

Handball-Trainerfortbildung 18.-19.Oktober 2024

Verlängerung B- und C-Lizenz – Großsporthalle Limbach-Oberfrohna

Wir machen jeden Spieler besser

- Optimierung der Bewegungsqualität und Effektivität des individuellen Angriffsspiels
- Optimierung der Bewegungsqualität und Effektivität des individuellen Abwehrspiels
- Die Handlungsschnelligkeit entscheidet über den Erfolg

Zeit/ Ort	UE	Was	Inhalt
18.10.2024			
17.00 -18.30 Uhr Großsporthalle	2	Theorie	Begrüßung Ziel- und Inhaltsvorgaben der Fortbildungsmaßnahme Struktur, Schwerpunkte und Organisation eines Trainings zur Optimierung des individuellen Angriffsspiels
18.30 – 20.45 Uhr Großsporthalle	3	Praxis	Objektivierung und Praxisbeispiele zur Optimierung des individuellen Angriffsspiels
20.45 – 21.30 Uhr	1	Theorie	Video-Analysen der Praxisbeispiele - Beobachtungsschwerpunkte und abgeleitete Trainingsfolgerungen
19.10.2024			
8.00 – 9.30 Uhr Großsporthalle	2	Theorie	Struktur der Faktoren der Handlungsschnelligkeit im Handballspiel Anforderungen an ein individuelles Training Teilnehmeraufgabe – Erstellung von Praxisbeispielen
9.30 – 12.30 Uhr Großsporthalle	4	Praxis	Praxisbeispiele zur Verbesserung der Handlungsschnelligkeit und des individuellen Abwehrspiels - Beobachtungsschwerpunkte und abgeleitete Trainingsfolgerungen
12.30-13.00 Uhr Mittagspause			
13.00 – 15.15 Uhr Großsporthalle	3	Theorie / Praxis	weitere Praxisbeispiele inhaltliche Ergänzungen, Zusammenfassungen, Abschlussdiskussion und Bewertung der Veranstaltung

