



Sportschule Schöneck
Karlsruhe

Sepp-Herberger-Weg 2
76201 Karlsruhe
Tel.: 0721/409040
Fax: 0721/4090424



Badischer
Sportbund

B/C Trainer Fortbildung Handball 1-2017
„Saisonplanung in mittlerem Leistungsbereich“

01.-03.05.2017

Kurs: BHV

Studienleiter: Volker Trunk

Feste Zeiten: Frühstück: 07:30 – 08:30 Uhr
Mittagessen: 11:45 – 13:00 Uhr
Abendessen: 18:00 – 19:00 Uhr

Montag, 01.05.2017

bis 10.00 Uhr	Rezeption	Anreise + Anmeldung	
10.15 – 10.30 Uhr		Begrüßung	
10.30 – 12.00 Uhr	BHV Th/	Trainingsplanung im Handball – Jahresplan, Vorbereitungsperiode	Pavol Streicher
14.00 – 15.30 Uhr	BHV Pr/Demoteam	Handballspezifisches HIIT Training	Pavol Streicher
16.00 – 17.30 Uhr	BHV Pr/Demoteam	Handballspezifische Handlungsschnelligkeit	Pavol Streicher

Dienstag, 02.05.2017

08.30 – 10.00 Uhr	BHV Th/	Techniktraining – Pass- und Wurfvariationen	Carsten Klavehn
10.30 – 12.00 Uhr	BHV Pr/	Techniktraining – Pass- und Wurfvariationen	Carsten Klavehn
14.00 – 15.30 Uhr	BHV Th/	Kooperatives Zusammenspiel in kleiner Gruppe	Carsten Klavehn
16.00 – 17.30 Uhr	BHV Pr/	Kooperatives Zusammenspiel in kleiner Gruppe	Carsten Klavehn

Mittwoch, 03.05.2017

08.15 – 09.00 Uhr		Schlüsselabgabe Rezeption	
08.30 – 10.00 Uhr	BHV Th/	Abwehr 6:0 und Angriff dagegen	Klaus Feldmann
10.30 – 12.00 Uhr	BHV Pr/	Abwehr 6:0 und Angriff dagegen	Klaus Feldmann

Lehrgangsleitung: Hr. Trunk (BSB),

Zeichenerklärung:

Th = Theorie Pr = Praxis
Raum Halle 1

BITTE RÜCKSEITE BEACHTEN

Änderungen vorbehalten: 09.04.2015