Spieleröffnung
- TW als "Libero"
- Wettkampfvorbereitung
- Video-Analyse
- Aktive Bewegungsabläufe trainieren
- 1gg1 mit versch. Lösungen
- Erster Schritt vor Absprung
- Direkte Fehlerkorrektur
- Mutiges & aktives Handeln
- Flache Bälle
- Flankenbälle
- Zusammenarbeit mit Athletiktrainer/-in
- Theorie & Taktik
- Mentale Schulungen
- Grundlagen des Stellungsspiels

LOWENSPORT

JETZT KONTAKT AUFNEHMEN



KONTAKT

Telefon: +49 (0)174 / 34 34 228

E-Mail: info@lowenssport.com



STANDORT

Benjamin Lowens
LowensSport
Fontanestraße 2a
50858 Köln

